

УДК 355.37

DOI: 10.34670/AR.2025.81.92.023

Физическая подготовка как фактор боевой готовности военнослужащих

Колесников Михаил Михайлович

Преподаватель,
кафедра физической подготовки,
Военный ордена Жукова университет радиоэлектроники,
162622, Российская Федерация, Череповец, ул. Горького, 28;
e-mail: nik1994@yandex.ru

Мирзоев Хазар Фирудин оглы

Помощник командира по физической подготовке,
начальник по физической подготовке,
Войсковая часть 12556,
141506, Российская Федерация, Солнечногорск, ул. Красная, 67;
e-mail: Ogl_H5@yandex.ru

Датский Дмитрий Владимирович

Преподаватель,
кафедра физической подготовки,
Московское высшее общевойсковое командное училище,
109380, Российская Федерация, Москва, ул. Головачёва, 2;
e-mail: Nachfiz1997@yandex.ru

Аннотация

Исследование посвящено нескольким проблемам организации физической подготовки военнослужащих к боевым действиям, разработаны варианты решения этих проблем. Необходимость поиска таких вариантов была обусловлена обострением военных ситуаций в мире в целом и в нашем государстве в частности. Показано, что в теорию и организацию физической подготовки военнослужащих интегрированы различные аспекты достижений авторитетных исследователей и экспертов, подтвержденные практическим опытом. Эта информация необходима для дальнейшего изучения тех вопросов и лагун, которые еще остались в данной дисциплине. Значимость теории и организации физической подготовки подтверждается тем, что объем учебного времени, выделенного на этот курс, был увеличен. Можно назвать эту дисциплину одной из основных в подготовке учащихся учреждений высшего образования, подведомственных Министерству обороны РФ.

Для цитирования в научных исследованиях

Колесников М.М., Мирзоев Х.Ф., Датский Д.В. Физическая подготовка как фактор боевой готовности военнослужащих // Педагогический журнал. 2025. Т. 15. № 7А. С. 166-173. DOI: 10.34670/AR.2025.81.92.023

Ключевые слова

Физическая подготовка, боевая готовность, военнослужащие, боевая деятельность, теория и организация физической подготовки, военное образование.

Введение

Текущая ситуация во всем мире и в нашем государстве в частности подтверждает важность формирования современной и прекрасно обученной армии. Россия недавно приняла новую военную доктрину, в которой важным приоритетом стало создание военных подразделений постоянной готовности. Кроме того, в данном документе отмечены следующие задачи:

- формирование привычки к здоровому образу жизни,
- укрепление морально-нравственных ценностей и духовное развитие граждан нашей страны,
- укрепление здоровья и развитие различных физических способностей (ловкость, сила, скорость и т.д.),
- развитие навыков ведения различных видов боя, плавания, передвижения на лыжах и т.д. [Пронин, 2022].

Основное содержание

Военнослужащие должны находиться в постоянной боевой готовности, а для этого им необходимо быть физически подготовленными. Физическая подготовка представляет собой один из главных элементов боевой подготовки, которая в свою очередь является одним из направлений боевого совершенствования военнослужащих.

Текущие реалии таковы, что все чаще молодые люди, приходящие в качестве абитуриентов в образовательные организации Министерства обороны России, не соответствуют тем обязательным требованиям, которые предъявляются к состоянию здоровья и уровню физической подготовки. На призывных пунктах также появляется все больше людей, которые не соответствуют критериям пригодности к службе. При этом важно отметить, что государство прикладывает определенные усилия в процессе совершенствования Вооруженных Сил РФ, оптимизируя различные процессы и проводя необходимые реорганизации [Пронин, 2022].

Цель исследования. Изучение уровня физической подготовки военнослужащих в качестве обязательного элемента боевой готовности посредством анализа теории и организации физической подготовки.

Теория и организация физической подготовки является самостоятельной дисциплиной, которую необходимо изучать для понимания теоретических основ и применения их в практической деятельности. И у этой дисциплины, как и всех остальных, есть собственная цель – формирование подразделений, в которые будут входить высококвалифицированные военнослужащие, способные на высшем уровне обеспечить защиту всей страны и ее населения. Современные условия позволяют в процессе боевых действий использовать всевозможное оружие и разнообразное техническое оснащение. Но при этом практика ведения боевых действий неоднократно доказала, что при отсутствии необходимых качеств (речь идет не только о физике, но и о психике) ни один военнослужащий не сможет одержать победу в бою. Речь идет не только о физическом и психическом здоровье, хотя они, несомненно, очень важны для

военнослужащих. Важно обладать и теми характеристиками, которые последовательно развиваются в процессе физической и боевой подготовки [Анисимов, Пронин, Давиденко, Петров, 2023].

