

Культура физическая и здоровье. 2023. № 2 (86). С. 130-137.
Physical Culture and Health. 2023, 2 (86), 130-137

Научная статья
УДК 796
DOI: 10.47438/1999-3455_2023_2_130

ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ПО ПРИЗЫВУ В ТЕЧЕНИЕ ПЕРВЫХ МЕСЯЦЕВ СЛУЖБЫ



Евгений Андреевич Стеблецов ¹, Николай Николаевич Бакаев ^{2АВ}

*Воронежский государственный педагогический университет ¹, 2Б
Воронеж, Россия*

*Краснодарское высшее военное авиационное училище лётчиков ^{2А}
Балашов, Россия*

*¹ Заслуженный тренер РФ, кандидат педагогических наук, профессор,
профессор кафедры теории и методики физической культуры
тел.: +7(920)218-05-69, e-mail: e.stebletsov@gmail.com
ORCID 0000-0003-0932-8689*

^{2А} Капитан, начальник учебной лаборатории факультета дальней и военно-транспортной авиации

*^{2Б} Аспирант кафедры теории и методики физической культуры
тел.: +7(918)158-66-46, e-mail: ircusik_lesnych@mail.ru
ORCID 0009-0001-8876-8991*

Аннотация. Профессионально-прикладная физическая подготовка солдат срочной службы является базовой основой формирования боеготовности военнослужащих рядового состава. Функциональная физическая подготовка позволяет им более эффективно и надёжно использовать вооружение и военную технику в боевой обстановке, быстрее, точнее и успешнее действовать в разнообразных условиях реального боя и, как следствие, остаться живым и боееспособным.

Проблеме организации и проведения специальной прикладной физической подготовки солдат в первые месяцы срочной службы посвящено большое количество научных исследований, в которых доказано, что: «Целенаправленная организация физической подготовки в начальный период воинской службы позволяет им быстрее достичь необходимого уровня физической готовности к выполнению служебно-боевых задач».

Проведённое исследование показало, что результаты выполнения упражнения, характеризующего уровень развития двигательной способности – выносливости, имеют самый низкий показатель, что может быть объяснено функциональной неготовностью сердечно-сосудистой и дыхательной систем военнослужащих к длительной циклической физической нагрузке.

Уровень развития таких двигательных способностей, как сила, быстрота и ловкость по усреднённым значениям оцениваются «удовлетворительно».

Установленные факты в констатирующем исследовании указывают на необходимость разрешения противоречий между требованиями программы боевой подготовки и исходным уровнем физической подготовленности военнослужащих по призыву. Зафиксирован факт отсутствия достоверной положительной динамики в результатах физической подготовленности после этапа начальной военной и общевойсковой подготовки, проводимых по существующей Программе физической подготовки в соответствии с Приказом Министра обороны РФ от 21.04.2009 N 200 «Об утверждении Наставления по физической подготовке в Вооружённых Силах Российской Федерации (НФП-2009).

Ключевые слова: физическое развитие, физическая подготовка, военнослужащие по призыву, начальная военно-прикладная физическая подготовка.

Для цитирования: Стеблецов Е. А., Бакаев Н. Н. Динамика физического развития и уровня физической подготовленности военнослужащих по призыву в течение первых месяцев службы // Культура физическая и здоровье. 2023. № 2. С. 130-137. DOI: 1047438-1999-3455_2023_2_130.

Актуальность

В «Наставлении по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации» указывается: «Физическая подготовка является основным элементом боевой готовности военнослужащих к выполнению учебно-боевых задач и одним из направлений повышения боеспособности Вооруженных Сил» [10]. Там же указывается, что: «Цель физической подготовки в Вооруженных Силах заключается в обеспечение необходимого уровня физической подготовленности военнослужащих для выполнения боевых и других задач в соответствии с их предназначением».

Задачами физической подготовки военнослужащих являются:

- развитие и совершенствование физических качеств (выносливости, силы, быстроты и ловкости) с учетом возрастных особенностей;
- формирование навыков в передвижении по пересеченной местности в пешем порядке и на лыжах, в преодолении естественных и искусственных препятствий, рукопашном бою, военно-прикладном плавании.

Физическая подготовка способствует:

- повышению устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов военно-профессиональной деятельности и окружающей среды;
- воспитанию психической устойчивости и морально-волевых качеств;
- формированию готовности военнослужащих к перенесению экстремальных физических и психических нагрузок в период подготовки и ведения боевых действий;
- повышению военно-специальной подготовленности военнослужащих;
- совершенствованию боевой слаженности воинских подразделений» [10].

