

МИНИСТЕРСТВО ОБОРОНЫ УКРАИНЫ  
ОДЕССКИЙ ИНСТИТУТ СУХОПУТНЫХ ВОЙСК

В. Н. ГУЗАРЬ, И. П. ПИСТОЛ, А. А. ФЕДОРОВ

# ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

ОСНОВЫ РУКОВОДСТВА И ОБЕСПЕЧЕНИЯ

Утверждено  
начальником института  
в качестве учебного пособия

1994

Учебное пособие предназначено для курсантов и офицеров института. В данном пособии представлен теоретический раздел, в котором освещаются: вопросы физической подготовки в Вооруженных Силах Украины: основы руководства, материальное и финансовое обеспечение физической подготовки; контроль и учет физической подготовки; работа по Военно-спортивному комплексу; влияние физической подготовки на боеготовность военнослужащих; организация и проведение спортивной работы и попутной физической тренировки.

Авторами учебного пособия являются кандидат педагогических наук подполковник В.Н.Гузарь, подполковники И.Н.Пистол, А.А.Федоров.

## І. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В ВООРУЖЕННЫХ СИЛАХ УКРАИНЫ

### ВВЕДЕНИЕ

Одна из характерных особенностей нашего времени активизация действий масс в защиту мира. Осознание миллионами и миллионами людей гибельной цивилизации опасности гонки ракетно-ядерных вооружений приводит к качественным изменениям в антивоенной борьбе, порождает невиданную ранее мобилизацию общественных сил. Во всех странах продолжает расти широкое движение в поддержку мирных инициатив многих государств, направленных на предотвращение ядерной катастрофы, прекращение гонки вооружений на Земле и недопущение ее в космосе, за создание всеобъемлющей системы международной безопасности, возврат к разрядке, нормализации обстановки в "горячих точках" планеты.

Единство всех миролюбивых сил способно поставить надежную преграду планам тех, кто стоит за продолжение гонки вооружений и политики дальнейшего обострения международной обстановки, кто одержим идеей добиться военного превосходства.

Все больший интерес в мире вызывает идея разработки и осуществления мер по нормализации международных экономических отношений, обеспечению экономической безопасности государств.

Но пока существует военная угроза, мы должны еще более активизировать свои действия и объединять усилия с тем, чтобы вместе с народом всего мира положить конец гонке вооружений, начать процесс разоружения, решительно устранить угрозу ядерной катастрофы, нависшей над человечеством.

В укреплении боевой мощи и повышении боевой готовности Вооруженных Сил Украины важную роль играет физическая подготовка личного состава. Эта роль подтверждается опытом Великой Отечественной войны советского народа с фашистской Германией и практикой боевой подготовки в настоящее время при оказании помощи дружественным странам.

Систематические занятия физической подготовкой и спортом позволяют людям полноценно и эффективно трудиться в сфере общественного производства, а при необходимости выполнить патристический долг по защите Родины.

Внедрение в Армии и на Флоте новейших видов боевой техники и оружия повлекло за собой существенное изменение в характере современного боя. Современные военные действия по физическим нагрузкам, которым они будут подвергать человека, потребуют чрезвычайного напряжения физических сил солдат, матросов и офицеров, их высокой физической подготовленности. В Вооруженных Силах Украины создается научно обоснованная система физической подготовки, имеющая военно-прикладной характер. Она предусматривает укрепление здоровья, улучшение физического развития, закалывание, развитие физических и психических качеств воинов. Содержание специальных задач обусловлено особенностью деятельности в различных родах войск, требованиями военной специальности.

#### 1.1. Цель, задачи и содержание физической подготовки в Вооруженных Силах Украины

Цель, задачи и содержание физической подготовки Вооруженных Сил Украины обусловлены требованиями современного боя к физическим и морально-волевым качествам воинов, к их боевому мастерству.

Современный бой будет характеризоваться стремительностью боевых действий, большой маневренностью войск, массовым применением разнообразной мощной техники и новейшего вооружения. Быстрота и решительный характер боевых действий, протекающих днем и ночью в различных условиях погоды и местности (в населенных пунктах, горах, равнинах, пустынях, лесах), при переправах, в траншеях и ходах сообщения) — это все потребует от воинов предельного напряжения всех их моральных и физических сил, большой физической выносливости и закалки.

Физическая подготовка является предметом боевой подготовки, важной и неотъемлемой частью воинского обучения и воспитания личного состава Вооруженных Сил, она должна способствовать воспитанию дисциплинированности, коллективизма, товарищеской взаимопомощи и формированию строевой выправки и подтянутости.

Многостороннее значение физической подготовки как составной части воинского обучения и воспитания находит свое выражение в цели и задачах физической подготовки.

Цель физической подготовки — обеспечить физическую готовность военнослужащих к боевой деятельности, а также способствовать решению других задач их обучения и воспитания. Эта цель достигается путем решения конкретных общих и специальных задач. Разделение задач физической подготовки на общие и специальные, хотя и носит в определенной мере условный характер, имеет большое теоретическое и практическое значение, непосредственно вытекает из результатов научных исследований, исторического и современного опыта боевой подготовки войск.

Общие задачи физической подготовки всех военнослужащих отражают требования к физической подготовке всего личного состава Вооруженных Сил Украины.

Общими задачами физической подготовки военнослужащих являются:

развитие и постоянное совершенствование выносливости, силы, быстроты и ловкости;

овладение навыками в передвижении по пересеченной местности в пешем порядке и на лыжах, преодолении препятствий, рукопашном бою, военно-прикладном плавании;

улучшение физического развития, укрепления здоровья и повышение устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов военно-профессиональной деятельности.

В процессе физической подготовки формируются теоретические знания и организаторско-методические умения. Физическая подготовка должна способствовать повышению военно-специальной подготовленности, воспитанию морально-политических и психических качеств личного состава, совершенствованию боевой слаженности воинских подразделений.

Физическая подготовка должна способствовать воспитанию дисциплинированности, коллективизма, товарищеской взаимопомощи и формированию строевой выправки и подтянутости.

Специальными задачами для личного состава Сухопутных войск являются:

для личного состава мотострелковых частей, частей химической защиты и курсантов училищ, готовящих офицеров для этих

частей: преимущественное развитие общей выносливости и способности к совершению длительных маршей на лыжах и марш-бросков по пересеченной местности; совершенствование навыков в преодолении специальных препятствий; воспитание сплоченности и совершенствование навыков в коллективных действиях на фоне больших физических и психических нагрузок;

для личного состава танковых, самоходных артиллерийских, инженерных частей и курсантов училищ, готовящих офицеров для этих частей; преимущественное развитие силы, силовой выносливости и ловкости; воспитание сплоченности и совершенствование навыков в коллективных действиях на фоне больших физических и психических нагрузок;

для личного состава артиллерийских, ракетных частей, частей войск связи и курсантов училищ, готовящих офицеров для этих частей; преимущественное развитие силы, силовой и скоростной выносливости; воспитание сплоченности и совершенствование навыков в коллективных действиях на фоне больших физических и психических нагрузок;

для личного состава разведывательных частей и подразделений: преимущественное развитие общей выносливости, способности к совершению длительных маршей на лыжах и марш-бросков по пересеченной местности и ловкости; совершенствование навыков в преодолении специальных препятствий; формирование готовности к рукопашной схватке с численно превосходящим противником; воспитание сплоченности и совершенствование навыков в коллективных действиях на фоне больших физических и психических нагрузок.

Достижение цели физической подготовки зависит от согласованности и последовательности в применении средств, методов и форм организации, т.е. от приведения их в определенный порядок, систему.

Система физической подготовки представляет собой совокупность всех средств, методов и форм организации физической подготовки военнослужащих, применяемых в соответствии с общими задачами и принципами боевой подготовки воспитания войск.

Специфической чертой системы физической подготовки войск является специальная направленность, которая определяется существенными различиями в требованиях к физической готовности военнослужащих различных видов Вооруженных Сил и родов войск. Научные исследования и опыт боевой подготовки свидетельствуют о том, что на современном этапе развития Вооруженных Сил

рациональная специализация является важнейшим путем дальнейшего совершенствования системы физической подготовки войск.

В системе физической подготовки войск содержание является центральным компонентом, определяющим специфичность и эффективность процесса физического совершенствования военнослужащих. Оно зависит от цели и задач физической подготовки личного состава, определяется Наставлением, учебными программами, Военно-спортивным комплексом, Единой спортивной классификацией и находит свое выражение в использовании различных средств и форм физической подготовки.

Содержание физической подготовки составляет:

- физические упражнения;
- теоретические знания;
- методические навыки и умения.

В процессе физической подготовки военнослужащих используются следующие средства:

- физические упражнения;
- оздоровительные силы природы (солнце, воздух, вода);
- гигиенические факторы.

Физические упражнения — основное средство физической подготовки, это движения, выполняемые с целью улучшения физического состояния военнослужащих.

## 1.2. Основные формы проведения физической подготовки

Физическая подготовка военнослужащих организуется и проводится в следующих формах:

- учебные занятия;
- утренняя физическая зарядка;
- физическая тренировка в процессе учебно-боевой деятельности;
- спортивная работа;
- индивидуальная физическая тренировка.

Учебные занятия — основная форма физической подготовки

План учебного занятия. Назначение и содержание частей занятия.

Учебные занятия являются основной формой физической подготовки военнослужащих. Они организуются в виде практических, инструкторско-методических, показательных и теоретических занятий. Именно на этих занятиях военнослужащие овладевают техникой

приемов и действий, необходимых в боевой обстановке, вырабатывают навыки в их выполнении и наряду с этим развивают и совершенствуют свои физические и морально-волевые качества.

Практические занятия являются основным видом учебных занятий по физической подготовке. Они организуются и проводятся в целях овладения навыками, развития и совершенствования физических, специальных, психических качеств и должны обеспечивать основное программное материала.

В военно-учебных заведениях на практических занятиях, кроме того, должны формироваться и совершенствоваться методические знания, умения и навыки курсантов.

Учебные занятия по физической подготовке проводятся по планам и расписаниям боевой подготовки и своим содержанием увязываются со всеми ее основными видами. Они обязательны для всего личного состава Вооруженных Сил Украины и организуются отдельно с рядовым и сержантским (старшинским) составом, офицерами и прапорщиками. Проводятся учебные занятия под руководством командиров подразделений в составе отдельных взводов, рот. Это обязывает каждого командира обучать, тренировать и воспитывать своих подчиненных. В процессе занятий командиры имеют возможность выявлять уровень развития физических и волевых качеств, умений и навыков подчиненных, воздействовать на развитие этих качеств, умений и навыков подчиненных, воздействовать на развитие этих качеств, умений и навыков в нужном направлении и тем самым добиваться связи физической подготовки с другими видами боевой подготовки.

В результате творческого обобщения передового опыта и специальных исследований сложилась научно-обоснованная структура учебного занятия по физической подготовке. Полное и четкое изложение структуры учебного занятия дано в Наставлении по физической подготовке (глава 4), где приводится примерный план его проведения.

Согласно этому плану, каждое занятие по физической подготовке строится из трех органически связанных между собой частей: подготовительной, основной и заключительной. Каждая из частей имеет свои задачи, содержание и время.

**Подготовительная часть:** проводится в составе всего подразделения в одночасовом занятии 7-10 минут, в двухчасовом - 10-25 минут.

**Задачи:** организация занимающихся, общее укрепление организма и подготовка его к более напряженной работе в основной части занятия.

**Содержание:** построение, проверка личного состава и формы одежды, краткое объяснение содержания занятия; ходьба и бег разными способами, общеразвивающие и специальные упражнения; подготовительные упражнения к приемам и действиям, изучаемым в основной части занятия. Конкретные упражнения определяет руководитель с учетом уровня физической подготовленности обучаемых и особенностей содержания основной части.

**Основная часть:** проводится в составе отделения (взвода) со сменой мест и в составе подразделения; в одночасовом занятии 35-40 минут, в двухчасовом 65-80 минут.

**Задачи:** овладение основными двигательными и военно-прикладными навыками и их совершенствование; развитие физических, волевых и психических качеств; повышение устойчивости к влиянию неблагоприятных факторов, возникающих в процессе боевой деятельности; воспитание способности применять усвоенные навыки в сложных условиях.

**Содержание:** упражнения, приемы и действия, предусмотренные программой; игры, эстафеты, комплексная тренировка, контрольные упражнения.

**Заключительная часть:** проводится в составе всего подразделения; в одночасовом занятии 3-5 минут, в двухчасовом 5-10 минут.

**Задачи:** приведение организма в относительно спокойное состояние; подведение итогов занятия.

**Содержание:** ходьба, медленный бег, упражнения в глубоком дыхании и на расслабление мышц; приведение в порядок мест занятий и инвентаря; краткая оценка усвоения упражнений, приемов и действий; индивидуальное задание обучаемым.

Примерный план проведения занятий по физической подготовке является лишь основой для составления плана-конспекта конкретного задания.

В плане-конспекте руководитель определяет задачи занятия, время и место его проведения, вид занятия, организацию и методику разучивания и тренировки упражнений, приемов и действий.

При составлении плана-конспекта следует учитывать возможности учебно-спортивной базы и уровень физической подготовленности обучаемых.

Основные требования к учебным занятиям:

К основным требованиям относятся: плотность занятия и физическая нагрузка, устойчивый интерес к занятиям, высокая организация обучаемых и поддержание дисциплины и порядка на занятиях.

Только при выполнении этих требований учебные занятия могут достигать своих целей.

Под плотностью занятия понимают отношение времени, затраченного на выполнение упражнений, приемов и действий ко всему времени занятия.

Недостаточно продуманная организация занятия, неподготовленность оборудования и инвентаря, излишние объяснения руководителя ведут к простоям обучаемых и, следовательно, к снижению плотности занятия.

Высокая плотность на занятиях достигается:

сокращением времени на перестроение и передвижение при смене учебных мест;

применением группового и поточного методов выполнения упражнения;

целесообразным использованием имеющегося оборудования и инвентаря;

четкостью команд и краткостью объяснений.

Выполнение этих требований увеличивает также и физическую нагрузку на обучаемых. Однако физическая нагрузка зависит не только от продолжительности выполнения упражнений, но и от их интенсивности (быстроты и темпа). Как правило, наибольшей своей величины физическая нагрузка должна достигать в конце основной части занятия, т.е. при проведении комплексных тренировок.

Существенным условием успешности обучения является воспитание у обучаемых устойчивого интереса к физической подготовке. Это достигается: образцовым показом упражнений, приемов и действий, разнообразием содержания и применением метода составления на занятиях.

Важным условием качественного проведения учебных занятий является также высокая организация обучаемых.

При подготовке к занятию руководитель должен тщательно продумать этот вопрос и указать его в плане-конспекте.

