

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ ВОЕННО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ГРАНАТОМЕТЧИКОВ С НОРМАТИВАМИ ПО ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ**

Военная политика Республики Беларусь реализуется эффективно функционирующей военной организацией государства, составляющей основу военного потенциала страны.

Военная организация государства – совокупность Вооруженных Сил, других войск и воинских формирований, государственных, военно-политических органов управления, органов военного управления, иных организаций, основная деятельность которых в мирное время направлена на решение задач по обеспечению военной безопасности государства (предотвращение военной угрозы), а в случае войны – на обеспечение вооруженной защиты государства, отражение нападения, разгром противника и достижение политических целей в войне.

Основным направлением развития военной организации государства является улучшение качества оперативной и боевой подготовки в Вооруженных Силах, а одной из важнейших задач Вооруженных Сил в мирное время является поддержание боевого потенциала, боевой и мобилизационной готовности войск (сил) на уровне, обеспечивающем отражение нападения локального масштаба.

Целями боевой подготовки являются достижение и поддержание требуемого уровня профессиональной подготовки личного состава, его физической выносливости, слаженности экипажей, расчетов, смен, постов, подразделений, воинских частей, соединений, органов военного управления и военных комиссариатов, а также их совершенствование.

Важнейшим фактором, определяющим направленность боевой подготовки военнослужащих, являются требования современного боя к их боевой подготовленности. Эти же требования определяют и военно-прикладную направленность физической подготовки военнослужащих.

Исследования показали, что эффективность выполнения многих нормативов по боевой подготовке определяется уровнем развития физических качеств и эффективностью сформированных двигательных навыков у военнослужащих. Таким образом, определение требований к уровню физической подготовленности военнослужащих, необходимому для эффективного выполнения ими нормативов по боевой подготовке, является основой для разработки методики военно-прикладной физической подготовки военнослужащих соответствующих воинских специальностей, что и определяет актуальность исследования.

Цель исследования – разработать модельные характеристики военно-прикладной физической подготовленности гранатометчиков на основе требований к уровню их физической подготовленности, необходимому для эффективного выполнения гранатометчиками нормативов по тактической подготовке.

В процессе исследования решались следующие задачи:

1) определить требования к уровню развития двигательных способностей гранатометчиков, необходимых для эффективного выполнения нормативов по тактической подготовке;

2) определить, какие двигательные навыки необходимы гранатометчикам для эффективного выполнения ими нормативов по тактической подготовке, а также требования к эффективности формирования соответствующих двигательных навыков;

3) разработать модельные характеристики военно-прикладной физической подготовленности гранатометчиков.

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.

Результаты исследований. Анализ литературных источников позволил установить, что физическая подготовка военнослужащих должна организовываться и проводиться с учетом специфики воинских специальностей военнослужащих, которые разрабатываются на основании требований современного боя к боевой подготовленности военнослужащих соответствующих воинских специальностей.

Исследования позволяют говорить о том, что существующая система боевой подготовки гранатометчиков способна положительно влиять на эффективность выполнения нормативов по боевой подготовке, но изменения в боевой подготовленности военнослужащих не носят достоверного характера. Анализ результатов исследований показал, что произошли достоверные изменения в уровне развития быстроты, силы, выносливости военнослужащих.

Мы предположили, что одной из причин недостоверного повышения уровня боевой подготовки гранатометчиков является эффективность взаимосвязи физической подготовки с боевой подготовкой гранатометчиков, в процессе которой военнослужащие готовятся к выполнению нормативов по боевой подготовке.

Выводы:

1. Эффективное выполнение гранатометчиками нормативов по боевой подготовке является свидетельством готовности военнослужащих к эффективному выполнению задач по их боевому предназначению.

2. Требования к уровню развития двигательных способностей, к наличию сформированных двигательных умений и навыков и их эффективности составляют основу для разработки модельных характеристик военно-прикладной физической подготовки гранатометчиков.

3. Для эффективного выполнения гранатометчиками нормативов по боевой подготовке требуется определенный уровень развития двигательных способностей: как все мотострелки, они должны иметь высокий уровень развития взрывной силы сгибателей и разгибателей ног, скоростной силы сгибателей и разгибателей рук, аэробной выносливости продолжительностью до 30 минут в большой зоне мощности, быстротой продолжительностью до 3 минут в субмаксимальной зоне мощности, скоростной выносливостью до 3 минут в субмаксимальной зоне мощности и продолжительностью до 3 минут в субмаксимальной зоне мощности, специальной выносливостью, которая позволит выработать устойчивость к гиподинамии (способность поддерживать работоспособность в условиях пониженной двигательной активности, когда нагрузка на мышцы резко уменьшается) и устойчивость к укачиванию (способность переносить воздействие механических и других раздражителей, возникающих в результате разнонаправленного перемещения БМП, БТР), координационных способностей: способность к ориентированию (возможность точно определять и своевременно изменять положение тела и осуществлять движения в нужном направлении), способность к согласованию (соединение отдельных движений и действий в целостные двигательные комбинации), а также ввиду тяжелого веса оружия должны иметь высокий уровень развития силовой выносливости мышц спины, рук и разгибателей ног продолжительностью до 3 минут в субмаксимальной зоне мощности и продолжительностью от 3 до 30 минут в большой зоне мощности.

4. Для эффективного выполнения гранатометчиками нормативов по боевой подготовке требуется наличие следующих сформированных двигательных умений и навыков: навык в переноске тяжестей, спрыгивание с опоры и запрыгивание на опору ( $h=0,5$  м), ускоренное передвижение по пересеченной местности продолжительностью до 3 минут в субмаксимальной зоне мощности и продолжительностью от 3 до 30 минут в большой зоне мощности, переползания и перебежки продолжительностью до 1 минуты в максимальной зоне мощности, военно-прикладное плавание продолжительностью от 3 до 30 минут в большой зоне мощности.