Профессионально прикладная физическая подготовка солдат срочной службы является базовой основой формирования боеготовности военнослужащих рядового состава. Функциональная физическая подготовка позволяет им более эффективнее и надежнее использовать вооружение и военную технику в боевой обстановке, быстрее, точнее и успешнее действуют в разнообразных условиях реального боя - остаться живым и боеспособным.

Проблеме организации и проведения специальной прикладной физической подготовки солдат в первые месяцы срочной службы посвящено большое количество научных исследований. В который доказано, что: «Целенаправленная организация физической подготовки в начальный период воинской службы позволяет им быстрее достичь необходимого уровня физической готовности к выполнению служебно-боевых задач» [1, 2, 3, 4, 7, 9, 15 и др].

Авторы на основе экспериментальных результатов делаю обоснованный вывод, что: «Именно средствами и методами физической подготовки формируются эффективные механизмы адаптации к условиям военной службы, ведущих к благополучному и эффективному освоению программ боевой подготовки» [6, 12, 13, 14, 15, 17].

При этом в ряде работ, отмечается, что: «Низкий уровень физической подготовленности военнослужащих из числа нового пополнения затрудняет овладение ими

программы обучения, снижает военно-профессиональную пригодность и боевую эффективность» [2, 4, 5, 8, 12, 16, 18].

Полученный опыт боевого применения личного состава в рамках проходящей в настоящее время специальной военной операции на Украине свидетельствует о том, что: «Среди хорошо физически подготовленных военнослужащих из числа нового пополнения боевых потерь на 60 % меньше, чем среди слабо подготовленных. Высокая физическая и специальная подготовленность военнослужащих позволяет сохранять профессиональную работоспособность и навыки эффективного управления боевой техникой в условиях боевого стресса, физического и психологического перенапряжения» [2, 3, 4, 16, 19].

В предыдущей публикации по вопросу физической подготовленности как одной из основных составляющих боеготовности солдат срочной службы мы указывали: «Что основной целью физической подготовки в Вооруженных Силах является обеспечение необходимого уровня физической подготовленности военнослужащих для выполнения боевых и других задач в соответствии с их профессиональным предназначением» [14].

Цель работы – определить динамику физического развития и физической подготовленности солдат по призыву в первые 6 месяцев службы.

Документы, регламентирующие проведение начальной подготовки военнослужащих по призыву до 6 месяцев, определяют, что: «Весь комплекс мероприятий, проводимых с новым пополнением в начальный период военной службы, должен быть направлен на физическую и морально-психологическую адаптацию военнослужащих к условиям военной службы» [10, 11].

В НФП указано, что: Планирование физической подготовки осуществляется: для военнослужащих по контракту и по призыву – 5 учебных часов в неделю, ежедневно по одному часу в регламенте служебного времени (при нахождении в местах постоянной дислокации)» [10].

Организация исследования

Уровень физического развития и физической подготовленности военнослужащих по призыву исследовался на протяжении первых 6 месяцев службы. Контрольный срез уровня физического развития и физической подготовленности фиксировались в начале службы (10 дней), через 3 и 6 месяцев прохождения подготовки. Тестовыми контрольными упражнениями в соответствии с положением НФП 2009 (приложение N 12) были: «Сила - подтягивание на перекладине; быстрота - бег 100 м; ловкость - челночный бег 10x10; выносливость - бег на 3 км» [10].

Выполнение упражнений оценивалось в соответствии с нормативами по физической подготовке согласно: «Приказ Министерства обороны РФ от 31 июля 2013 г. № 560 "О внесении изменений в Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации, утвержденное приказом Министра обороны Российской Федерации от 21 апреля 2009 г. № 200» [11]. Результаты выполнения упражнений переводились в баллы (приложение N 14). Согласно положению, минимальный уровень бальной оценки по каж-

дому упражнению у солдат срочной службы до 6 месяцев составляет 26 баллов, при выполнении 4-х упражнений оценка удовлетворительно - 150 баллов, хорошо - 180, отлично - 220.

Формирующий этап был реализован в течение 6 месяцев. Физическая подготовка солдат осуществлялась в соответствии с «Положением» в режиме дня, ежедневно каждое утро в течении 60 минут. В подготовку были включены следующие упражнения: медленный бег – 8-10 мин; разминка 5-8 мин; прикладная гимнастика – 10-12 мин; чесночный бег – 8 мин (3 забега); бег на 3 км – 15-18 мин.