Высокому качеству занятий и предупреждению травматизма способствует поддержание образцового порядка и дисциплины среди обучаемых. Руководитель не должен допускать даже малейших нарушений порядка и воинской дисциплины на занятиях, каких-либо условностей и послаблений в выполнении упражнений, приемов и действий. Необходимо проявлять высокую требовательность к обучаемым, поощрять старательных и исполнительных бойцов и строго взыскивать с нарушителей дисциплины и порядка на занятиях.

Только при условии выполнения всех указаний, требований к учебным занятиям по физической подготовке можно успешно решать все поставленные на них задачи.

#### Утренняя физическая зарядка

Утренняя физическая зарядка проводится ежедневно (кроме выходных и праздничных дней) на открытом воздухе через 10 минут после подъема в составе взвода или роты под руководством наиболее подготовленных сержантов (старшин). Под руководством офицеров, зарядка проводится в составе батальона или части под оркестр.

Продолжительность - 30-50 минут. В содержание зарядки включается: ходьба, бег,вольные упражнения, упражнения на гимнастических специальных снарядах и с тяжестями, преодоление препятствий, приемы нападения и самозащиты. Заканчивается утренняя зарядка, как правило, кроссом до 1000 м.

При неблагоприятных условиях погоды (сильный мороз с ветром, пурга, дождь) зарядка проводится в проветренных помещениях.

Места для проведения зарядки распределяются между подразделениями. Они должны быть хорошо освещены, особенно зимой. Дистанция ходьбы и бега размечается указателями.

При проведении утренней физической зарядки применяется три варианта, которые в течение каждой недели чередуются между собой в зависимости от уровня физической подготовленности личного состава и местных климатических условий (НФП-87, гл.4).

Физическая тренировка в процессе учебно-боевой деятельности.

#### Физические упражнения в условиях дежурства

Физические упражнения в условиях дежурства применяются в целях сохранения умственной и физической работоспособности, восполнения дефицита двигательной активности и поддержания постоянной психической и физической готовности к экстремальным действиям. Они применяются в виде комплексов упражнений общеразвивающего характера. Комплексы упражнений выполняются через каждые 2 часа непосредственно на рабочих местах не менее 5 минут.

Выполнение упражнений не должно снижать внимания военнослужащих, которые при первой необходимости или по команде немедленно приступают к выполнению своих служебных обязанностей.

#### Физические упражнения при передвижении войск транспортными средствами

Они проводятся в целях сохранения достигнутого ранее уровня физической тренированности и поддержания постоянной готовности к действиям с максимальным физическим напряжением.

При передвижении войск железнодорожным транспортом физические упражнения проводятся во время продолжительных остановок в форме зарядки под руководством командира (начальника).

При передвижении войск на боевых и транспортных машинах упражнения проводятся во время остановок, после высадки или не выходя из машин.

#### Попутная физическая тренировка

В целях повышения физической подготовленности и полевой выучки военнослужащих проводится попутная физическая тренировка при передвижении подразделений к местам занятий и возвращении с них.

Средствами попутной физической тренировки могут быть:

- ускоренное передвижение по дорогам и на пересеченной местности с преодолением естественных препятствий;
- преодоление водных преград;
- тренировка в посадке и высадке из машин;
- многократное преодоление препятствий и инженерных заграждений на учебных полях;
- метание гранат (предметов) на дальность и в цель.

В отдельных случаях попутная физическая тренировка проводится в ходе выполнения поставленных тактических задач (вводных) – перестроения из походного строя в развернутый, в предбоевые и боевые порядки, захват указанных рубежей, многократное выполнение приемов и действий, в том числе с использованием индивидуальных средств защиты.

#### Спортивная работа

Спортивная работа проводится в целях вовлечения военнослужащих в регулярное занятие спортом, повышения уровня их физической подготовленности, спортивного мастерства и организации досуга.

В процессе занятий спортом и состязаний совершенствуются прикладные навыки, физические, специальные и психические качества военнослужащих.

Спортивная работа предусмотрена распорядком дня 2-3 раза в неделю (4-6 часов) и проводится в свободное от занятий время, в выходные и праздничные дни, с полным охватом всех категорий военнослужащих. Она включает: учебно-тренировочные занятия в спортивных секциях и командах, а также в составе подразделений; спортивные и военно-спортивные состязания; спортивные праздники.

Содержание спортивной работы составляют упражнения Военно-спортивного комплекса, Военно-спортивной классификации и виды спорта, предусмотренные Единой спортивной классификацией. Основу массового спорта в войсках составляет работа по Военно-спортивному комплексу, который охватывает все категории военнослужащих. Проводят эту работу командиры и спорторганизаторы подразделений; в частях, соединениях и ВУЗах – спорткомитет.

По установленной в наших войсках традиции ежегодно в конце учебного года проводятся смотры спортивной работы.

Такова краткая характеристика форм физической подготовки личного состава Вооруженных Сил Украины. Следует сказать, что каждая из этих форм выполняет свою роль, имеет свою цель, частные задачи, содержание и методику.

Вместе с тем, все эти формы взаимно связаны между собой и дополняют друг друга, что обуславливает целостность и единство процесса физической подготовки личного состава.

Существующая в Вооруженных Силах Украины система физической подготовки военнослужащих, сложилась не сразу, а в процессе исторического развития нашей армии.

В послевоенный период совершенствование системы физической подготовки проходило с учетом дальнейшего развития военной науки и научно-технического прогресса. Содержание и методы физической подготовки стали определяться принципом "учить войска тому, что необходимо на войне". Большую роль в развитии системы физической подготовки играют руководящие постановления и директивы нашего правительства. Они определяют пути развития физической культуры в стране. Существенное влияние на систему физической подготовки войск оказывает развитие массового физкультурного движения.

Система физической подготовки Вооруженных Сил Украины — звено общей системы физического воспитания граждан, а это означает, что она также рассматривается как одно из важных средств воспитания воинов, улучшения их здоровья, подготовки к труду и защите Родины.

## 2. ОСНОВЫ РУКОВОДСТВА, МАТЕРИАЛЬНОЕ И ФИНАНСОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ВОИНСКОЙ ЧАСТИ, ПОДРАЗДЕЛЕНИИ

### ВВЕДЕНИЕ

Организация физической подготовки — это деятельность по выработке решений, постановке задач и организации управления процессом физического совершенствования военнослужащих.

В Вооруженных Силах Украины она осуществляется командирами (начальниками) в объеме должностных прав и обязанностей и находит свое выражение в их приказах, распоряжениях и указаниях.

Руководство физической подготовкой на всех уровнях осуществляют соответствующие командиры-единоначальники: Министр обороны, главнокомандующие видами Вооруженных Сил, командующие войсками военных округов, командующие объединениями, командиры соединений, воинских частей и подразделений. В подчинении всех командиров, кроме командиров подразделений, имеются офицеры специалисты физической подготовки и спорта, которые наряду с другими должностными лицами принимают участие в руководстве физической подготовкой.

Материальное и финансовое обеспечение физической подготовки является одним из важных элементов организации, способствующих достижению высокого уровня физической подготовленности личного состава. Поэтому во многих официальных документах (НФП-87, Приказах МО и т.д.) излагаются требования, касающиеся оборудования и совершенствования стадионов, спортивных площадок, водных станций, полос препятствий и других мест занятий, снабжения войск спортивным имуществом, инвентарем, одеждой и обувью. За своевременное и качественное материальное и финансовое обеспечение физической подготовки и спортивной работы в частях несут ответственность соответствующие командиры (начальники), а также специалисты материального и финансового обеспечения.



## 2.1. Структура руководства физической подготовкой в воинской части, подразделении

В структуре руководства физической подготовкой в воинской части решающая роль принадлежит командиру части, так как он является единоначальником и несет личную ответственность за постоянную готовность вверенной ему части. Командир части осуществляет руководство физической подготовкой с участием своих заместителей, а также начальника физической подготовки и спорта и других подчиненных ему должностных лиц, права и обязанности которых полностью или частично распространяются на те или иные функции управления физической подготовкой в масштабе части. В батальонах и соответствующих им подразделениях руководство физической подготовкой осуществляют командиры батальонов при участии своих штабов и заместителей; в ротах, взводах и соответствующих им подразделениях — командиры рот и взводов при участии своих заместителей; в отделениях — командиры отделений. Все указанные должностные лица, а где это предусмотрено, и соответствующие органы, взаимосвязанные между собой уставной субординацией, и составляют структуру руководства физической подготовкой в воинской части.

При анализе ответственности, обязанностей и прав должностных лиц воинской части применительно к функции руководства физической подготовкой необходимо различать общие, т.е. которые относятся к боевой подготовке, воинскому обучению и воспитанию в целом, и специфические, которые непосредственно относятся только к физической подготовке.

В соответствии с требованиями Устава внутренней службы каждый командир (начальник) обязан: быть организатором и руководителем обучения и воспитания подчиненных; непосредственно руководить боевой и политической подготовкой, изучать и внедрять в практику все новое, способствующее эффективности обучения и воспитания подчиненных; требовать от подчиненных соблюдения законов, точного и своевременного выполнения ими воинских уставов, своих служебных обязанностей и приказов (приказаний), поощрять подчиненных за проявленную разумную инициативу, усердие, подвиги и отличия по службе и строго взыскивать о нерадивых. Все эти обязанности должны находить отражение и в руководстве

физической подготовкой личного состава командирами и другими прямыми начальниками.

Кроме этого, каждый командир (начальник) должен заботиться о повышении физической подготовленности, сохранности и укреплении здоровья подчиненных, знать, систематически проверять и оценивать их физическую подготовленность.

Командир воинской части является прямым начальником всего личного состава и отвечает за боевую готовность части, воспитание, воинскую дисциплину и моральное состояние личного состава, за состояние и сохранность материальных средств, материальное, медицинское и финансовое обеспечение части. Он ежедневно отдает приказы по строевой части и по мере необходимости — по боевой подготовке. Командир части обязан: руководить боевой подготовкой и воспитанием личного состава; устанавливать и поддерживать распорядок дня и твердый внутренний порядок; проводить контрольные занятия с подразделениями; устанавливать меры безопасности и осуществлять контроль за их выполнением при проведении занятий, следить за содержанием и правильной эксплуатацией казарменно-жилищного фонда, других зданий и сооружений, территории части.

Кроме того, командир части ежегодно отдает приказы о распределении офицеров и прапорщиков для занятий физической подготовкой по группам в соответствии с их возрастом и состоянием здоровья, о назначении спортивного комитета части и по мере необходимости — о присвоении личному составу спортивных званий, разрядов, судейских категорий и награждении военнослужащих спортивными нагрудными знаками, а также по другим вопросам физической подготовки. Командир части должен: утверждать документы планирования физической подготовки и план работы спортивного комитета части; проверять качество организации и методики физической подготовки; отражать в служебных характеристиках и аттестациях офицеров и прапорщиков данные об их физической подготовленности, которые учитываются при назначении или представлении на должность. Командир части имеет право: давать указания об установке спортивных снарядов и оборудовании спортивных уголков с необходимым инвентарем и имуществом в казармах при отсутствии в части спортивного зала или помещения для занятий, а также зимой; разрешать проведение учебно-тренировочных занятий с военнослужащими, имеющими высокие спортивные результаты, от 3 до 5-6 раз

в неделю; командировать спортсменов для подготовки и участия в соревнованиях, проводимых местными физкультурными и спортивными организациями, на срок не более 5 суток; разрешать спортсменам I разряда и выше проводить утреннюю физическую зарядку по индивидуальному плану.

Заместитель командира воинской части подчиняется командиру, является его первым заместителем и прямым начальником всего личного состава части, в отсутствие командира выполняет его обязанности и отвечает: за организацию и качество проведения занятий по боевой подготовке, создание учебно-материальной базы, постоянное ее совершенствование и содержание в исправном состоянии, поддержание внутреннего порядка и воинской дисциплины в полку. Заместитель командира части обязан: участвовать в разработке плана боевой подготовки; проводить занятия с офицерами и прапорщиками, а также контрольные занятия с подразделениями; проверять организацию и состояние боевой подготовки в подразделениях, устранять выявленные недостатки и оказывать помощь командирам подразделений в организации и проведении занятий; проверять соблюдение мер безопасности при проведении занятий, руководить работами по оборудованию и совершенствованию объектов учебно-материальной базы; следить за своевременным обеспечением боевой подготовки подразделений материальными средствами, учебными и наглядными пособиями, их учетом и содержанием.

Кроме этого, заместитель командира части отвечает за спортивно-массовую работу и обязан руководить физической подготовкой и спортом в части. Как правило, он назначается председателем спортивного комитета части и возглавляет его работу. Все это свидетельствует о том, что в руководстве физической подготовкой заместителю командира части принадлежит ведущая роль.

Заместитель командира по воспитательной работе подчиняется командиру, является прямым начальником всего личного состава части и отвечает: за работу по воинскому воспитанию военнослужащих, укреплению морального состояния личного состава и воинской дисциплины, поддержание боевой готовности части. Он обязан: участвовать в разработке плана боевой подготовки; организовать и проводить работу по сплочению личного состава и успешному выполнению задач боевой подготовки, поддержанию постоянной боевой

готовности части, осуществлять мероприятия по пропаганде передового опыта обучения и воспитания личного состава; проявлять заботу о здоровье, питании, улучшении материально-бытовых условиях личного состава; знать его нужды и запросы и заботиться об их удовлетворении.

Кроме этого, заместитель командира по воспитательной работе организует работу, направленную на успешное решение задач физической подготовки.

Начальник штаба воинской части подчиняется командиру, является его первым заместителем, прямым начальником всего личного состава части и отвечает: за организацию и поддержание управления подразделениями, боевую готовность части, планирование боевой подготовки. Он, наряду с командиром части, подписывает приказы по строевой части и боевой подготовке. При проведении в жизнь решений командира части начальник штаба в необходимых случаях имеет право отдавать распоряжения (приказания) подчиненным командиром части лицам от его имени. Начальник штаба обязан: постоянно знать истинное положение и состояние подразделений части, а также ход выполнения поставленных им задач; разрабатывать по указанию командира или боевой подготовки части и контролировать его выполнение; разрабатывать план проверки состояния подразделений и служб должностными лицами, непосредственно подчиненными командиру части, и офицерами штаба; организовать своевременную и параллельную передачу подразделениям и служб всех приказов, распоряжений командира части и старших командиров (начальников), а также проверку их исполнения; лично передавать важнейшие распоряжения и проверять их выполнение; проводить занятия с офицерами штаба; вести учет боевой подготовки подразделений части; постоянно знать наличие людей и всех материальных средств, а также повседневно руководить ведением их учета в части; инструктировать командиров подразделений (начальников команд), убывающих в командировки, и проверять обеспеченность этих подразделений (команд) всем необходимым; своевременно представлять в вышестоящий штаб донесения. Кроме этого, начальник штаба, наряду с командиром части, подписывает приказы по вопросам физической подготовки.

Заместитель командира части по тылу отвечает за материальное обеспечение занятий по физической подготовке и спорту, организует

его и контролирует доведение положенных норм материальных средств до каждого военнослужащего.