В основе изучаемой нами дисциплины лежит несколько основополагающих понятий. Далее мы более детально разберем каждое из них, чтобы использовать корректную терминологию и облегчить ее единообразное понимание [Пронин, 2022].

1. Физическое состояние

Данным понятием мы будем называть определенную систему показателей или критериев, по которым можно будет судить об уровне физического развития военнослужащего. Физическое состояние характеризует уровень здоровья, физическую подготовку и развитие различных функций организма. Существуют специальные функциональные характеристики, которые помогают выживать в негативных условиях. Эти характеристики тоже можно и нужно развивать и регулярно тренировать. К примеру, можно работать над умением задерживать дыхание под водой на максимально возможный срок, выдерживать недостаток кислорода, длительные поездки на различных видах транспорта, чрезмерные физические нагрузки и т.д. [Лакшин, Болотин, Пронин, 2023].

2. Физическое совершенствование

Это понятие состоит из двух слов, каждое из которых имеет отдельный смысл, но в своем сочетании они идеально дополняют друг друга. Совершенствование означает процесс улучшения, повышения качества чего-либо, а эпитет «физическое» указывает нам на то, что речь идет о физических свойствах человеческого тела. Указанный процесс реализуется посредством регулярного выполнения специальных упражнений, каждое из которых направлено на формирование нового навыка или развитие уже имеющегося качества тела. При этом, когда мы говорим о теле, мы имеем в виду не только особенности его строения, мышцы и т.д., но и умственные способности, физиологические, психические, личностные и иные свойства, присущие каждому индивидууму.

3. Физическая подготовленность

Это понятие также состоит из двух элементов, которые в своем сочетании дают нам определение того уровня, которого должны достичь физические и иные характеристики человеческого организма для соответствия определенному стандарту или эталону [Анисимов, Пронин и др., 2023].

4. Физическая подготовка

Многие не совсем понимают, чем отличается термин «подготовка» от схожего по звучанию термина «подготовленность». На самом деле подготовка означает процесс, который необходимо осуществить для того чтобы достичь подготовленности – некоего уровня. В данном контексте мы говорим о процессе подготовки военнослужащих, хотя рассматриваемое понятие может использоваться и в различных других видах деятельности, в основе которых лежат усиленные требования к физическим свойствам организма. К примеру, это может быть профессиональная деятельность, в рамках которой человеку приходится трудиться в неблагоприятных условиях (сильный шум, холод, повышенная влажность, скоростные нагрузки и т.д.).

Таким образом, мы можем отметить, что понятие «физическая подготовка» можно интерпретировать по-разному. Основным его значением является название отдельного направления подготовки военнослужащих [Пронин, 2022]. Вторым вариантом будет обозначение системы мер, направленных на формирование таких условий, в которых совершенствование физических качеств человека будет проходить максимально быстро и

эффективно. Эти меры могут носить различный характер и включать в себя использование различных техник, способов, методик, видов информации и т.д. Объединять их будет единая цель, о которой мы сказали выше.

5. Физическая готовность

Это понятие для теории физической подготовки является достаточно свежим. Так называют важнейший элемент боевой готовности военнослужащих. То есть, это некое физическое состояние, при достижении которого можно будет эффективно решать поставленные перед задачи и достигать намеченных целей. Критериями оценки физической готовности будут выступать уровень развития тела, функциональное состояние и степень двигательной подготовленности организма.

Если физическая готовность военнослужащих будет недостаточной, то они не смогут эффективно участвовать и добиваться успеха в боевых действиях. Очень важно отметить, что невозможно компенсировать недостаток физической готовности развитием каких-либо других характеристик и показателей. Это означает, что ключевой задачей учебных заведений Министерства обороны РФ является поддержание физической готовности курсантов и обучающихся на необходимом уровне. Для этого необходимо организовать подходящие условия жизнедеятельности, в которых особое внимание будет уделяться именно физической подготовке.

Можно провести определенную аналогию между физической готовностью военнослужащего и интегральной готовностью спортсмена, которая означает степень его подготовки к соревнованиям. Здесь одинаково важными являются и общая физическая подготовленность, и специальная физическая подготовка, и другие элементы подготовки, а также факторы, которые могут воздействовать на спортсмена, так как только их совокупность может обеспечить достижение успеха.

Большое значение имеет физическая подготовка, которую проходят военнослужащие, чтобы обрести готовность к участию в боевых действиях. Она имеет определенные особенности:

- в рамках подготовки организм военнослужащих должен научиться адаптироваться к различным климатическим условиям, так как боевые действия могут проходить в различных регионах страны или в различных территориальных областях мира,
- подготовка должна включать в себя развитие навыков скоростного передвижения, различных видов боя, преодоления наземных и водных препятствий, метания гранат, использования различных видов оружия,
- в рамках подготовки военнослужащий должен научиться использовать специальные способы действий в индивидуальном порядке и в составе группы с учетом наличия или отсутствия экипировки, оружия и иного технического оснащения,
- подготовка должна способствовать развитию психических качеств (смелости, устойчивости в нестандартных или неожиданных ситуациях и т.д.) [Анисимов, Пронин и др., 2023].