В этот период, по выходным дням было проведено 12 спортивно массовых мероприятий. Военнослужащие

распределялись на команды, были проведены в составе подразделения спортивные игры: мини-футбол, волейбол, баскетбол. Соревнования по легкоатлетическому кроссу - 6 соревнований, по подтягиванию, челночному бегу и прыжкам в длину с места.

Результаты исследования

Поэтапная проверка физического развития и уровня физической подготовленности военнослужащих срочной службы в течение полугода - тестирование проводилось 3 раза - в начале службы, через 3 и 6 месяцев (табл. 1, 2; рис. 1, 2).

Таблица 1 – Динамика показателей физического развития военнослужащих в течение 6 месяцев призванных весной 2022 г. (n = 64)

Показатель	Начало службы	3 месяца	6 месяцев
	M±		
Рост стоя, см	175,87 ± 0,74	176,32 ± 0,69	176,92 ± 0,11
Вес, кг	74,38 ± 0,97	73,44 ± 0,61	75,14 ± 0,53
Индекс массы тела, кг/м ²	24,3 ± 0,28	23,63 ± 0,25	23,99 ± 0,25
Силовой индекс кистевой динамометрии, %	60,38 ± 1,41	65,78 ± 1,37	69,78 ± 1,82

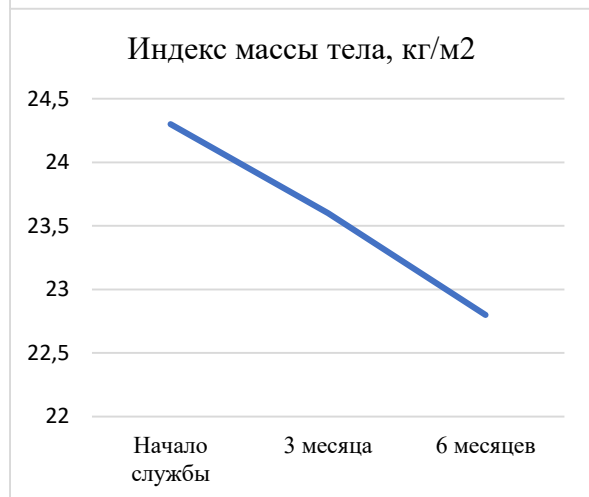


Рис. 1 – Диаграммы динамики физического развития военнослужащих в течение 6 месяцев

Показатель роста наблюдаемой группы военнослужащих в течение 6 месяцев в среднем увеличился на 1 см. Рассматривая динамику показателя веса отмечено его

снижение после 3-х месяцев службы на 0,94 кг, по истечении 6 месяце зафиксировано увеличение вес на 1,7 кг до 75,14 кг. За 6 месяцев службы средние показатели

веса в исследуемой группе увеличился на 0,48 кг (рисунок 1).

Усредненный индекс массы тела ($ИМТ = \text{вес (кг)} / \text{рост (м)}^2$) нового пополнения, свидетельствует о том, что у солдат в течение 6 месяцев после призыва он находится в диапазонах нормы 23,99 (18.5 - < 25) [20].

Динамика силового индекса кистевой динамометрии в соотношении с массой тела свидетельствуют о исходном низком уровне физического здоровья военнослужащих - 60,38 %, норма 65 %. По истечению 3-х и 6 месяцев показатели силового индекса повысились и соответствовали норме 65,78 % и 69,78 %.

Таблица 2 – Динамика результатов физической подготовленности военнослужащих в течение 6 месяцев призванных весной 2022 г. (n = 64) на этапе начальной военной и общевоинской подготовки

Контрольные упражнения	Минимальные требования к нормативам НФП	Начало службы	3 месяца	6 месяцев
		M±		
Подтягивание на перекладине (кол-во)	10	6,81 ± 0,57	7,58 ± 0,49	10,28± 0,13
Бег 100 метров (с)	15,1	15,23 ± 0,15	15,19 ± 0,23	14,82± 0,13
Челночный бег 10x10 (с)	28,5	28,9±0,6	28,6±0,7	28,4±0,5
Бег 3 км (мин)	14,30	15,1±0,3	14,52±0,3	14,26±0,3