Заместитель командира части по тылу систематически проверяет наличие и состояние материальных средств в подразделениях, в спортивном зале, на складах, организует ежегодное проведение инвентаризации спортивного имущества и инвентаря, проявляет постоянную заботу о внешнем виде личного состава части, в том числе и во время спортивных соревнований, вместе с начальником физической подготовки и спорта организует правильную эксплуатацию и своевременный ремонт спортивных сооружений, их пожарную безопасность.

Начальник физической подготовки и спорта отвечает за организацию физической подготовки и спорта в части и подчиняется командиру части. Ему принадлежит ведущая роль в разработке, обосновании и проведении в жизнь решений командира по всем вопросам организации и проведения физической подготовки личного состава. Кроме выполнения других обязанностей, он руководит тренировкой спортивных команд и строительством спортивных сооружений. Являясь, как правило, одним из заместителей председателя спортивного комитета, начальник физической подготовки и спорта принимает активное участие в руководстве работой всех его членов.

Начальник медицинской службы отвечает за организацию медицинского обеспечения части. Он подчиняется командиру и обязан руководить санитарно-просветительной работой; организовывать медицинское обследование личного состава, его медицинское обеспечение на занятиях по боевой подготовке и при проведении спортивных мероприятий; осуществлять медицинский контроль за физической подготовкой личного состава и совместно с начальником физической подготовки и спорта разрабатывать мероприятия по улучшению физического развития и здоровья военнослужащих; контролировать санитарное состояние района, расположения и помещений части. Деятельность начальника медицинской службы имеет существенное значение для качественного решения многих задач физической подготовки.

Начальник финансовой службы отвечает за состояние финансового хозяйства части. Он подчиняется командиру и обязан организовать финансовое хозяйство, своевременно представлять заявки на денежные средства, вести учет и отчетность по финансовому хозяйству,

проверить подчиненных лиц. Начальник финансовой службы играет важную роль в выработке решений об истребовании и расходовании денежных средств на нужды физической подготовки.

Начальник вещевой службы части отвечает за обеспечение физической подготовки вещевым и хозяйственным имуществом по нормам снабжения, содержание и хранение его в порядке и исправности, участвует в выработке решений по вопросам получения спортивного имущества и инвентаря, распределения его среди подразделений, следит за правильным использованием спортивного имущества и инвентаря и принимает меры по организации их ремонта. Начальник вещевой службы систематически проверяет согласно учетным данным полка состояние, категорию и комплектность спортивного имущества и инвентаря в подразделениях, в спортивном зале и на складе, а также условия их хранения и бережения, ведет учет и отчетность по вещевой службе части.

Командир батальона, осуществляя руководство, ставит задачи по физической подготовке и спорту перед личным составом, утверждает расписание занятий рот и им равных подразделений, проводит проверки физической подготовленности подчиненных. Большое внимание он уделяет проведению учебных занятий (особенно инструкторско-методических и показательных) с офицерами.

Командир батальона постоянно проводит мероприятия по предупреждению несчастных случаев и травматизма на занятиях по физической подготовке.

Заместитель командира батальона руководит физической подготовкой и спортом в батальоне. Он участвует в разработке плана боевой подготовки батальона, в том числе и по вопросам физической подготовки и спорта, проводит показательные и инструкторско-методические занятия с офицерами, прапорщиками и сержантами, поддерживает учебно-материальную базу батальона в исправном состоянии и следит за правильным ее использованием. На него возложена обязанность проводить спортивные мероприятия в батальоне.

Он проверяет организацию и ход физической подготовки в подразделениях, содержание и бережение спортивного имущества и инвентаря, устраняет выявленные недостатки и оказывает помощь их командирам.

Заместитель командира батальона по воспитательной работе участвует в разработке плана боевой подготовки батальона,

организует и проводит работу, направляя ее на успешное выполнение стоящих перед личным составом задач по физической подготовке. Он принимает меры по пропаганде успехов физкультурного движения, достижений в физической подготовке и спорте в полку и батальоне, постоянно воспитывает у личного состава сознание необходимости безупречного выполнения своего воинского долга, всесторонней физической подготовленности.

Он кроме того, принимает участие в улучшении материально-бытовых условий для занятий спортом, в удовлетворении нужд и запросов военнослужащих.

Начальник штаба батальона отвечает за организацию и поддержание управления подразделениями батальона, за боевую готовность, планирование и учет боевой подготовки.

На основе плана боевой подготовки части и указаний командира батальона он разрабатывает план боевой подготовки батальона с включением в него всех основных вопросов физической подготовки и спорта.

В процессе своей повседневной деятельности начальник штаба батальона контролирует выполнение плана боевой подготовки, ведет учет физической подготовки и спорта, анализирует состояние боевой подготовки подразделений, систематически проверяет наличие в подразделениях наставлений и учебных пособий по физической подготовке, спортивного имущества и инвентаря.

Он обеспечивает своевременную и правильную передачу всех приказов и распоряжений командира батальона и старших начальников, проверяет их исполнение, своевременно подготавливает и направляет в штаб полка необходимые донесения по вопросам физической подготовки и спорта.

Командир роты организует в роте боевую подготовку. Он составляет расписание занятий, включая в него основные вопросы физической подготовки, проводит занятия с офицерами, прапорщиками и сержантами, а также с подразделениями роты. Следит за содержанием и правильной эксплуатацией учебно-материальной базы для занятий физической подготовкой и спортом, закрепленной за ротой, организует своевременное получение, учет, правильное использование, бережение и ремонт спортивного инвентаря и имущества.

Принимает меры по обеспечению личного состава положенным довольствием, заботится о быте своих подчиненных, вникает в их нужды, в том числе и по вопросам физической подготовки и спорта.

Командир роты систематически проверяет занятия и практические навыки по физической подготовке подчиненных ему офицеров, прапорщиков, сержантов и солдат, поощряет их за успехи в спорте, представляет к награждению спортивными знаками и присвоению спортивных разрядов и званий, следит за выполнением личным составом требований безопасности и предупреждения травматизма на занятиях по физической подготовке, ведет учет физической подготовки в роте.

Заместитель командира роты в своей повседневной деятельности разъясняет личному составу задачи боевой подготовки (в том числе и физической подготовки), организует и проводит культурно-массовую работу среди солдат и сержантов роты.

Постоянно проводит работу по мобилизации личного состава на достижение высоких результатов в физической подготовке и спорте в интересах повышения боевой готовности роты, укрепления воинской дисциплины и морального состояния военнослужащих, проявляет заботу по подготовке отличников боевой подготовки, спортсменов-разрядников, значкистов Военно-спортивного комплекса (ВСК), тренеров и судей по спорту, обобщает и распространяет передовой опыт.

Командир взвода проводит занятия по физической подготовке с подчиненным личным составом, следит за правильным обучением солдат командирами отделений. Он должен знать деловые и моральные качества, успехи и недостатки в физической подготовленности каждого военнослужащего, вести учет физической подготовки и своевременно принимать необходимые меры по устранению выявленных недостатков.

При проведении всех видов занятий по физической подготовке командир взвода добивается выполнения требований безопасности и предупреждения травматизма.

Старшина роты отвечает за поддержание уставного внутреннего порядка и сохранность имущества роты, обеспечивает всем необходимым занятия по физической подготовке, строго следит за наличием, правильным использованием, хранением и бережением спортивного имущества и инвентаря, своевременно принимает меры для их ремонта.

Он осматривает и отбраковывает спортивные команды, назначенные от роты, следит за внешним видом солдат и сержантов и осуществляет индивидуальную подготовку их обмундирования и обуви. Организует

содержание в чистоте и порядке материальной базы для занятий физической подготовкой и спортом, закрепленной за ротой, осуществляет хранение и учет получаемых общевойсковых уставов, наставлений и учебно-методических пособий по физической подготовке, а также выдачу их во временное пользование, контролирует их хранение во взводах.

По указанию командира роты старшина проводит утреннюю физическую зарядку с солдатами и сержантами.

Заместитель командира взвода обучает и воспитывает солдат и сержантов взвода и лично проводит занятия по физической подготовке по указанию командира взвода, следит за правильным несением службы командирами отделений и всем личным составом, изучает личные качества, успехи и недостатки в физической подготовленности каждого подчиненного. По указанию старшины роты заместитель командира взвода проводит утреннюю физическую зарядку с солдатами и сержантами роты.

Командир отделения обучает и воспитывает солдат отделения, используя для этого необходимые средства и методы физической подготовки. Он должен знать личные качества, успехи и недостатки в физической подготовленности своих подчиненных и формировать у них привычку к систематическим занятиям спортом, вырабатывать у них строевую и физическую выносливость, требовать соблюдения военной дисциплины, заботиться о подчиненных и вникать в их нужды.

Основу руководства физической подготовкой и спортом в военной части осуществляют командиры. Командир-единоначальник лично несет ответственность за физическую готовность подчиненного личного состава к боевой деятельности.

Только командиры (начальники) в соответствии с Уставом внутренней службы имеют право отдавать приказы, приказания и распоряжения по вопросам физической подготовки и спорта. Все остальные должностные лица участвуют в проведении тех или иных действий по руководству физической подготовкой и спортом, выполняя решения соответствующих командиров.

Таким образом, для руководства физической подготовкой и спортом характерно сочетание действий командиров с действиями органов и должностных лиц, являющихся функциональными исполнителями.

## 2.2. Общий порядок обеспечения воинских частей и подразделений спортивным инвентарем, имуществом и оборудованием

Материальное обеспечение физической подготовки включает: строительство и оборудование спортивных сооружений и мест для проведения физической подготовки;

выбор, подготовку и оформление участков, маршрутов и дистанций для проведения учебных занятий на местности или на палубе корабля, утренней физической зарядки, физической тренировки в процессе учебно-боевой деятельности, учебно-тренировочных занятий по спорту и состязаний;

обеспечение табельным спортивным инвентарем, имуществом, специальной техникой и аппаратурой;

содержание и ремонт спортивных сооружений, оборудования, инвентаря и имущества;

изготовление нетабельных спортивных снарядов и другого учебного имущества, а также книг и бланков учета;

приобретение учебной литературы, переходящих призов (кубков), спортивных нагрудных знаков и бланков документов к ним;

оформление наглядной агитации по физической подготовке и спорту.

Строительство и оборудование спортивных сооружений и мест для проведения занятий по физической подготовке осуществляется в соответствии с примерным перечнем, который разработан на основе опыта создания учебно-материальной базы в передовых частях ВС Украины и регламентированы ИФП-87. В этот перечень включены:

спортивный зал;

стадион – основное спортивное ядро (футбольное поле, круговая дорожка и сектора для прыжков и метания);

водная станция на естественном водоеме и открытый плавательный бассейн с подогревом;

гимнастическая площадка с гимнастическим городком и многопрелетными снарядами;

полоса препятствий (2 направления);

площадка для рукопашного боя, бокса, тяжелой атлетики, метания гранат на точность и дальность, для игр в волейбол, баскетбол, ручной мяч и хоккей;

стрелковый тир;  
лыжная станция;  
кладовая для хранения спортивного инвентаря;  
методический класс по физической подготовке и спорту.  
В лагерях - гимнастические городки и площадки для спортивных игр.

Количество спортивных сооружений и мест для физической подготовки определяется в зависимости от их пропускной способности, численности личного состава и конкретных условий части.

По указанию командира в казармах устанавливаются тренажеры, спортивные наряды и оборудуются спортивные уголки с необходимым инвентарем и имуществом.

Материальное обеспечение физической подготовки осуществляет начальник физической подготовки и спорта, начальник вещевого склада и командиры подразделений. Материальное обеспечение физической подготовки включает: планирование и истребование табельного спортивного имущества и инвентаря, тренажеров, специальной техники и аппаратуры с учетом потребности физической подготовки воинской части; строительство и оборудование объектов учебно-материальной базы по физической подготовке; содержание и ремонт спортивных сооружений, мест для занятий по физической подготовке и спорту, оборудования, имущества, инвентаря, аппаратуры и тренажеров; изготовление нетабельных спортивных снарядов, тренажерных устройств и другого учебного имущества; оформление наглядной агитации по физической подготовке и спорту.

Планирование и истребование табельного спортивного имущества и инвентаря, тренажеров, специальной техники и аппаратуры с учетом потребности физической подготовки воинской части осуществляется в порядке и по нормам, установленным приказом Министра обороны Украины.

Спортивное имущество и инвентарь, включенные в соответствующие нормы и комплекты, могут отпускаться воинским частям готовыми изделиями (централизованно) из окружных складов. Кроме того, они могут изготавливаться (закупаться) в районе расположения части за счет отпущенных для этого кредитов.

Потребность воинской части в спортивном имуществе и инвентаре определяется в соответствии с численностью личного состава, наличием имеющегося спортивного имущества и инвентаря и нормам снабжения.

Документом, на основании которого в воинской части учитывается спортивное имущество и инвентарь, является отчет-заявка, которую раз в году по состоянию на 1 января начальник вещевого склада части отправляет в управление (отдел) военного округа. В ней указываются данные по каждому виду спортивного имущества и инвентаря: сколько положено по нормам, наличие, состояние (категории), недостатки или излишки с учетом сроков эксплуатации, установленных соответствующими документами. Отчет-заявка составляется на основании данных учета, который ведет бухгалтерия вещевого склада воинской части. Начальник физической подготовки и спорта также обязан вести учет спортивного имущества и инвентаря. Свои данные он регулярно сверяет с данными вещевого склада, особенно при составлении отчета-заявки.

Из окружных складов спортивное имущество и инвентарь отпускаются по разнарядке округа, копия которой высылается в воинскую часть. Спортивное имущество и инвентарь могут отправляться из окружных складов транспортом, запланированным централизованно, или транспортом воинской части. Со складов соединения воинские части получают спортивное имущество и инвентарь по накладным, выписываемым вещевой службой соединения.

Начальник физической подготовки и спорта обязан участвовать в своевременном получении и определении качественного состояния спортивного имущества и инвентаря.

Присланные из окружных складов в воинские части спортивное имущество и инвентарь принимаются на основании сопроводительных документов (нарядов, накладных, счетов, фактур, железнодорожных накладных, приемо-сдаточных ведомостей и т.п.). Комиссия, назначенная командиром воинской части, принимает спортивное имущество и инвентарь и передает на хранение начальнику склада под расписку, которую он делает в акте приема. Начальник склада на основании этого документа записывает спортивное имущество и инвентарь в книги и карточки учета по фактическому наличию и качеству. На основании сопроводительных документов и принятого имущества вещевая служба приходит спортивное имущество и инвентарь по книгам и карточкам учета.

Выдача имущества и инвентаря со склада части осуществляется по накладным или раздаточным ведомостям. Распределение его осуществляется начальником физической подготовки и спорта совместно

с начальником вещевого склада воинской части. При этом учитывается степень обеспеченности и численный состав подразделений, особенности дислокации, наличие ведущих спортсменов.