Физическая подготовка представляет собой один из критериев, по которому можно оценивать уровень боевой готовности военнослужащих. Теория и организация физической подготовки в рамках научного подхода должна объяснять с теоретической точки зрения и акцентировать внимание на практических закономерностях физической подготовки в рамках учебного курса для курсантов учреждений образования, подведомственных Министерству обороны Российской Федерации.

Основными вопросами рассматриваемой дисциплины выступают:

- место, которое физическая подготовка занимает в процессе совершенствования боевой готовности,

- важность данного направления для развития военнослужащих,

- ее основные цели для конкретного воинского подразделения,

- задачи, решаемые посредством физической подготовки,

- основные элементы ее структуры,

- зависимость боеспособности от физической подготовки.

Также изучаемая дисциплина позволяет найти ответы на следующие вопросы:

- как правильно управлять физической подготовкой,

- из каких стадий она состоит и как правильно пройти по всем этапам,

- каких результатов можно добиться посредством физического развития,

- как правильно оценить полученные результаты физической подготовки,

- какие критерии лучше использовать для оценки эффективности физического развития военнослужащих,

- необходимо ли дифференцировать данные критерии для разных видов войск или можно использовать одинаковый набор показателей,

- что может мешать физической подготовке, а что может стимулировать ее процессы.

Таким образом, рассматриваемая дисциплина включает в себя пласт теоретических знаний фундаментального и практического характера, которыми закрепляются все имеющиеся на сегодняшний день научные достижения в указанной сфере.

Эта дисциплина является динамичной системой, которая объясняет суть и значимость совершенствования физической формы военнослужащих. В рамках данной дисциплины формируется теоретическая основа, посредством которой повышается эффективность процесса совершенствования физической подготовки личного состава Вооруженных Сил РФ. В практической деятельности теоретические идеи находят свое подтверждение.



Рисунок 1 - Основные связи и отношения, анализируемые теорией и организацией физической подготовки войск

Теория и организация физической подготовки в качестве предмета изучения рассматривает различные закономерности, лежащие в основе процесса физического развития и совершенствования военнослужащих различного рода войск. Эта дисциплина одновременно соответствует статусу и научной, и учебной, но при этом стоит понимать, что первый вариант является более широким, чем второй. Научная дисциплина включает в себя абсолютно все результаты, полученные в процессе многочисленных исследований и практического применения науки. А в учебную дисциплину включается лишь их небольшая часть, благодаря которой можно получить представление о важнейших законах и принципах.

Каждый этап развития теории физической подготовки отличался степенью развития науки, уровнем практического применения наработанных знаний и другими характеристиками [Пронин, 2022].

Заключение

В заключение можно отметить, что в теорию и организацию физической подготовки военнослужащих интегрированы различные аспекты достижений авторитетных исследователей и экспертов, подтвержденные практическим опытом. Эта информация необходима для дальнейшего изучения тех вопросов и лакун, которые еще остались в данной дисциплине.

Значимость теории и организации физической подготовки подтверждается тем, что объем учебного времени, выделенного на этот курс, был увеличен. Можно назвать эту дисциплину одной из основных в подготовке учащихся учреждений высшего образования, подведомственных Министерству обороны РФ.

Библиография

1. Анисимов М.П., Пронин Е.А., Давиденко И.А., Петров В.М. Профилактика артериальной гипертензии в гиревом спорте с помощью аэробной работы // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2023. – № 12. – С. 63-69.
2. Анисимов М.П., Пронин Е.А., Ленин А.А. [и др.] Педагогическая модель развития скоростной выносливости у спортсменов-легкоатлетов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2023. – № 9 (223). – С. 17-20.
3. Лакшин А.В., Болотин А.Э., Пронин Е.А. Факторы, определяющие необходимость применения разноплановых упражнений для развития координационных способностей у юных горнолыжников // Педагогический журнал. – 2023. – Т. 13. № 12-1. – С. 148-155.
4. Пронин Е.А. Анализ содержания силовой подготовки спортсменов по гиревому спорту // Педагогико - психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2022. – Т. 17. № 2. – С. 26-30.
5. Пронин Е.А. Влияние занятий гиревым спортом на состояние сердечно-сосудистой системы // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2023. – № 7. – С. 35-40.
6. Пронин Е.А. Индивидуализация тренировочного процесса для развития силовой выносливости у спортсменов-гиревиков с учётом их соматотипа // Культура физическая и здоровье. – 2022. – № 2(82). – С. 231-235.
7. Пронин Е.А. Особенности тренировочного режима спортсмена-гиревика // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2022. – № 8. – С. 88-94.
8. Пронин Е.А. Педагогическая модель развития силовой выносливости у спортсменов по гиревому спорту с учетом соматотипа // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 2(204). – С. 344-346.
9. Пронин Е.А. Педагогическая модель тренировки упражнения "армейский гиревой рывок" // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2022. – № 12. – С. 125-131.
10. Пронин Е.А. Психологическая подготовка спортсменов, специализирующихся в командных видах состязаний (перетягивание каната) // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2023. – № 4. – С. 85-91.