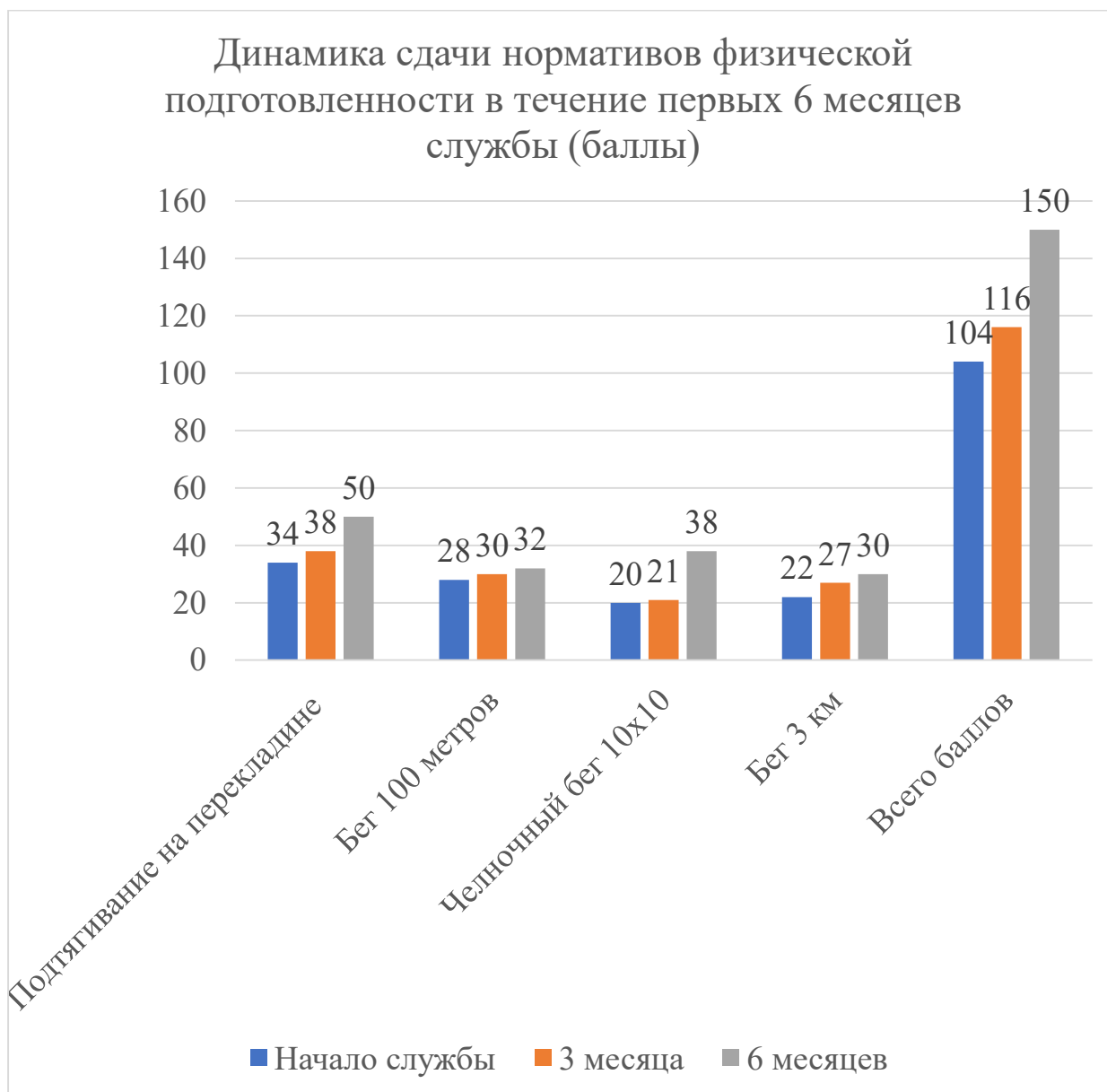


Рис. 2 – Динамика сдачи нормативов физической подготовленности в течение первых 6 месяцев службы (Положение НФП 2009)

Обсуждение результатов констатирующего исследования

Во время контрольного тестирования общей физической подготовленности в соответствии с Положением НФП 2009 военнослужащие нового набора средние показатели по всем тестам были ниже требуемой нормы (таблица 2, рисунок 2). Только 8 % призывников выполнили нормативы на «отлично», «хорошо» - 11 %, «удовлетворительно» - 14 %, «неудовлетворительно» - 67 %. Средние показатели по выполнению тестовых испытаний по НФП: «подтягивание на перекладине» - 34 балла, бег 100 м - 28 баллов, челночный бег - 20 баллов, бег 3 км - 22 балла. В беговых нормативах средние показатели меньше минимального требования в 26 баллов. Общая средняя оценка составляет 104 балла, что соответствует оценке «не удовлетворительно».