Генералы, адмиралы, офицеры, прапорщики, военнослужащие сверхсрочной службы, рабочие и служащие ВС Украины и члены их семей спортивную форму для занятий физической подготовкой и спортом приобретает за свой счет. Военнослужащие срочной службы спортивной формой обеспечиваются бесплатно.

### 2.3. Содержание и ремонт спортивных сооружений, мест для занятий по физической подготовке и спорту, оборудования, имущества, инвентаря аппаратуры и тренажеров

Для содержания и ремонта спортивные объекты закрепляются за подразделениями на основании приказа командира части или утвержденного им плана закрепления территории. За состояние спортивных объектов несут ответственность командиры подразделений и начальники физической подготовки и спорта. В воинской части, как правило, устанавливается единый порядок: каждое подразделение после окончания занятий приводит в порядок места занятий, оборудование и инвентарь; за чистотой и порядком на местах занятий физической подготовкой следят лица суточного наряда.

Для сохранения в исправности спортивных объектов и подготовки их к предстоящему периоду обучения организуется соответствующий ремонт. С этой целью начальник физической подготовки и спорта заблаговременно составляет план ремонта, в котором указывает виды работ, ответственных за выполнение и срок исполнения; план утверждается командиром воинской части. Организация ремонта и оборудования спортивной базы подразделений возлагается на командиров подразделений, а работы на объектах части, как правило, распределяются на основании плана ремонта между подразделениями. Мелкий текущий ремонт спортивных объектов выполняется силами спортивного актива и выделенных для этой цели военнослужащих.

Начальник физической подготовки и спорта должен осуществлять систематический контроль за использованием и хранением спортивного имущества и инвентаря в подразделениях. Он лично организует хранение той части имущества и инвентаря, которая используется для сборных команд части. В помощь начальнику физической подготовки

и спорта с разрешения командира части могут выделяться спортсмены части, которые в свободное от боевой учебы время ведут работу по уходу за спортивным имуществом и инвентарем, выдают и принимают их. В подразделениях для хранения спортивного имущества и инвентаря оборудуются специальные места, при этом ответственность за их использование и обережение несут соответствующие командиры.

Выдача спортивного имущества и инвентаря во временное пользование учитывается в специальной книге учета материальных средств, которая ведется по установленной форме. В ней учитываются спортивное имущество и инвентарь, выданные во временное пользование со склада части или кладовой подразделения как отдельным военнослужащим, так и подразделениям. При выдаче спортивного имущества и инвентаря в книге отмечаются дата, наименование, их количество, категория, фамилия получающего и ставится его подпись. Выданные во временное пользование спортивное имущество и инвентарь не списываются, а сдаются на вещевой склад воинской части. Спортивное имущество и инвентарь, хранимые или выдаваемые, должны быть учтены.

Учет призов и подарков осуществляется в штабе воинской части в соответствующей книге учета.

Начальник физической подготовки и спорта вместе с сотрудниками вещевого склада следит за правильным использованием спортивного имущества и инвентаря, соблюдая срок носки, предусмотренный нормами снабжения. Срок носки (эксплуатации) — это наибольший период времени, в течение которого предмет должен находиться в пользовании. Срок носки (эксплуатации) спортивного имущества и инвентаря установлен с учетом проведения своевременного мелкого и среднего ремонта за время нахождения их в эксплуатации.

Важнейшим условием предохранения спортивного имущества и инвентаря от преждевременного износа является своевременный и качественный их ремонт. Ремонт спортивного имущества и инвентаря организуется:

в воинской части — начальником вещевого склада и начальником физической подготовки и спорта;

в подразделении — старшим подразделения.

В зависимости от характера работ ремонт спортивного имущества и инвентаря подразделяется на мелкий, средний и капитальный. Мелкий ремонт производится в подразделениях, средний — в мастерских воинских частей и соединений. Для ремонта используются материалы,

получаемые от распорки и выбраковки предметов спортивного имущества.

Имущество, бывшее в употреблении, а также требующее стирки или химической чистки, сдается подразделениями и принимается на склад части для отправки в стирку (химчистку) или в ремонт.

Лыжное имущество приводится в порядок в подразделениях, а его ремонт производится в сроки, устанавливаемые приказом командира воинской части. Этим же приказом назначается специальная ремонтная бригада.

Спортивный инвентарь (перекладные, брусья, волейбольные сетки и т.д.) ремонтируются по мере выявления в нем недостатков или неисправностей.

Спортивное имущество и инвентарь в зависимости от их качественного состояния делятся на пять категорий: первая - новые (не бывшие в употреблении или эксплуатации); вторая - бывшие или находящиеся в употреблении, исправные или подлежащие мелкому ремонту; третья - требующие среднего ремонта; четвертая - требующие капитального ремонта; пятая - неродные к дальнейшему использованию по прямому назначению.

Перевод из одной категории в другую осуществляется: из первой во вторую - в соответствии с раздаточной ведомостью; из второй в третью или четвертую - на основании утвержденного заместителем командира воинской части по тылу (снабжению) акта об определении вида ремонта спортивного имущества или инвентаря; в пятую - на основании утвержденного командиром воинской части акта выбраковки (технического состояния).

Отремонтированное имущество и инвентарь переводятся во вторую категорию в соответствии с актом приема имущества из ремонта.

Списание спортивного имущества и инвентаря, пришедших в негодное состояние по истечении установленных сроков эксплуатации, осуществляется установленным порядком по актам, а преждевременно пришедших в негодность и утраченных - по инспекторским свидетельствам. Однако истечение установленных сроков носки (эксплуатации) спортивного имущества и инвентаря не может служить основанием для списания, если они по своему качественному состоянию без ремонта или после него пригодны для дальнейшего использования по прямому назначению.

Имущество и инвентарь, пришедшие в негодность по истечении установленных сроков носки (эксплуатации) и пришедших в негодность, для списания с учета осуществляется по мере их накопления, но не реже двух раз в год комиссиями, назначенными командиром воинской части из числа членов группы народного контроля, при участии начальника физической подготовки и спорта части. В акте комиссии указывается наименование и количество спортивного имущества и инвентаря, положенных по норме, фактически находящихся в эксплуатации и подлежащих переводу в четвертую или пятую категорию.

Акт составляется и подписывается председателем и членами комиссии в присутствии начальника физической подготовки и спорта. После утверждения акта командиром воинской части выбракованное имущество четвертой или пятой категории распарывается. При этом также составляется акт, в котором указывается наименование и количество распоротых вещей, наименование и количество лоскута, а также количество ветши и утиля. Распорка выбракованного имущества до осмотра членами комиссии запрещается. Акт распорки подписывается членами комиссии и утверждается командиром части, после чего он служит основанием для списания распоротых вещей со штучного учета и для оприходования полученных от распорки материалов. Если имущество, срок эксплуатации которого истек, находится в исправном состоянии, то оно не списывается, а используется по прямому назначению.

Уничтоженные, испорченные преждевременно спортивное имущество и инвентарь списываются на основании инспекторского свидетельства. Списание их допускается в случаях, когда сумма ущерба не может быть возмещена за счет виновных лиц и должна быть полностью или частично отнесена за счет государства. Инспекторское свидетельство на списание выдается, когда спортивное имущество и инвентарь утрачены по причине стихийных бедствий, пожара, катастрофы или аварии, если сумма ущерба превышает сумму, определенную судебными органами.

Стоимость имущества и инвентаря определяется по государственным розничным ценам с учетом их износа. Инспекторское свидетельство на списание выдается командиром воинской части после административного расследования или дознания.



Изготовление нетабельного учебного имущества, спортивных снарядов и тренажерных устройств осуществляется силами личного состава воинской части. По мере необходимости изготавливается учебное оружие для рукопашного боя, простейшие гимнастические снаряды, легкоатлетический инвентарь, различные указки, нарукавные повязки, нагрудные номера и другое нетабельное имущество.

Материалы для изготовления перечисленного инвентаря и оборудования приобретаются или изыскиваются из имеющегося в части списанного оборудования, боевой техники и другого имущества.

Оформление наглядной агитации по физической подготовке и спорту осуществляют начальник физической подготовки и спорта и начальник клуба части. Для этой цели подбирается бригада художников-оформителей и других специалистов из числа личного состава части. Материалы для наглядной агитации приобретаются за счет денежных средств, выделенных на физическую подготовку. Плакаты с наглядной агитацией по физической подготовке и спорту должны быть на всех спортивных сооружениях, маршрутах и участках местности. На них отражаются техника выполнения упражнений, нормативы по физической подготовке, содержание Военно-спортивного комплекса, разрядные требования и нормативы, призывы, лозунги и т.д.

#### 2.4. Финансовое обеспечение физической подготовки воинской части

Финансирование физической подготовки в воинской части осуществляется в порядке, установленном Положением о финансовом хозяйстве воинской части и Перечнем расходов по смете Министерства обороны.

Финансовое обеспечение физической подготовки включает: планирование, истребование и получение денежных средств с учетом потребности физической подготовки части; приобретение спортивного имущества и инвентаря, учебной литературы, призов (кубков), бланков документов; приобретение материалов, оборудования и инструментов для ремонта и содержания объектов учебно-материальной базы по физической подготовке.

Планирование, истребование и получение денежных средств с учетом потребности физической подготовки воинской части является важной обязанностью специалистов финансовой службы и начальника физической подготовки и спорта.

Основными исходными данными для определения потребности в денежных средствах на физическую подготовку являются сведения о наличии и состоянии учебно-материальной базы и необходимости ее совершенствования, а также утвержденный командиром соединения план спортивных мероприятий. Бывают случаи, когда воинской части поручается финансовое обеспечение учебно-тренировочных сборов или спортивных мероприятий по заданиям вышестоящих командиров и начальников. Потребность в денежных средствах на проведение таких мероприятий определяется в соответствии с количеством участников сборов (соревнований) и включается в полугодовые заявки воинской части. Обязательным документом для того, чтобы оплатить проведение учебно-тренировочного сбора (соревнования), должно быть положение о нем, которое утверждается командиром (начальником), проводящим сбор (соревнование).

Основанием для планирования потребности в денежных средствах в воинской части являются: приказы и директивы Министра обороны, главнокомандующего соответствующим видом Вооруженных Сил, командующего войсками военного округа, командира соединения, указания и разъяснения управления боевой подготовки и финансовой службы округа; перечни и нормы обеспечения воинских частей учебными объектами, материальными и денежными средствами для их сооружения; планы и типовые проекты на сооружение учебных объектов; данные о фактической обеспеченности воинской части материальными и денежными средствами.

Основным руководящим документом, в котором предусмотрены направления расходов денежных средств в Вооруженных Силах, является Перечень расходов по смете Министерства обороны.

Ассигнования на физическую подготовку весьма разнообразны и предусматриваются соответствующими параграфами, статьями и видами расходов. При этом основная статья финансирования физической подготовки и спорта в воинской части, закрепляемая за Спортивным комитетом Министерства обороны и видами Вооруженных Сил, предусмотрена Перечнем расходов по смете Министерства обороны и включает пять видов расходов:

первый — расходы на содержание и ремонт мест для занятий по физической подготовке и спорту;

второй — расходы на приобретение учебной литературы и другого учебного имущества;

третий - расходы на проведение спортивных соревнований и учебно-тренировочных сборов;

четвертый - расходы на содержание центральных и окружных спортивных клубов и яхт-клубов;

пятый - расходы на приобретение материалов, инструментов и оборудования для содержания мест занятий по физической подготовке и спорту.

Планируя денежные средства на нужды физической подготовки, необходимо иметь в виду, что строительство, реконструкция, расширение и капитальный ремонт спортивных сооружений производится за счет средств, отпускаемых на капитальное строительство и капитальный ремонт.

Следует подчеркнуть, что предусматриваются денежные средства и на приобретение личного и другого инвентаря и спортивного имущества в пределах установленных норм и выделенных денежных средств на эти цели. Дополнительно на нужды физической подготовки и спорта с разрешения командира части могут быть использованы денежные средства и по другим параграфам расходов. Так, за счет наградного фонда командира части можно поощрять отличников боевой подготовки за высокие спортивные достижения. Денежные средства, выделенные на воспитательную работу, с разрешения начальника социально-психологической службы части могут использоваться для приобретения оборудования для настольного тенниса, оформления наглядной агитации, изготовления (закупки) переходных вымпелов, организации аттракционов и игр в выходные и праздничные дни, приобретения призов и т.д. Денежные средства, выделяемые на общие расходы квартирно-эксплуатационной службы, с разрешения заместителя командира части по тылу можно использовать для озеленения спортивных площадок, освещения, водоснабжения, отопления мест для занятий по физической подготовке и спорту и т.д.

Планирование и использование денежных средств осуществляется каждый календарный год.

В соответствии с положением о финансовом хозяйстве воинской части в срок, определенный командиром части, начальник физической подготовки и спорта составляет подробную смету-расчет потребности в денежных средствах. В расчет включаются наименования расходов, предусмотренные параграфами и статьями на физическую

подготовку (все виды расходов, кроме четвертого). К нему прилагается объяснительная записка с обоснованием расходов и причин увеличения или уменьшения потребности в денежных средствах по сравнению с расходами текущего года.

Смету-расчет начальник физической подготовки и спорта представляет в финансовую службу воинской части для включения ее данных в общую годовую смету расходов воинской части, которая высылается довольствующему финансовому органу к 3 октября текущего года.

По утверждении вышестоящим довольствующим финансовым органом годовая смета расходов высылается в воинскую часть не позднее 20 декабря текущего года. Поступившая в воинскую часть годовая смета расходов является извещением о назначении воинской части на планируемый год денежных средств по статьям сметы Министерства обороны.

В случае необходимости начальник физической подготовки и спорта и начальник финансовой службы по указанию командира воинской части вносит в смету-расчет необходимые изменения. Уточненный расчет служит основанием и руководящим документом для расходования денежных средств на физическую подготовку в будущем году. В дальнейшем потребность в денежных средствах уточняется у начальника финансовой службы части по полугодиям и кварталам.

Ежегодно в октябре начальник физической подготовки и спорта и начальник финансовой службы, исходя из практически произведенных и предстоящих расходов, уточняют потребность воинской части в денежных средствах до конца года. Уточненные денежные средства включаются в требование, которое представляется от воинской части в вышестоящий довольствующий орган к 3 ноября текущего года. Дополнительное назначение денежных средств воинской части по представленному ею требованию производится финансовым отделом округа (соединения) в начале декабря текущего года.

Для того, чтобы иметь возможность получать и расходовать денежные средства, начальник физической подготовки и спорта части должен быть включен в список подотчетных лиц, который ежегодно отдается приказом командира части. Денежные средства, выделенные на физическую подготовку, можно расходовать только в пределах годовых назначений и в строгом соответствии с перечнем расходов по смете Министерства обороны.

Денежные средства сверх годовых назначений, в том числе на учебно-тренировочные сборы или соревнования, проводимые по указанию вышестоящего командования, могут расходоваться только после получения извещения о дополнительных выделениях или после разрешения вышестоящего доверяющего финансового органа.