Physical Training as a Factor of Combat Readiness of Military Personnel

Mikhail M. Kolesnikov

Lecturer, Department of Physical Training,
Military Order of Zhukov University of Radio Electronics,
162622, 28, Gorky str., Cherepovets, Russian Federation;
e-mail: nik1994@yandex.ru

Khazar F. Mirzoev

Assistant Commander for Physical Training,
Head of Physical Training,
Military Unit 12556,
141506, 67, Krasnaya str., Solnechnogorsk, Russian Federation;
e-mail: Ogl_H5@yandex.ru

Dmitrii V. Datskii

Lecturer,
Department of Physical Training,
Moscow Higher Combined Arms Command School,
109380, 2, Golovacheva str., Moscow, Russian Federation;
e-mail: Nachfiz1997@yandex.ru

Abstract

The study addresses several problems in organizing physical training for military personnel in preparation for combat operations and proposes solutions to these problems. The need for such solutions is driven by the escalation of military conflicts worldwide and in our country in particular. It is shown that the theory and organization of physical training for military personnel integrate various aspects of achievements by authoritative researchers and experts, confirmed by practical experience. This information is necessary for further study of the remaining issues and gaps in this discipline. The significance of the theory and organization of physical training is underscored by the increase in the amount of training time allocated to this course. This discipline can be considered one of the core components in the education of students at higher education institutions under the jurisdiction of the Russian Ministry of Defense.

For citation

Kolesnikov M.M., Mirzoev Kh.F., Datskii D.V. (2025) Fizicheskaya podgotovka kak faktor boevoy gotovnosti voennosluzhashchikh [Physical Training as a Factor of Combat Readiness of Military Personnel]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 15 (7A), pp. 166-173. DOI: 10.34670/AR.2025.81.92.023

Keywords

Physical training, combat readiness, military personnel, combat activities, theory and organization of physical training, military education.

References

1. Anisimov M.P., Pronin E.A., Davidenko I.A., Petrov V.M. Prevention of arterial hypertension in kettlebell lifting through aerobic work // Proceedings of Tula State University. Physical Culture. Sport. – 2023. – No. 12. – pp. 63-69.
2. Anisimov M.P., Pronin E.A., Lenin A.A. [et al.] A pedagogical model for the development of speed endurance in track and field athletes // Scientific Notes of the P.F. Lesgaft University. – 2023. – № 9 (223). – Pp. 17-20.
3. Lakshin A.V., Bolotin A.E., Pronin E.A. Factors determining the need for the use of diverse exercises for the development of coordination abilities in young skiers // Pedagogical journal. – 2023. – Vol. 13. № 12-1. – pp. 148-155.
4. Pronin E.A. Analysis of the content of strength training athletes in kettlebell lifting // Pedagogical, psychological, and biomedical problems of physical culture and sports. – 2022. – Vol. 17. No. 2. – pp. 26-30.
5. Pronin E.A. The influence of kettlebell lifting on the state of the cardiovascular system // Proceedings of Tula State University. Physical Culture. Sport. – 2023. – No. 7. – pp. 35-40.
6. Pronin E.A. Individualization of the training process for the development of strength endurance in kettlebell athletes, taking into account their somatotype // Physical culture and health. – 2022. – № 2(82). – Pp. 231-235.
7. Pronin E.A. Features of the training regime of a kettlebell athlete // Proceedings of Tula State University. Physical Culture. Sport. – 2022. – No. 8. – pp. 88-94.
8. Pronin E.A. Pedagogical model of the development of strength endurance in athletes in kettlebell lifting, taking into account the somatotype // Scientific notes of the P.F. Lesgaft University. – 2022. – № 2(204). – Pp. 344-346.
9. Pronin E.A. Pedagogical training model of the exercise "army kettlebell jerk" // Proceedings of Tula State University. Physical Culture. Sport. – 2022. – No. 12. – pp. 125-131.
10. Pronin E.A. Psychological training of athletes specializing in team sports (tug of war) // Proceedings of Tula State University. Physical Culture. Sport. – 2023. – No. 4. – pp. 85-91.