При повторном тестировании после 3-х месяцев службы зафиксированы следующие результаты. Солдаты выполнившие нормативы на «отлично» - 9% «хорошо» - 14 %, «удовлетворительно» - 26 %, «неудовлетворительно» - 51 %. Средние показатели по выполнению тестовых испытаний: «подтягивание на перекладине» - 38 баллов, бег 100 м - 30 баллов, челночный бег - 21 балл, бег 3 км - 27 баллов. В 3-х нормативах (подтягивание, бег 100 и 3000 метров) были зафиксированы результаты выше минимального требования, в челночном беге результат незначительно улучшился 21 балл, но также был ниже минимального требования - 26 баллов. Общая средняя оценка составляет 116 баллов, что также соответствует оценке «не удовлетворительно».

Итоговое тестирование по окончании этапа начальной физической подготовки после 6 месяцев показало. Солдаты выполнившие нормативы на «отлично» - 9 % «хорошо» - 18 %, «удовлетворительно» - 35 %, «неудовлетворительно» - 37 %. Средние показатели по выполнению тестовых испытаний: «подтягивание на перекладине» - 50 баллов, бег 100 м - 32 балла, челночный бег - 38 баллов, бег 3 км - 30 баллов. Результаты во всех тестах превысили минимальное требование, наибольший результат был зафиксирован в подтягивании - 50 баллов, наименьший 30 баллов в беге на 3000 метров. Общая средняя оценка составляет 150 баллов, что также соответствует оценке «удовлетворительно».

Выводы

Проведенное исследование показало, что результаты выполнения упражнения, характеризующего уровень развития двигательной способности - выносливость,

имеют самый низкий показатель, что может быть объяснено функциональной неготовностью сердечно-сосудистой и дыхательной систем военнослужащих к длительной циклической физической нагрузке.

Уровень развития двигательных способностей, как сила, быстрота и ловкость, по усредненным значениям оцениваются «удовлетворительно».

Проведенный анализ динамики физического развития и уровня физической подготовленности военнослужащих, прибывших на пополнение, на этапах начальной военной и общевоинской подготовки позволяет заключить следующее:

- уровень функционального состояния военнослужащих из числа нового пополнения имеет низкие показатели, что выражается, прежде всего, в не удовлетворительной оценке функционирования сердечно-сосудистой и дыхательной систем испытуемых и свидетельствует о низкой физической работоспособности военнослужащих;

- уровень развития выносливость военнослужащих из числа нового пополнения, оценивается «неудовлетворительно», сила быстрота и ловкость - «удовлетворительно»;

- статистически значимые улучшения результатов контрольных испытаний по физической подготовке, проведенных с военнослужащими из числа нового пополнения после 3 и 6 месяцев после начала службы, выявлены только в подтягивании и беге на 100 м.

Таким образом, установленные факты в констатирующем исследовании указывают на необходимость разрешения противоречий между требованиями программы боевой подготовки и исходным уровнем физической подготовленности военнослужащих по призыву. Зафиксирован факт отсутствия достоверной положительной динамики в результатах физической подготовленности после этапа начальной военной и общевоинской подготовки, проводимых по существующей Программе физической подготовки в соответствии с НФП 2009. Программа не учитывает наметившуюся в последние годы серьезную тенденцию снижения показателей физического развития и уровня физической подготовленности молодежи призывного возраста.