Приобретение спортивного имущества и инвентаря, учебной литературы, призов (кубков), бланков документов осуществляется в пределах установленных норм и выделенных денежных сумм в соответствии с действующими законами, постановлениями, приказами и указаниями по финансовому хозяйству при строгом соблюдении финансовой дисциплины.

В соответствии с Перечнем расходов по смете Министерства обороны разрешены расходы на приобретение, упаковку и пересылку спортивного имущества и инвентаря, учебной литературы, призов (кубков), бланков документов.

Кроме того, начальник физической подготовки и спорта воинской части имеет право расходовать денежные средства на аренду мест соревнований и учебно-тренировочных сборов, а также для занятий спортивных секций и команд воинской части (при отсутствии собственных спортивных баз); оборудование дистанции соревнований; выплату суточных денег за время пути следования на спортивные соревнования и учебно-тренировочные сборы участникам, тренерам и судьям по спорту из числа рабочих и служащих, содержащихся по штату воинской части, а также членам семей военнослужащих и гражданам, не работающим в Министерстве обороны, оплату помещений для их расквартирования, стоимости проезда по железнодорожным и водным путям сообщения, возмещение заработной платы за время спортивных соревнований и учебно-тренировочных сборов (если она не выплачивается по месту работы); оформление мест соревнований и организационные расходы; приобретение и изготовление флагов, флажков, плакатов, лозунгов и т.п.; печатание и размножение документов по физической подготовке; приобретение канцелярских, чертежных и учебных принадлежностей, магнитофонных лент, призов и др.

При этом необходимо помнить, что спортивные соревнования и учебно-тренировочные сборы в воинской части проводятся без предоставления питания, возмещения заработной платы и оплаты проезда. С разрешения командира воинской части военнослужащие

срочной службы могут обеспечиваться дополнительным питанием за счет первого вида.

Начальник физической подготовки и спорта может закупать необходимое спортивное имущество и инвентарь или другие материальные ценности за наличные деньги или по безналичному расчету путем перечисления денег с текущего счета воинской части на расчетный или текущий счет торгующей организации. Покупку следует производить только в тех торгующих организациях, которым разрешено продавать требуемые для части материальные ценности.

Закупая материальные ценности по безналичному расчету, необходимо оформить письмо (отношение) за подписью командира воинской части в адрес торгующей организации, в бухгалтерии которой оформляется на приобретение ценности счет-фактура. Командир части на счете-фактуре дает разрешение об оплате. Начальник финансовой службы перечисляет указанную сумму с текущего счета воинской части на текущий (расчетный) счет учреждения. Затем начальник физической подготовки и спорта оформляет на свое имя (на другое лицо) доверенность на получение имущества. Вместе с доверенностью в магазин представляются также один экземпляр счета-фактуры и копия платежного поручения (банковский документ, подтверждающий оплату).

Имущество после получения из магазина и доставки в часть сдается на склад, где на счете-фактуре подписью соответствующих должностных лиц отмечается прием имущества на хранение и производится оприходование его по книгам материального учета. Счет-фактура возвращается начальнику финансовой службы. Закупка товаров по безналичному расчету и оформление документов должны быть закончены в установленное время.

Для разовых закупок материальных ценностей за наличные деньги начальник физической подготовки и спорта воинской части заполняет заявление на выдачу аванса и после разрешения командира (заместителя командира, начальника штаба) воинской части на его выдачу получает в кассе необходимую сумму денег.

При покупке материальных ценностей в магазине в качестве оправдательного документа оформляется соответствующим образом счет (товарный чек).

Закупленные материальные ценности сдаются на склад воинской части, оприходуются по книгам учета в соответствующих службах части, о чем делаются отметки на счете (товарном чеке).

В трехдневный срок со дня получения аванса начальник физической подготовки и спорта должен отчитаться за полученные денежные средства. Делает он это путем оформления авансового отчета, к которому в качестве оправдательного документа, подтверждающего покупки, прилагается оформленный счет (товарный чек). После проверки начальником финансовой службы авансовый отчет утверждается командиром воинской части и передается в финансовую службу. Он является основанием для списания подотчетных денежных сумм. Если закупки производились в других населенных пунктах, то отчет за полученные деньги должен быть произведен в течение трех дней после возвращения из командировки.

Приобретение материалов, оборудования и инструментов для ремонта и содержания объектов учебно-материальной базы по физической подготовке осуществляется в соответствии с Перечнем расходов по смете Министерства обороны. В частности, денежные средства разрешено расходовать: на ремонт и содержание таких мест занятий по физической подготовке и спорту, как гимнастические городки и площадки, полосы препятствий, футбольные и хоккейные поля, открытые катки и теннисные корты, легкоатлетические беговые дорожки и секторы, стадионы и тир, гимнастические и спортивные залы, дворцы спорта, манежи, плавательные бассейны, лыжные и водные станции, трамплины; на монтаж и ремонт мишенной обстановки; на приобретение материалов и приборов для электрификации и сигнализации спортивных сооружений; на приобретение и монтаж вентиляционных установок; на изготовление нетабельных спортивных снарядов; на приобретение машинок для разметки спортивных площадок, шлангов, разбрососилок, катков; на ремонт, стирку, химическую стирку спортивной одежды и обуви.

Приобретение материалов, оборудования и инструментов может осуществляться по безналичному расчету и за наличные деньги согласно изложенным ранее требованиям к оформлению соответствующих документов.

### III. КОНТРОЛЬ И УЧЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ВОИНСКОЙ ЧАСТИ (ВУЗе), ПОДРАЗДЕЛЕНИИ

#### ВВЕДЕНИЕ

Контроль физической подготовки - это деятельность по изучению и анализу физического состояния и конечных результатов функционирования системы физической подготовки военнослужащих. Он осуществляется в соответствии с установленными требованиями и находит свое выражение в определенной системе проверки и оценки физической подготовки.

Контроль физической подготовки осуществляется: в воинской части - вышестоящими командирами, командиром воинской части, его заместителем, штабом и начальником физической подготовки и спорта, а в подразделениях - вышестоящими командирами и командиром подразделения.

Контроль физической подготовки должен быть систематичным, объективным, конкретным и всегда сочетаться с помощью.

Систематичность предполагает изучение качества организации и методики физической подготовки, проверку уровня физической подготовленности военнослужащих на всех этапах обучения с тем, чтобы командиры всегда знали состояние физической подготовки своих подчиненных и в соответствии с этим управляли процессом их физического совершенствования.

Объективность заключается в изучении, оценке показателей, всесторонне и объективно характеризующих физическое состояние и конечные результаты функционирования системы физической подготовки военнослужащих.

Конкретность состоит в изучении, фиксации и анализе конкретных и точных показателей, которые наглядно, просто и, вместе с тем, достаточно полно и объективно отражает количественные и качественные стороны состояния физической подготовки.

Сочетания контроля с помощью, предполагает не только изучение, но и разработку конкретных путей дальнейшего повышения физической подготовленности военнослужащих, оказание помощи командирам подразделений в их практической реализации. Правильно поставленный контроль обязательно включает обучение офицеров и сержантов на практическом опыте путем проведения с ними инструкторско-методических и показательных занятий, а также использования других форм внедрения передового опыта в практику физической подготовки.

### 3.1. Проверка качества организации и методики физической подготовки

При проверке организации и методики физической подготовки определяются:

полнота и качество выполнения должностными лицами обязанностей по организации и проведению физической подготовки личного состава, предусмотренных Уставом внутренней службы Вооруженных Сил Украины и Наставлением по физической подготовке;

состояние планирования всех форм физической подготовки, его соответствие требованиям приказов Министра обороны Украины, Главнокомандующего Сухопутных войск, Наставления по физической подготовке, программ боевой подготовки и других руководящих документов;

уровень методической подготовленности офицеров, сержантов срочной службы и регулярность проведения с ними теоретических, инструкторско-методических и показательных занятий;

систематичность и качество контроля за проведением различных форм физической подготовки должностными лицами;

методика проведения физической подготовки (последовательность выполнения упражнения, физическая нагрузка и плотность занятия, соблюдение мер предупреждения травматизма, предупреждение и исправление ошибок, эмоциональность обучения);

наличие и состояние спортивных сооружений и мест для проведения физической подготовки, спортивного инвентаря, имущества и правильность их использования;

состояние учета физической подготовки, его соответствие требованиям Наставления по физической подготовке и других руководящих документов.

Изучение вопросов организации и методики физической подготовки – это довольно сложный вопрос, требующий значительного количества времени. Поэтому такая комплексная проверка всех вопросов организации и методики применительна ко всем формам физической подготовки и функциям управления, осуществляется лишь периодически 1–2 раза в год. Более часто, регулярно в процессе обучения проводится проверка отдельных форм физической подготовки.

Здесь основная роль принадлежит командирам подразделений и начальнику физической подготовки и спорта воинской части. Опыт показывает, что ее целесообразность в такой последовательности.

#### При проверке учебных занятий по физической подготовке:

качество планирования учебных занятий в расписании занятий подразделения;

наличие и качество конспекта проведения занятия;

правильность и эффективность методики обучения физическим упражнениям;

уровень физической нагрузки и его соответствие подготовленности занимающихся;

применение мер предупреждения травматизма;

подготовленность офицеров и сержантов к учебным занятиям;

правильность подведения итогов занятия, наличие оценок за выполнение военнослужащими упражнений и нормативов, качество учета занятий.

#### При проверке утренней физической зарядки:

правильность планирования различных вариантов зарядки в расписании занятий;

соблюдение личным составом установленной формы одежды;

своевременность построения подразделений и дисциплина строя;

соблюдение методической последовательности выполнения упражнений, качество их выполнения и соответствие уровня физической нагрузки подготовленности личного состава;

подготовленность старшин и сержантов к проведению зарядки;

своевременность начала и окончания зарядки.

При проверке физической тренировки в процессе учебно-боевой деятельности:

- качество планирования попутной физической тренировки и расписания занятий подразделений;
- соответствие применяемых упражнений условиям и конкретным задачам учебно-боевой деятельности личного состава;
- методика и качество выполнения физических упражнений;
- подготовленность офицеров и сержантов к проведению физических упражнений в процессе учебно-боевой деятельности.

При проверке спортивной работы:

- качество планирования спортивной работы в расписании занятий подразделений;
- качество проведения учебно-тренировочных занятий по спорту в составе подразделения: в сборных командах подразделения и состязания на первенство подразделения;
- качество проведения смотра;
- количество подготовленных в подразделении значкистов "Воин-спортсмен", спортсменов-разрядников, судей и тренеров по спорту;
- уровень спортивных рекордов и достижений;
- подготовленность спортивного организатора, тренеров и судей по спорту;
- оборудование спортивного уголка и стенда в подразделении.

Результаты проверки организации и методики физической подготовки должны оперативно доводиться до командиров подразделений, всех офицеров и сержантов, спортивного актива. В соответствии с действующей системой проверки и оценки качество организации и методики физической подготовки не влияет на ее общую оценку. В зависимости от видов проверки, эти вопросы отражаются в актах, рапортах, устных и письменных докладах соответствующими командирам и начальникам, а при особой необходимости и в приказах.

При проверках воинских частей и ВУЗов осуществляется, как правило, всесторонняя проверка качества управления физической подготовки. Качество руководства, организации, обеспечения и проведения физической подготовки оценивается:

"соответствует установленным требованиям":

своевременно и качественно разрабатываются необходимые приказы, анализируется состояние физической подготовки и регулярно проводятся ее итоги;

планирование физической подготовки обеспечивает решение общих и специальных задач физического совершенствования личного состава, объем времени, выделяемого на физическую подготовку и спорт, соответствует требованиям руководящих документов;

систематически проводятся теоретические, инструкторско-методические и показательные занятия с должностными лицами, учебно-методические сборы и семинары со спортивными организаторами, тренерами и судьями по спорту;

повседневно осуществляется контроль за ходом физической подготовки в подразделениях;

данные учета соответствуют истинному состоянию физической подготовки и спорта;

обеспечение физической подготовки и спорта осуществляется в соответствии с требованиями настоящего Наставления и других руководящих документов;

запланированные мероприятия по физической подготовке и спорту проводятся на высоком организационно-методическом уровне;

"не соответствуют установленным требованиям":

если не выполнены два или более из перечисленных элементов руководства организации, обеспечения и проведения физической подготовки или данные учета не соответствуют истинному состоянию физической подготовки и спорта.

В процессе обучения может проверяться и оцениваться качество организации, обеспечения и проведения отдельных форм физической подготовки.

3.2. Проверка и оценка физической и методической подготовленности военнослужащих

Контроль должен быть направлен на изучение состояния физической подготовки и обеспечить принятие конкретных мер по ее улучшению. Он осуществляется командиром воинской части, его заместителем, штабом, начальником физической подготовки и спорта и командирами подразделений.

В ходе контроля проверяются, анализируются и оцениваются:

- уровень физической подготовленности нового пополнения воинской части (кандидатов в военно-учебные заведения);
- полнота и качество усвоения военнослужащими программы по физической подготовке;
- эффективность процесса физической подготовки;
- качество руководства, организации, обеспечения и проведения физической подготовки;
- степень физической готовности военнослужащих и подразделений к боевой деятельности.

Каждый командир (начальник) обязан знать, систематически проверять и оценивать уровень физической подготовленности подчиненных ему военнослужащих, физическую подготовку подразделений и воинских частей.

Проверки осуществляются:

- в течение первых двух недель пребывания нового пополнения в воинской части;
- в период сдачи кандидатами в военно-учебное заведение вступительных экзаменов;
- в процессе обучения;
- в конце периода обучения и учебного года;
- на экзаменах и зачетах;
- при инспектировании и комплексной (частной) проверке воинской части.

Проверки проводятся по планам и программам, утвержденным соответствующими командирами (начальниками).

Новое пополнение проверяется по трем упражнениям: подтягивание на перекладине, бег на 100 м, бег на 3 км или лыжная гонка на 5 км. Результаты проверки учитываются при организации и проведении физической подготовки, распределении военнослужащих по подразделениям и хранятся в подразделениях в течение срока их службы.

Кандидаты в военно-учебные заведения проверяются по 4-м упражнениям: подтягивание на перекладине, бег на 100 м, бег на 3 км, плавание - при наличии условий. Результаты проверки представляются в приемную комиссию, учитываются при решении вопроса о зачислении кандидатов в военно-учебное заведение и хранятся до конца обучения.

В процессе обучения проверяется качество руководства, организации, обеспечения и проведения физической подготовки с личным составом, эффективность процесса физической подготовки, а также полнота и качество усвоения программы по физической подготовке.

В конце периода обучения и учебного года определяется уровень физической подготовленности всех военнослужащих, методическая подготовленность офицеров и сержантов, проводящих занятия, эффективность процесса физической подготовки, оценка физической подготовки подразделений и части.

В военно-учебных заведениях по окончании каждого нечетного семестра обучения проводятся зачеты с оценкой, в конце четных семестров проводятся экзамены. На экзаменах и зачетах, начиная с I семестра обучения проверяется уровень физической и методической подготовленности курсантов и слушателей.

В учебных частях в конце обучения проводится выпускной экзамен, на котором проверяется уровень физической и методической подготовленности курсантов.

При инспектировании и комплексных (частных) проверках определяются:

- уровень физической подготовленности всех назначенных для проверки военнослужащих;
- уровень методической подготовленности всех назначенных для проверки военнослужащих - офицеров и сержантов, проводящих занятия по физической подготовке, слушателей и курсантов военно-учебных заведений, курсантов учебных частей, готовящих командиров отделений.

Каждый военнослужащий в течение учебного года должен быть проверен и оценен по всем упражнениям, предусмотренным программой обучения.

На контрольных занятиях, при инспектировании и комплексных проверках военнослужащие проверяются по трем упражнениям, слушатели и курсанты военно-учебных заведений на зачетах и экзаменах - по 4-5 упражнениям, характеризующим различные физические качества и прикладные навыки.

Подбор упражнений для проверки осуществляется в соответствии со следующими требованиями:

упражнения на общую или скоростную выносливость назначаются для проверки во всех случаях, а остальные - с учетом прохождения программы по решению проверяющего;

уровень развития каждого качества и навыка проверяется не более чем по одному упражнению.

Для выполнения дается одна попытка, кроме упражнения № 11. В отдельных случаях проверяющий может разрешить военнослужащему выполнить упражнение повторно. Выполнение упражнений с целью улучшения полученной оценки не допускается.

В ходе проверки упражнения выполняются в такой последовательности: упражнения на ловкость, упражнения на быстроту, силовые упражнения, приемы рукопашного боя, в конце - упражнения на выносливость, преодоление препятствий, плавание и упражнения в составе подразделения.

Офицеры и курсанты могут проверяться в спортивной форме, за исключением упражнений, для которых предусмотрена только военная форма одежды.

Военнослужащий, не выполнивший назначенное упражнение без уважительной причины, оценивается по нему "неудовлетворительно". При невозможности выполнить упражнение из-за болезни или травмы проверяющий может назначить упражнение для замены или оценить индивидуальную физическую подготовленность военнослужащего по результатам выполненных упражнений. При освобождении военнослужащего от выполнения упражнения на выносливость, его физическая подготовленность оценивается не выше "удовлетворительно" при наличии положительных оценок по другим упражнениям и не менее одной оценки не ниже "хорошо".

Выполнение упражнений оценивается в соответствии с нормативами по физической подготовке. При отсутствии нормативов, имеющих численное выражение, оценка производится следующим образом:

выполнение гимнастических упражнений слушателями-офицерами I и II возрастных групп и курсантами военно-учебных заведений оценивается:

"ОТЛИЧНО" - если упражнение выполнено согласно описанию, без ошибок, легко и уверенно, допущены незначительные ошибки при приземлении;

"ХОРОШО"

- если упражнение выполнено согласно описания, уверенно, но были допущены незначительные ошибки: недостаточная амплитуда, небольшое сгибание и разведение ног, небольшое сгибание рук, добавление лишних махов, касание снаряда без потери темпа, неустойчивое приземление;

"УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО"

- если упражнение выполнено согласно описания, но были допущены значительные ошибки: выполнение махового элемента со значительным дожимом, сделана остановка там, где требуется слитное выполнение упражнения, падение или опора руками о землю после приземления;

"НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО"

- если упражнение не выполнено или искажено (пропуск элемента, падение со снаряда, в опорных прыжках - толчок одной ногой или перебор руками).

Выполнение военнослужащими срочной службы, офицерами I и II возрастных групп прыжков через козла и коня в длину оценивается по сложности упражнения: через козла - удовлетворительно; через коня - ноги в момент толчка руками ниже верхнего края - "хорошо", выше верхнего края - "отлично". Толчок одной ногой или перебор руками не допускается.

При проверке военнослужащих по рукопашному бою назначается пять предусмотренных программой приемов из различных групп: приемы боя с оружием, приемы боя рукой и ногой; освобождения от захватов; обезоруживание противника; болевые приемы; броски; специальные приемы.

Выполнение приемов оценивается:

"ВЫПОЛНЕНО"

- если прием проведен согласно описания, быстро и доведен до завершения.

"НЕ ВЫПОЛНЕНО"

- если прием проведен не в соответствии с описанием или не доведен до завершения.

Оценка военнослужащему по рукопашному бою определяется:

"ОТЛИЧНО"

- если выполнено 5 приемов

"ХОРОШО"

- если выполнено 4 приема

"УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО"

- если выполнено 3 приема

Оценка физической подготовленности военнослужащего

слагается из оценок, полученных им за выполнение всех назначенных для проверки упражнений, и определяется:



- "ОТЛИЧНО" - если половина и более оценок "отлично" (в том числе не менее одной за выполнение специального упражнения), а остальные "хорошо";
- "ХОРОШО" - если половина и более оценок не ниже "хорошо", в том числе не менее одной за выполнение специального упражнения, а остальные - "удовлетворительно";
- "УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО" - если более половины оценок "удовлетворительно" при отсутствии неудовлетворительных оценок, или если одна оценка "неудовлетворительно" при наличии положительных оценок за выполнение всех специальных упражнений (в том числе не менее одной из них не ниже "хорошо") или если по одному из специальных упражнений получена оценка "неудовлетворительно", а по остальным не ниже "хорошо".

При проверке по упражнениям, выполненным в составе подразделения, индивидуальная оценка физической подготовленности военнослужащему определяется такая же, как и оценка подразделения.

Методическая подготовленность офицеров и сержантов, проводящих занятия, курсантов учебных частей, ротовых командиров отделений, проверяется и оценивается по качеству выполнения методического задания, включающего практические действия по организации и проведению физической подготовки. У слушателей и курсантов военно-учебного заведения, кроме того, проверяется и оценивается знание теоретических основ физической подготовки.

Проверка методической подготовленности военнослужащих проводится в течение одного дня, как правило, до выполнения военнослужащими практических нормативов по физической подготовке.

Качество выполнения методического задания оценивается:

- "ОТЛИЧНО" - если задание выполнено правильно и уверенно;
- "ХОРОШО" - если задание выполнено правильно, но не достаточно уверенно;
- "УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО" - если задание выполнено в основном правильно, но неуверенно и с незначительными ошибками;
- "НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО" - если задание не выполнено, или выполнено неуверенно и с грубыми ошибками.

При оценке выполнения задания по проведению физической подготовки учитывается внешний вид, строевая выправка и умение называть, показывать и объяснить упражнение, выбрать рациональную методику.

При проверке теоретических знаний каждый слушатель или курсант отвечает на один вопрос. Проверка проводится методом устного или письменного опроса.

Уровень теоретических знаний оценивается:

- "ОТЛИЧНО" - если ответ по существу правилен и полон;
- "ХОРОШО" - если ответ правилен по существу, но недостаточно полон или изложен с несущественными ошибками;
- "УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО" - если ответ в основном правилен, но изложен неполно или с отдельными существенными ошибками;
- "НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО" - если ответ не раскрывает существа вопроса.

Оценка методической подготовленности курсантов складывается из оценок, полученных за ответ на теоретический вопрос и выполнение методического задания, и определяется:

- "ОТЛИЧНО" - если получены две оценки "отлично";
- "ХОРОШО" - если получены две оценки "хорошо" или одна "отлично", а вторая "хорошо" или одна "отлично", а вторая "удовлетворительно";
- "УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО" - если одна "хорошо", а вторая "удовлетворительно" или обе "удовлетворительно";
- "НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО" - если одна из оценок "неудовлетворительно".

Общая оценка по физической подготовке офицеров и сержантов, слушателей и курсантов складывается из оценок их физической и методической подготовленности и определяется:

- "ОТЛИЧНО" - если получены одна оценка "отлично", а вторая не ниже "хорошо";
- "ХОРОШО" - если получены одна "отлично", а другая "удовлетворительно" или две - "хорошо";
- "УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО" - если получены одна оценка "хорошо", а другая - "удовлетворительно", или обе "удовлетворительно", или если по физической подготовленности не ниже "хорошо", а методической "неудовлетворительно".

### 3.3. Проверка и оценка физической подготовки подразделения

Для проверки и оценки физической подготовки в воинской части и военно-учебном заведении назначаются подразделения в полном составе. Подразделения для проверки определяются проверяющим. Командир части и его заместители, а также офицеры управления проверяются в обязательном порядке.

Оценка физической подготовки подразделения и части складывается из оценок, полученных проверяемыми военнослужащими и определяется:

- "ОТЛИЧНО" - если получено 90 % положительных оценок, при этом половина и более получили оценку "отлично";
- "ХОРОШО" - если получено 80 % положительных оценок, при этом половина и более получили оценку не ниже "хорошо";
- "УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО" - если получено 70 % положительных оценок.

Оценка физической подготовки военно-учебного заведения, его учебных подразделений, отделов, кафедр и служб складывается из общих оценок по физической подготовке проверенных военнослужащих и определяется:

- "ОТЛИЧНО" - если получено 95 % положительных оценок, при этом половина и более проверенных получили "отлично";
- "ХОРОШО" - если получено 90 % положительных оценок, при этом половина и более проверенных получили оценку не ниже "хорошо";
- "УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО" - если получено 80 % положительных оценок.

При определении оценки по физической подготовке учитываются оценки, полученные отдельными категориями военнослужащих:

- в подразделениях воинской части - всеми военнослужащими;
- в подразделениях военно-учебных заведений - офицерами постоянного состава, прапорщиками постоянного состава, слушателями, курсантами.

Общая оценка по физической подготовке подразделению, части, ВУЗу снижается на один балл:

- если более 20 % военнослужащих из числа назначенных для проверки переведены в группу ЛФК или освобождены по состоянию здоровья;

если две категории военнослужащих в воинской части и одна категория в военно-учебном заведении оценены "неудовлетворительно".

### 3.4. Учет физической подготовки в подразделении

Учет физической подготовки - это деятельность по сбору, систематизации, анализу и хранению информации о функционировании системы физической подготовки военнослужащих. Он осуществляется в соответствии с установленными требованиями и находит свое выражение в определенной системе учетной и отчетной документации.

Учет физической подготовки ведется: в воинской части - начальником физической подготовки и спорта; в батальоне - начальником штаба и спортивным организатором; в роте - командиром и спортивным организатором; во взводе - командиром взвода.

В воинской части все виды учета входят в единую систему, которой охвачены необходимые количественные и качественные показатели.

Предварительный учет позволяет при разработке документов планирования обосновывать различные показатели физической подготовки. Он предусматривает обобщение:

руководящих указаний и другой информации по организации и проведению физической подготовки, поступающих от вышестоящих инстанций;

состояния спортивных сооружений и мест для занятий, материального обеспечения физической подготовки;

качества организации и методики физической подготовки в подразделениях и уровня физической подготовленности личного состава;

уровня теоретической, практической и методической подготовленности командиров подразделений и общественных спортивных кадров.

Оперативный учет осуществляется в течение всего года и дает возможность установить своевременное и качественное выполнение плановых мероприятий, а также получить необходимую информацию о качестве организации и ходе физической подготовки в подразделениях и части.

Итоговый учет позволяет суммировать и обобщать результаты деятельности командиров, офицеров - специалистов и общественных кадров за определенный промежуток времени: неделю, месяц, период.

обучения или учебный год. Он дает возможность всесторонне изучить и проанализировать проделанную работу, ход выполнения планов.

Основными показателями итогового учета являются:

результаты и выводы по каждой проверке подразделения (части);

результаты проверки подразделений по условиям спорта спортивной работы;

количество спортсменов, награжденных знаком "Воин-спортсмен", спортсменов-разрядников, тренеров и судей по спорту;

спортивные рекорды и достижения части по военно-прикладным видам и упражнениям из программы боевой подготовки.

Учет физической подготовки должен соответствовать ее истинному состоянию. Он ведется:

в воинской части начальником штаба и начальником физической подготовки и спорта;

в батальоне начальником штаба и заместителем командира батальона;

в роте командиром роты;

во взводе командиром взвода.

В воинской части учитываются:

проведение учебных занятий по физической подготовке с офицерами управления;

результаты проверок физической подготовки и смотров спортивно-массовой работы в подразделениях и воинской части;

проведение инструкторско-методических и показательных занятий, учебно-методических сборов со спортивными организаторами подразделений, тренерами, судьями;

результаты спортивных и военно-спортивных соревнований на первенство воинской части, выступлений команд и отдельных спортсменов на соревнованиях вне части;

количество военнослужащих, награжденных знаком "Воин-спортсмен" и спортсменов-разрядников;

спортивные рекорды и достижения части;

результаты выполнения офицерами управления части упражнений и требований ВСК;

наличие и состояние учебно-материальной базы по физической подготовке и спорту, инвентаря и имущества.

В батальоне, роте, во взводе учитываются:

выполнение всех мероприятий по физической подготовке и спорту, предусмотренных документами планирования боевой подготовки;

количество военнослужащих, награжденных нагрудным знаком "Воин-спортсмен" и спортсменов-разрядников;

результаты выполнения личным составом упражнений и требований ВСК.

#### 4. ВОЕННО-СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС — ОСНОВА СПОРТИВНО-МАССОВОЙ РАБОТЫ.

##### ПОДГОТОВКА ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ПО ВИДАМ СПОРТА И УПРАЖНЕНИЯМ ВСХ

###### ВВЕДЕНИЕ

Пока существует опасность развязывания военных конфликтов и различного рода провокаций, правительство Украины уделяет неослабное внимание обороноспособности страны, боевой мощи Вооруженных Сил.

Практика учебно-боевой деятельности и результаты научных исследований показывают, что успех современного боя зависит не только от личной технической обученности, но и от максимально высокого развития у военнослужащих физических и морально-боевых качеств, а также двигательных навыков, которые соответствуют характеру и условиям их боевой деятельности.

Физическая подготовка, являясь одним из слагаемых боевой готовности способствует повышению военно-специальной подготовленности, воспитанию морально-политических и психических качеств личного состава, совершенствованию боевой слаженности воинских подразделений. Содержание физической подготовки зависит от целей и задач выполняемых Видами Вооруженных Сил, родов войск и специальных войск, определяется Наставлением, учебными программами, Военно-спортивным комплексом, Военно-спортивной классификацией и находит свое выражение в использовании различных средств и форм физической подготовки. Одной из форм физической подготовки является спортивно-массовая работа, как неотъемлемая часть боевой подготовки, важное средство воинского обучения и воспитания личного состава.

#### 4.1. Направленность и особенности спортивно-массовой работы

Спортивно-массовая работа направлена на повышение уровня физической подготовленности и спортивного мастерства военнослужащих, организацию содержательного досуга личного состава.