Конфликт интересов

Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Библиографический список

1. Глазунов, С.И. Анализ современных подходов к тестированию физической подготовленности военнослужащих // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. 2011. № 11. С. 29–32.
2. Гудков, А.Б., Небученных, А.А., Попова, О.Н. Физическая работоспособность военнослужащих по призыву в начальный период службы на Европейском Севере // Экология человека. 2008. № 3. С. 42–47.
3. Дмитриев, Г.Г., Исламов, В.А. Формирование у военнослужащих воздушно-десантных войск адаптации к выживанию в экстремальных условиях деятельности // Теория и практика физической культуры. 2022. № 9. С. 35–37.
4. Исследование физических нагрузок и нервно-эмоциональных напряжений у военнослужащих в ходе современной боевой подготовки на оперативном-стратегических учениях ВС РФ: отчет о НИР / рук. Б.В. Ендальцев. СПб., 2015. 103 с.
5. Жаринов, Н.М., Жаринова Е.Н., Мосеев В.И. Современная динамика состояния здоровья допризывной и призывной молодежи как основной части их готовности к защите Отечества(на материалах Выборгского района

Санкт-Петербурга) // Актуальные проблемы инфотелекоммуникаций в науке и образовании : Междун. науч.-техн. и науч.-метод. конф. : сб. науч. ст. : в 2 т. / под. ред. С. В. Бачевского. СПб., 2015. С. 1203–1209.

6. Иванов, И.В., Калинин, Л.А., Морозов, В.Н. Комплекс методов оценки функционального состояния военнослужащих в процессе физической подготовки // Вестник спортивной науки. 2018. № 5. С. 71–76.

7. Лобачев, И.В. и другие. Адаптация военнослужащих к боевым условиям / И.В. Лобачев, Н.Г. Коршевер, Ю.Р. Дорфман, Е.Е. Фурманов // Вестник Российской Военно-медицинской академии. – 2019. – № 1(65). – С. 175–179. – EDN VWYNCW.

8. Марищук, Л.В., Козыревский, А.В. Анализ состояния физической подготовки в органах пограничной службы РФ // Актуальные проблемы физической подготовки силовых структур. 2011. № 1. С. 39–44.

9. Миронов, В.В., Кузнецов, И.А., Мигунько, А.М. Комбинированное занятие как вид учебно-тренировочного занятия по физической подготовке военнослужащих из числа нового пополнения Вооруженных Сил РФ // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. 2020. № 1. С. 64–68.

10. Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации, утвержденное приказом Министра обороны Российской Федерации от 21 апреля 2009 г. № 200 [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://rg.ru/2013/09/06/podgotovka-dok.html> (дата обращения: 10.09.2021).

11. Приказ Министерства обороны РФ от 31 июля 2013 г. № 560 "О внесении изменений в Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации, утвержденное приказом Министра обороны Российской Федерации от 21 апреля 2009 г. № 200.

12. Пятунина, О.И. Оценка физического развития и физической подготовленности солдат срочной службы г. Алейска Алтайского края // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. — 2019. — № 4 (15). Спецвыпуск по гранту РФФИ № 19–013– 20149\19. — С. 440–445. URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>.

13. Рахманов, Р.С., Колчин, А.В. Способ оценки физического развития лиц призывного возраста и военнослужащих, проходящих службу по призыву // Патент на изобретение № 2363377 от 02.10.2007 г.

14. Стеблецов Е.А. Обзорное аналитическое исследование литературы по вопросу физической подготовленности как одной из основных составляющих боеготовности солдат срочной службы / Е.А. Стеблецов, Н.Н. Бакаев, Д.С. Авдеев // Культура физическая и здоровье. — 2022. — Т. 1 (81). — С. 28–32.

15. Строк, А.Н. Особенности физической подготовки молодого пополнения Вооруженных Сил РФ // Современные проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта : сб. II Всероссийской науч. конф. с междунар. участием, посвященной 70-летию подготовки специалистов в сфере физ. культуры и спорта в Арханг. обл. 6–7 дек. 2018 г. Архангельск : САФУ, 2018. С. 65–69.

16. Учебная программа начальной военной подготовки военнослужащих Вооруженных Сил РФ: утв. приказом Министра обороны РФ 2016 г. № 500 / М-во обороны РФ Москва, 2016. 13 с.).

17. Филатов, А.В. Некоторые вопросы физической готовности молодого пополнения к военной службе // Стратегия формирования здорового образа жизни средствами физической культуры и спорта. «Спорт для всех» и внедрение всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО: материалы XIV Всероссийской науч.-практ. конф. с междунар. участием. Тюмень, 2016. С. 137–141.

18. Федорков, А.И. др. Физическая подготовка в Вооруженных силах Российской Федерации / А.И. Федорков, В.М. Жильцов, Д.С. Веневцев [и др.] // Актуальные научные исследования в современном мире. – 2020. – № 8-2(64). – С. 91–93.