Спортивно-массовая работа включает: учебно-тренировочные занятия по спорту; спортивные и военно-спортивные соревнования; смотры спортивно-массовой работы; спортивные праздники, вечера и другие мероприятия. Как форму физической подготовки военнослужащих ее характеризуют следующие особенности:

дух состязания, стремления к победе и достижению высоких спортивных результатов. Занятия спортом невозможны без постоянного стремления к повышению спортивного мастерства, к победе над своими спортивными соперниками. Это стремление и бескомпромиссность спортивной борьбы является мощным стимулом непрерывного физического совершенствования военнослужащих;

сочетание обязательности занятий спортом с добровольностью в выборе видов спорта для спортивного совершенствования. Все военнослужащие обязаны постоянно участвовать в спортивной работе. Для этого они привлекаются к подготовке и сдаче нормативов Военно-спортивного комплекса, к участию в массовых спортивных и военно-спортивных состязаниях. Вместе с этим военнослужащим предоставляется возможность добровольного выбора вида спорта, в котором они совершенствуют свое спортивное мастерство или навыки. Это позволяет не только вовлечь весь личный состав в систематические занятия спортом, но и учесть индивидуальные способности и интересы каждого воина;

перенесение воинами в процессе занятий спортом максимальных физических нагрузок и нервно-психических напряжений, достижение спортивных успехов возможно только на основе напряжений на тренировке. Характерным для нее являются большой объем и высокая интенсивность физической нагрузки. На определенном этапе спортивной тренировки обязательны максимальные физические нагрузки, моделирующие условия состязания. Занятия спортом связаны и с большими нервно-психическими напряжениями, обусловленными чувством собственного достоинства, повышенной ответственностью за честь своего подразделения или воинской части, обстановкой состязаний или другими факторами. Поэтому для спорта характерны особенно высокие физические нагрузки и нервно-психические напряжения. Ни в одной другой форме физической подготовки они не достигают таких абсолютных величин и не концентрируются так во времени.

Руководство и организацию спортивной работы осуществляют соответствующие командиры и начальники. Однако лишь своими силами они не в состоянии добиться эффективного решения стоящих задач. Поэтому в организации и проведении спортивной работы особенно велика роль общественного спортивного актива. Опыт передовых частей показывает, что только при постоянной и активной деятельности общественных и спортивных кадров может на основе вовлечения всего личного состава в регулярные занятия спортом добиться хороших показателей в смотре спортивной работы, успешно готовить значкистов "Воин-спортсмен" и спортсменов-разрядников.

В Вооруженных Силах Украины спортивная работа с личным составом проводится во время, предусмотренное расписанием дня воинской части в выходные и праздничные дни.

В часы спортивно-массовой работы для занятий спортом должно выделяться не менее 5 часов (3 раза) в неделю.

Строгая регламентация времени на спортивную работу, сочетание обязательности занятий с добровольностью в выборе видов спорта, регулярность учебно-тренировочных занятий и состязаний, спортивная борьба за достижение максимально высоких результатов и высокая эмоциональность — все это делает спортивную работу эффективной формой физической подготовки военнослужащих.

Опыт показывает, что спортивная работа является важным средством воспитания у военнослужащих воли к победе и стойкость в действиях в условиях максимальных физических нагрузок и нервно-психических напряжений, способствует укреплению воинской дисциплины, военного товарищества. Основная тенденция развития спортивной работы в Вооруженных Силах состоит в максимальном приближении спорта к решению задач боевой подготовки, совершенствования физических специалистов и психологических качеств и прикладных навыков военнослужащих во все более органической связи учебно-тренировочных занятий по спорту и состязаний с другими формами физической подготовки, в широком использовании военно-прикладных видов спорта. Занятия спортом прочно входят в повседневный режим жизни, быта и боевой подготовки войск и военно-учебных заведений. Вооруженные Силы Украины становятся полковой школой массового спорта.

#### 4.2. Задачи, особенности, структура и содержание Военно-спортивного комплекса Вооруженных Сил Украины

##### а) Задачи и особенности военно-спортивного комплекса

Военно-спортивный комплекс Вооруженных Сил Украины (ВСК) является основой спортивно-массовой работы в войсках. Целью ВСК является всесторонняя подготовка военнослужащих к защите Родины и высокопроизводительному труду. Эта цель, отражая идейную направленность физического воспитания всех граждан Украины, в условиях Вооруженных Сил достигается решением следующих задач:

вовлечение всех военнослужащих в регулярные занятия спортом;

достижение войнами разносторонней физической подготовленности в сочетании с высокими моральными и психологическими качествами;

повышение боевого мастерства личного состава.

Работа ВСК способствует также укреплению здоровья военнослужащих, улучшению организации их досуга, широкой пропаганде физической культуры и спорта.

Основу спортивно-массовой работы в воинских частях и подразделениях составляют учебно-тренировочные занятия и соревнования по упражнениям ВСК и военно-спортивной классификации.

##### б) Структура ВСК

Военно-спортивный комплекс Вооруженных Сил Украины включает: упражнения, нормы и требования для военнослужащих мужчин и женщин.

Военно-спортивный комплекс строится по возрастному принципу. Для выполнения норм и требований комплекса для военнослужащих распределяются на возрастные группы:

первая	— по 30 лет
вторая	— от 30 до 35 лет
третья	— от 35 до 40 лет
четвертая	— от 40 до 45 лет
пятая	— от 45 до 50 лет
шестая	— от 50 лет и старше.

К выполнению упражнений и требований Военно-спортивного комплекса привлекаются все военнослужащие, кроме занимающихся в группе лечебной физкультуры и освобожденных по состоянию здоровья.

Все военнослужащие выполняет упражнения и требования ВСК в течение одного года, а не выполнившие в указанный срок - сдают их заново. Офицеры, прапорщики, военнослужащие сверхсрочной службы и военнослужащие женщины подтверждают выполнение упражнений и требований военно-спортивного комплекса ежегодно.

Военно-спортивный комплекс предусматривает выполнение следующих упражнений:

- I. Военнослужащие - мужчины первой и второй возрастной группы:
- бег на 3 км;
  - подтягивание на перекладине;
  - бег на 100 метров (челночный бег 10x10 м) - при отсутствии условий для бега на 100 м,
  - лыжная гонка на 5 км (кросс на 5 км - для бесснежных районов);
  - общее контрольное упражнение на единой полосе препятствий (СКУ на полосе препятствий - для личного состава надводных кораблей и подводных лодок; оборона на лонинге - для летного состава).
- II. Военнослужащие - мужчины третьей и четвертой возрастной группы:
- бег на 1 км;
  - подтягивание на перекладине;
  - бег на 100 м (челночный бег 10x10 м при отсутствии условий для бега на 100 м);
  - лыжная гонка на 5 км (кросс на 5 км - для бесснежных районов).
- III. Военнослужащие - мужчины пятой и шестой возрастной группы:
- бег на 1 км;
  - подтягивание на перекладине;
  - лыжная гонка на 5 км (кросс на 5 км - для бесснежных районов).
- IV. Военнослужащие - женщины:
- бег на 1 км;
  - комплексное силовое упражнение;
  - бег на 100 м (челночный бег 10x10 м при отсутствии условий для бега на 100 м).

лыжная гонка на 5 км (кросс на 5 км - для бесснежных районов).

Требования Военно-спортивного комплекса

Содержание	Возрастная группа		Степень знака "Воин-спортсмен"	
	До 35 лет	135 лет и старше	I	II
Проплыть на оценку: в обмундировании с оружием <sup>x)</sup>	+		"Отлично"	"Хорошо"
в спортивной форме		+		
Иметь спортивный разряд или судейскую категорию <sup>xx)</sup>	+		II или два III по воен-но-приклад-ным видам спорта	III по любому виду спор-та
		+	Спортивный разряд или судейскую категорию по любому виду спорта	

x) При отсутствии условий для плавания в обмундировании разрешается выполнять упражнения в спортивной форме.

xx) Для военнослужащих женщин - иметь спортивный разряд или судейскую категорию по любому виду спорта.

Выполнение упражнений и требований ВСК оценивается по нормативам по физической подготовке (приложение 8 НК-87) и засчитывается, как правило, в процессе контрольных занятий, проверок и в ходе соревнований на первенство роты (отдельного взвода) и выше. Право оценивать выполнение упражнений и требований ВСК предоставляется проверяющим из числа командиров рот, их заместителей и выше, а также судейским бригадам. Результаты выполнения упражнений и требований комплекса отражаются в соответствующих документах и в специальной ведомости учета выполнения упражнений и требований Военно-спортивного комплекса.

Военнослужащие, выполнившие все упражнения и требования ВСК по установленным для соответствующей возрастной группы или категории нормативам, предоставляются к награждению знаком "Воин-спортсмен":

I степени – если упражнения выполнены на оценку "отлично", а также выполнены все требования;

II степени – если половина и более упражнений выполнены военнослужащими на оценку "Отлично", а остальные – "Хорошо", а также выполнены все требования;

"Золотистого цвета" – если упражнения и требования, установленные для знака "Воин-спортсмен" I степени, выполнены военнослужащими срочной службы в течение двух лет подряд, а офицером, прапорщиком, военнослужащим срочной службы, курсантом военно-учебного заведения – в течение трех лет подряд.

Для награждения личного состава нагрудным знаком "Воин-спортсмен" командиры рот представляют в спортивный комитет воинской части список военнослужащих, полностью выполнивших упражнения и требования ВСК. Спортивный комитет воинской части организует выборочно проверку военнослужащих, представленных к награждению нагрудным знаком "Воин-спортсмен".

Награждение нагрудным знаком "Воин-спортсмен" осуществляется в соответствии с приказом командира воинской части и вручается военнослужащим в торжественной обстановке.

#### 4.3. Значение и основное содержание военно-спортивной классификации

Широкое распространение военно-прикладных видов спорта и упражнений является давней традицией Вооруженных Сил, так как массовый спорт – это главным образом, военно-прикладной спорт. Стройная система военно-спортивных состязаний сложилась, однако, лишь в послевоенные годы. В 1959 году и 1961 г. новая всесоюзная спортивная классификация впервые была дополнена военно-прикладными видами упражнений, которые были взяты из других видов спорта, но выполнялись в военной форме одежды.

В 1963 году впервые разработаны и внедрены в практику спортивной работы правила проведения военно-спортивных состязаний, затем разработаны методические пособия по ряду военно-прикладных видов спорта и военно-спортивным состязаниям, а также создана и внедрена в практику Военно-спортивная классификация. В последнее время она разрабатывается каждые 4 года, составляющие олимпийский цикл и является составной частью Единой всесоюзной спортивной классификацией. Все это способствует широкому распространению и

улучшению качества проведения состязаний по военно-прикладным видам спорта в интересах дальнейшего повышения боевспособности войск.

а) **З н а ч е н и е** военно-спортивной классификации состоит в том, что она:

акцентирует внимание командиров, специалистов физической подготовки и спорта, общественного спортивного актива на широком применении в войсках и ВУЗах военно-прикладных видов спорта и упражнений, максимально приближает спортивную работу к боевой подготовке войск и тем самым направлена на повышение боевого мастерства военнослужащих;

способствует превращению многих важных военно-прикладных упражнений, приемов и действий в равнодушие, по отношению к классическим видам спорта, и тем самым повышает заинтересованность личного состава в регулярных занятиях военно-прикладными видами спорта;

обеспечивает расширение возможностей привлечения всех военнослужащих к систематическим учебно-тренировочным занятиям по спорту и состязаниям, в том числе и при крайне ограниченной материальной базе для занятий спортом, что очень важно в условиях войны и флота и тем самым создает объективные предпосылки для полновесного массового развития спорта в Вооруженных Силах Украины.

б) **С о д е р ж а н и е** военно-спортивной классификации предполагает установление разрядных норм и требований по двум группам военно-прикладных видов спорта. Первая – по видам спорта, многократным классическим, но выполняемым в военной форме одежды, с оружием, техникой и инвентарем армейского образца или по условиям, приближенным к боевым (автомобильный, гребно-парусный, парашютный, стрелковый, лыжный спорт, легкая атлетика, военно-прикладное плавание, гиревой спорт и др.).

Вторая – по видам спорта, военно-прикладным по своей сущности (преодоление препятствий, ускоренное передвижение, военно-спортивное многоборье, горное троеборье, упражнения на специальных снарядах и др.). Но наиболее сложным и важным из этих видов спорта, особенно по военно-спортивным многоборьям, предусматривается присвоение не только спортивных разрядов, но и звание "Мастер спорта Украины".

Тенденция дальнейшего совершенствования военно-спортивной классификации состоит не только в постоянном увеличении количества военно-прикладных видов спорта и упражнений, по которым присваивается спортивный разряд и звание, но и в их приближении к нуждам боевой подготовки войск.

#### 4.4. Подготовка военнослужащих по видам спорта и упражнениям ВСК, содержание учебно-тренировочных занятий по спорту, спортивных и военно-спортивных состязаний

Основу содержания спортивной работы составляют учебно-тренировочные занятия по спорту, спортивные и военно-спортивные состязания.

Учебно-тренировочные занятия по своему содержанию существенно различаются и проводятся:

в подразделениях – со всеми военнослужащими по упражнениям программы физической подготовки, Военно-спортивного комплекса и по Военно-спортивной классификации – в часы спортивно-массовой работы;

в сборных командах воинских частей, военно-учебных заведений, подразделений – 3-4 раза в неделю (продолжительность каждого занятия до 2 часов).

а) Спортивные состязания проводятся в соответствии с утвержденными правилами, одинаковыми для всех состязаний по конкретному виду спорта, независимо от состава участников, места и времени их проведения. Участники выступают в установленной спортивной форме и на специально оборудованных местах. В содержание спортивных состязаний включаются упражнения из Единой спортивной классификации.

Спортивные состязания по своему содержанию в большинстве случаев не связаны непосредственно с выполнением боевых приемов и действий, характерных для воинов соответствующих родов войск. Однако, при умелом их использовании они решают не только общие, но и специальные задачи физической подготовки. Для этого спортивные состязания проводятся, прежде всего, по видам спорта, связанным с развитием наиболее важных для каждого рода войск физических качеств и прикладных навыков.

б) Военно-спортивные состязания организуются по наиболее прикладным для военнослужащих соответствующего рода войск

физическим упражнениям и видам спорта. Кроме того, в их содержание могут включаться военно-профессиональные приемы в сочетании с передвижениями и действиями на местности. Военно-спортивные состязания проводятся по специальным правилам или по условиям и программам, составляемым командирами и офицерами – специалистами физической подготовки и спорта. Участники военно-спортивных состязаний выступают в военной форме одежды, зачастую с личным оружием, в ряде случаев и с боевой техникой.

В ВС Украины сложилась стройная система спортивных и военно-спортивных состязаний на первенство взводов, рот (батарея, эскадрилья), батальонов (дивизионов), частей, соединений, военных округов (Флотов) и видов ВС. Кроме того, проводятся состязания на первенство УА и ВМФ между военно-учебными заведениями, военными округами (Флотами) и видами ВС.