19. Щеголев, В.А. Организация боевой и физической подготовки подразделений специального назначения в различных условиях обитания : по материалам НИР «Исток-5» // сб. науч. ст. и докл. итоговых науч. конф. профес.-препод. состава, слушателей, курсантов и соискателей института за 2013 г. СПб. : ВИФК, 2014. Ч. 1. С. 327–329.

20. National Institutes of Health (NIH), National Heart, Lung, and Blood Institute (NHLBI). The practical guide: identification, evaluation, and treatment of overweight and obesity in adults. Bethesda: National Institutes of Health. 2000, NIH publication 00-4084.

References

1. Glazunov, S.I. Analysis of modern approaches to testing the physical preparedness of military personnel // Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports. 2011. № 11. P. 29–32.

2. Gudkov, A.B., Nebuchennykh, A.A., Popova, O.N. Physical performance of military personnel on conscription in the initial period of service in the European North. 2008. № 3. P. 42–47.

3. Dmitriev, G.G., Islamov, V.A. Formation of adaptation to survival in extreme conditions of activity among military personnel of the airborne troops // Theory and practice of physical culture. 2022. № 9. P. 35–37.

4. Study of physical exertion and neuro-emotional stress in military personnel in the course of modern combat training at operational-strategic exercises of the Armed Forces of the Russian Federation: a report on research / hands. B.V. Endaltsev. SPb., 2015. 103 p. (in Russian).

5. Zharinov, N.M., Zharinova E.N., Moseev V.I. Modern dynamics of the state of health of pre-conscription and conscription youth as the main part of their readiness to protect the Fatherland (based on the materials of the Vyborg district of St. Petersburg) // Actual problems of infotelecommunications in science and education: Mezhdun. scientific-technical and scientific-method. Conf. : Sb. nauch. Art. : in 2 t. / under. Ed. by S. V. Bachevsky. SPb., 2015. P. 1203–1209.

6. Ivanov, I.V., Kalinkin, L.A., Morozov, V.N. Complex of methods for assessing the functional state of military personnel in the process of physical training. 2018. № 5. P. 71–76.

7. Lobachev, I.V. and others. Adaptation of military personnel to combat conditions / I.V. Lobachev, N.G. Korshever, Yu.R. Dorfman, E.E. Furmanov // Bulletin of the Russian Military Medical Academy. – 2019. – № 1(65). – P. 175-179. – EDN VWYNCW.
8. Marischuk, L.V., Kozyrevsky, A.V. Analysis of the state of physical training in the bodies of the border service of the Russian Federation // Actual problems of physical training of power structures. 2011. № 1. P. 39–44.
9. Mironov, V.V., Kuznetsov, I.A., Migunko, A.M. Combined occupation as a type of training lesson on physical training of military personnel from among the new replenishment of the Armed Forces of the Russian Federation // Actual problems of physical and special training of power structures. 2020. № 1. P. 64–68.
10. Manual on physical training in the Armed Forces of the Russian Federation, approved by the order of the Minister of Defense of the Russian Federation of April 21, 2009 No. 200 [Electronic resource]. - Access mode: <https://rg.ru/2013/09/06/podgotovka-dok.html> (date accessed: 10.09.2021).
11. Order of the Ministry of Defense of the Russian Federation of July 31, 2013 No. 560 "On Amendments to the Manual on Physical Training in the Armed Forces of the Russian Federation, approved by Order of the Minister of Defense of the Russian Federation of April 21, 2009 No. 200.
12. Pyatunina, O.I. Assessment of physical development and physical fitness of conscripts in the city of Aleisk, Altai Territory // Human Health, Theory and Methodology of Physical Culture and Sports. — 2019. — No. 4 (15). Special issue under RFBR grant No. 19-013-20149\19. — S. 440–445. URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>.
13. Rakhmanov, R.S., Kolchin, A.V. Method for assessing the physical development of persons of military age and military personnel serving on conscription // Patent for invention No. 2363377 dated 02.10.2007.
14. Stebletsov E.A., Bakaev N.N., Avdeev D.S. Review analytical study of the literature on the issue of physical preparedness as one of the main components of the combat readiness of conscripts / E.A. Stebletsov, N.N. Bakaev, D.S. Avdeev // Physical culture and health. — 2022. — T. 1 (81). — P. 28-32.
15. Strok, A.N. Features of physical training of young replenishment of the Armed Forces of the Russian Federation // Modern problems and prospects for the development of physical culture and sports: collection of II All-Russian scientific. Conf. from the International. participation dedicated to the 70th anniversary of the training of specialists in the field of physical culture and sports in Arhang. Dec. 6–7. 2018 Arkhangelsk: NARFU, 2018. P. 65–69.
16. The curriculum of the initial military training of military personnel of the Armed Forces of the Russian Federation: approved. order of the Minister of Defense of the Russian Federation 2016 No. 500 / Ministry of Defense of the Russian Federation, Moscow, 2016. 13 p.).
17. Filatov, A.V. Some questions of physical readiness of a young replenishment to military service // Strategy for the formation of a healthy lifestyle by means of physical culture and sports. "Sport for All" and the introduction of the All-Russian Physical Culture and Sports Complex of the GTO: materials of the XIV All-Russian Scientific and Practical Act. Conf. From the International. Participation. Tyumen, 2016. P. 137–141.
18. Physical training in the Armed Forces of the Russian Federation / A.I. Fedorkov, V.M. Zhiltsov, D.S. Venevtsev [et al.] // Actual scientific research in the modern world. – 2020. – № 8-2(64). – P. 91-93.
19. Shchegolev, V.A. Organization of combat and physical training of special purpose units in various living conditions: based on the materials of the research work "Istok-5" // collection of scientific works. Art. and Dokl. final scientific. Conf. profes.-teach. staff, students, cadets and applicants of the institute for 2013 St. Petersburg. : VIFK, 2014. Part 1. P. 327–329.
20. National Institutes of Health (NIH), National Heart, Lung, and Blood Institute (NHLBI). The practical guide: identification, evaluation, and treatment of overweight and obesity in adults. Bethesda: National Institutes of Health. 2000, NIH publication 00-4084.

Поступила в редакцию 25.04.2023
Подписана в печать 29.06.2023

DYNAMICS OF PHYSICAL DEVELOPMENT AND LEVEL OF PHYSICAL FITNESS OF CONSCRIPTS DURING THE FIRST MONTHS OF SERVICE

Evgeny A. Stebletsov ¹, Nikolay N. Bakaev ^{2AB}

Voronezh State Pedagogical University ^{1, 2B}

Voronezh, Russia

Krasnodar Higher Military Aviation School of Pilots ^{2A}

Balashov, Russia

¹ *Honored coach of the Russian Federation, PhD of Pedagogy, Professor, Professor of the Department of Theory and Methodology of Physical Culture*

ph.: +7(920)218-05-69, e-mail: e.stebletsov@gmail.com

ORCID 0000-0003-0932-8689

^{2A} *Captain, Head of training laboratory of the faculty of long-range and military transport aviation*

^{2B} *Postgraduate student of the Department of Theory and Methodology of Physical Culture*

ph.: +7(918)158-66-46, e-mail: ircusik_lesnych@mail.ru

ORCID 0009-0001-8876-8991

Abstract. Professionally applied physical training of conscripts is the basic basic formation of combat readiness of enlisted personnel. Functional physical training allows them to use weapons and military equipment more efficiently and reliably in a combat situation, act faster, more accurately and more successfully in a variety of conditions of real combat, and remain alive and combat-ready.

A large number of scientific studies are devoted to the problem of organizing and conducting special applied physical training of soldiers in the first months of military service. In which it is proved that: "The purposeful organization of physical training in the initial period of military service allows them to quickly achieve the necessary level of physical readiness to perform service and combat tasks."

The study showed that the results of the exercise, which characterizes the level of development of motor ability endurance, have the lowest rate, which can be explained by the functional unpreparedness of the cardiovascular and respiratory systems of military personnel for prolonged cyclic physical activity.

The level of development of motor abilities, such as strength, speed and agility, according to averaged values, are assessed as "satisfactory".

The established facts in the ascertaining study indicate the need to resolve the contradictions between the requirements of the combat training program and the initial level of physical fitness of conscripts. The fact of the absence of a reliable positive dynamics in the results of physical fitness after the stage of initial military and combined arms training, conducted according to the existing Physical Training Program in accordance with the NFP 2009, was recorded.

Keywords: physical development, physical training, conscripts, basic military-applied physical training.

Cite as: Stebletsov, E. A., Bakaev, N. N. (2023) Dynamics of physical development and level of physical fitness of conscripts during the first months of service. *Physical Culture and Health*. (2), 130-137. (In Russ., abstract in Eng.). doi: 10.47438/1999-3455_2023_2_130.

Received 25.04.2023

Accepted 29.06.2023