Армейские и флотские спортсмены принимают также активное участие в состязаниях, проводимых городскими, областными и республиканскими спортивными организациями, в чемпионатах и спортаксиадах. В зависимости от содержания, особенностей организации, учебно-тренировочной направленности, решаемых задач, состава участников и характера определения победителей, используются различные виды состязаний.

По содержанию состязания могут быть единоборьями, многоборьями и комплексными. В зависимости от особенностей организации, учебно-тренировочной направленности и решаемых задач проводятся следующие виды состязаний: первенства, товарищеские, классификационные, кубковые, отборочные, уравнивательные, эстафеты, состязания "с места". По составу участников состязания могут быть очными и заочными, открытыми и закрытыми, с ограниченным количеством участников и массовыми. По характеру зачета состязания могут быть личными, командными и лично-командными.

Во всех видах состязаний важное значение имеет объективный и соответствующий поставленным задачам порядок определения победителей. Целесообразность использования того или иного способа определения победителей зависит от конкретных задач состязаний, их содержания и мастерства.



#### 4.5. Значение, задачи и содержание смотров спортивной работы

В ВС ежегодно, начиная с 1959 года, получили широкое распространение смотры спортивной работы. Они являются комплексными заочными состязаниями, в которых по объективным одинаковым для всех показателям сравнивается качество спортивной работы в подразделениях, частях, на кораблях, в военных училищах, военных округах и видах ВС. Многолетний опыт проведения смотров убедительно показал их важную роль в повышении уровня физической подготовленности военнослужащих.

Значение смотров состоит в том, что они стимулируют деятельность командиров и начальников, офицеров-специалистов физической подготовки и спорта, спортивного актива, направленную на повышение качества спортивной работы. Поэтому проведение смотров эффективно лишь в том случае, если в их основе лежат не только количественные, но прежде всего, качественные показатели.

Основными задачами смотров являются:

вовлечение всех военнослужащих в регулярные занятия спортом; повышение уровня физической подготовленности личного состава; улучшение качества организации спортивной работы, подготовки значкистов "Воин-спортсмен" и спортсменов-разрядников;

вовлечение лучших подразделений, частей, военно-учебных заведений, обобщение передового опыта и его распространение.

Содержание смотров предусматривает, главным образом, два основных показателя: подготовленность личного состава по ВСК и по отдельным видам спорта. По усмотрению соответствующих командиров и начальников в содержание смотра могут включаться и др. показатели, результаты участия спортсменов в различных состязаниях, состояние материальной базы по спорту, агитационно-пропагандистской работы и др. За каждый из показателей установлено определенное количество баллов, и общее первенство в смотре определяется по сумме баллов подразделения, части, соединения или ВУЗа, набранных по всем показателям спорта.

Достижение высоких результатов в смотре спортивной работы — не самоцель, а важное средство повышения физической подготовленности военнослужащих. Поэтому их проведение увязывается с задачами боевой подготовки, направляется на укрепление воинской дисциплины, на воспитание чувства ответственности за честь своего подразделения и части.

#### 4.6. Значение и содержание спортивных праздников и вечеров

В ВС Украины широкое распространение получили спортивные праздники и вечера. Они приурочиваются обычно ко дню Конституции Украины, 1,9 Мая, Дню ВС Украины, Дню физкультурника, годовщине части и др. знаменательных для военнослужащих летаж. Спортивные праздники и вечера имеют важное значение в воинском воспитании и повышении уровня физической подготовленности личного состава. Они содействуют пропаганде физической культуры и спорта, организации культурного досуга военнослужащих, членов их семей, рабочих и служащих, снятию нервно-психического утомления, вызванного напряженной боевой службой, укреплению дружественных связей с гражданским населением. Содержание спортивных праздников обычно включает массовые выступления военнослужащих, показательные выступления спортсменов, спортивные и военно-спортивные состязания, игры и развлечения. В летнее время праздник проводится, как правило, на стадионе, где имеются необходимые условия для массовых выступлений, состязаний, размещения зрителей. Возможно также проведение праздника на подвой станции с включением в его программу плавания, прыжка в воду, игру в водное поло, в зимнее время — лыжную гонку, слалом, прыжок с трамплина, хоккея.

В содержании спортивных вечеров обычно предусматривается объявление приказа командира по итогам спортивных и военно-спортивных состязаний, вручение призов и грамот победителям, награждение спортивными знаками, доклад, лекции и беседа специалистов физической подготовки, тренеров, спортсменов, рабочих, показательные спортивные выступления, демонстрации спортивных кинофильмов; игры и развлечения, консультации по вопросам физической подготовки и спорта.

#### 4.7. Общественные спортивные кадры воинской части и подразделений

Важную роль в решении задач физической подготовки военнослужащих играют общественные спортивные кадры. От их работы в значительной мере зависит массовость и регулярность занятия спортом, количество и качество подготовки значкистов "Воин-спортсмен" и спортсменов-разрядников; успехи выступлений спортивных команд в соревнованиях, результаты участия всего личного состава в смотрах спортивной работы.

Подготовка и повышение квалификации общественных спортивных кадров организуется и проводится в воинской части, а при возможности и необходимости — в масштабе соединения (гарнизона). В этом случае гарнизонные дома офицеров и спортивные клубы армии и флота оказывают командирам частей необходимую помощь в подготовке общественных спортивных кадров и повышении их квалификации.

#### а) Спортивный комитет воинской части

Состояние спортивной работы в воинской части, ее успехи и недостатки во многом зависят от деятельности спортивного комитета. Спортивный комитет — это орган, созданный в помощь командиру воинской части для организации и проведения всех спортивных мероприятий.

На него возлагается:

разработка проекта приказа об организации спортивно-массовой работы, рассмотрение плана спортивно-массовой работы и положения о спортивных, военно-спортивных соревнованиях и смотре спортивно-массовой работы;

организация работы по Военно-спортивному комплексу;

организация и проведение смотров спортивно-массовой работы, спортивных праздников, вечеров и других мероприятий;

подготовка и проведение учебно-методических сборов и семинаров со спортивными организаторами подразделений, тренерами и судьями по спорту;

подбор и инструктаж судейских бригад для проведения спортивных и военно-спортивных соревнований на первенство войсковой части;

контроль за спортивно-массовой работой в подразделениях, учебно-тренировочными занятиями в спортивных командах воинской части и оказание помощи командирам подразделений, спортивным организаторам и тренерам по спорту;

обобщение и распространение передового опыта организации и проведения спортивно-массовой работы;

организация и проведение спортивно-массовых мероприятий с членами семей военнослужащих, рабочими и служащими УА и ВМФ;

рассмотрение материалов для присвоения личному составу спортивных званий, судейских категорий и награждение военно-служащих спортивными нагрудными знаками;

анализ состояния спортивно-массовой работы и разработка предложений по ее совершенствованию.

Спортивный комитет воинской части назначается в составе 7-11 человек: председатель, его заместители, секретарь, председатель коллегии судей и члены.

Председателем спортивного комитета назначается заместитель командира воинской части, а одним из заместителей — начальник физической подготовки и спорта.

Работа спортивного комитета проводится по планам, разрабатываемым на каждый месяц и утверждаемым командиром воинской части. Основными формами работы являются: заседание, постоянные и временные поручения, оказание помощи подразделениям в организации спортивно-массовой работы. Заседания спортивного комитета проводятся не реже одного раза в 2 месяца и могут быть закрытыми, когда присутствуют лишь члены спортивного комитета или расширенным. На них обсуждаются планы работы комитета на очередной месяц, планы спортивной части, заслушиваются отчеты командиров и спортивных организаторов о состоянии спортивной работы в подразделениях, намечаются мероприятия по улучшению спортивной работы, подводятся итоги спортивных состязаний и смотров спортивной работы, обсуждаются принципиальные вопросы развития спорта среди личного состава. Для участия в расширенных заседаниях привлекаются командиры, спортивные организаторы, тренеры спортивных команд, судьи по спорту, лучшие спортсмены. Такие заседания позволяют более детально и всесторонне рассматривать состояние спортивной работы, принимать наиболее правильные решения, выработать единую точку зрения у спортивного актива и командира. Проведение расширенных заседаний дает возможность общественным спортивным кадрам лучше узнать работу спортивного комитета.

#### б) Спортивные организаторы подразделений, тренеры и судьи по спорту

Подготовка и повышение квалификации спортивных организаторов, тренеров и судей по спорту осуществляется на учебно-методических сборах и семинарах в процессе учебно-тренировочных занятий по спорту и состязаний, путем самостоятельной работы.

Сборы и семинары являются основной формой подготовки спортивных кадров. Они планируются, как правило, в масштабе в/части, а в необходимых условиях — соединения и гарнизона. На сборах изучаются наиболее важные детали организации и проведения спортивной работы, обмена опытом и непосредственной

подготовкой к выполнению запланированных спортивных мероприятий.

Сборы и семинары со спортивными организаторами направлены на принятие и совершенствование знаний, умений и навыков планирования спортивной работы в подразделениях, организации существования спортивных и военно-спортивных состязаний, оформление наглядной агитации, освещение хода выполнения личным составом подразделений нормативов ВСК.

На сборах и семинарах с тренерами по спорту решаются задачи обучения их планирования и проведения учебно-тренировочных занятий и воспитательной работы в команде, оформлении материалов на присвоение спортсменам спортивных званий и разрядов, ведении учета работы в спортивной команде.

На сборах и семинарах с судьями по спорту изучаются правила состязаний по видам спорта, техника исполнения спортивных приемов и упражнений, техника ведения спортивной борьбы.

Сборы со спортивными организаторами и тренерами проводятся продолжительностью 16-24 часа (2 дня), с судьями 8-16 часов (1-2 дня), а семинары в течение учебного года по мере необходимости продолжительностью 2-4 часа (1 день). Их содержанием являются теоретические, инструкторско-методические и показательные занятия, проверка теоретической и практической подготовленности.

Подготовка сборов и семинаров включает следующие вопросы: подбор слушателей и руководителей занятий и их подготовку, разработку учебного плана, расписание занятий, а при необходимости и приказа (приказаний), подготовку мест проведения, инвентаря, пособий, документации, побуждает членов комитета к систематической организаторской деятельности. Опыт работы спортивных комитетов воинских частей, добившихся высоких показателей в физической подготовке и спорте, позволяет выделить основные направления, по которым должна вестись работа с членами спортивного комитета. К ним относятся: подбор кандидатов в спорт. комитеты и расстановка его членов по участкам деятельности; постоянное совершенствование стиля и методов работы; нормирование и стимулирование деятельности каждого члена спортивного комитета; стандартизация и разделение труда.

Постоянное совершенствование стиля и методов работы достигается выработкой у членов спорт. комитета необходимых знаний,

умений и навыков. Для этого с ними проводятся теоретические, инструкторско-методические и показательные занятия, беседы, обмен опытом работы между представителями спортивных комитетов разных воинских частей.

Важными компонентами стиля работы спорт. комитета является контроль и проверка исполнения всех планов и решений, а также фактическое состояние работы по ВСК и подготовке спортсменов-разрядников.

### З а к л ю ч е н и е

Таким образом, спортивно-массовая работа является важным компонентом процесса физической подготовки личного состава ВС страны. Спортивно-массовая работа всегда рассматривалась как неотъемлемая часть боевой подготовки, важная составная часть обучения и воспитания личного состава. Она проводится в оптимальном сочетании и органической взаимосвязи со всеми формами проведения физической подготовки.

При этом эффективность применения тех или иных средств и форм физической подготовки зависит не только от их содержания, но и от методики проведения.

Подготовка командиров подразделений и общественных спортивных кадров требует постоянного внимания со стороны командира воинской части и его заместителей. Особенно важную роль в ней играет начальник физической подготовки и спорта в в/части (кадровый офицер физической подготовки и спорта - в военно-учебном заведении), а в подготовке общественных спортивных кадров - и спортивный комитет части.

## У. ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ НА БЛАГОУСТОВИТЕЛЬНОСТЬ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

### 5.1. Значение и место физической подготовки в системе воинского обучения и воспитания

Физическая подготовка является основным предметом боевой подготовки, важной и неотъемлемой частью воинского обучения и воспитания личного состава Вооруженных Сил Украины. Ее значение для укрепления боевого потенциала армии и флота проявляется, прежде всего, через совершенствование воинского (боевого) мастерства личного состава, воспитание моральных качеств.

Насыщение Вооруженных Сил новейшей боевой техникой существенно повышает и усложняет требования к личному составу, характер современных боевых действий предъявляет повышенные требования к уровню физической подготовленности военнослужащих. Результаты научных исследований и опыт боевой подготовки свидетельствуют о том, что роль физической подготовки проявляется в следующих направлениях:

в повышении физической и умственной работоспособности личного состава при использовании боевой техники и оружия в сложных условиях;

в сокращении сроков овладения солдатами, сержантами и офицерами своей воинской специальностью;

в совершенствовании моральных и волевых качеств военнослужащих;

в повышении устойчивости организма военнослужащих к воздействию неблагоприятных факторов, связанных с порождаемыми свойствами современного оружия и условиями боевой деятельности.

Вершиной высокого воинского мастерства и незыблемого морального духа войск является готовность к боевым действиям, одним из элементов которой служит физическая закалка военнослужащих.

### 5.2. Повышение средствами физической подготовки боевого мастерства военнослужащих

Опыт боевой подготовки и данные специальных научных исследований убеждают в том, что значение физической тренированности для сохранения работоспособности военнослужащих, управляющих боевой техникой, тем существеннее, чем сложнее техника и чем более высокие требования она предъявляет к двигательным, специальным и психологическим качествам человека.

При этом значимость физической подготовленности выступает более рельефно тогда, когда военнослужащим приходится действовать в сложных, приближенных к боевой действительности условиях.

Какое же влияние оказывает физическая подготовленность военнослужащих на овладение ими боевым мастерством?

Во-первых, развитие в процессе физической подготовки двигательные способности позволяют воину более быстро овладеть умением и навыками обращения с боевой техникой и оружием. Сейчас резко изменились требования к скорости реакции и точности действий. Система "человек - военная техника" привела к значительному усложнению выполняемых военнослужащими операций. Многократно уменьшилась скорость процессов, которыми воины призваны управлять, резко повысились требования к их органам чувств, мыслительным способностям. В формировании этих качеств особая роль принадлежит физической подготовке.

Во-вторых, разносторонняя физическая подготовленность воина, сила, ловкость, быстрота и выносливость повышают общую работоспособность организма.

В-третьих, физическая закалка способствует более длительному, устойчивому использованию боевой техники в неблагоприятных условиях (высокие и низкие температуры, дождь, снег, повышенное и пониженное давление, качивание и т.д.).

В-четвертых, развитие физической подготовкой и спортом волевые качества воинов, помогают им успешнее выполнять боевую задачу, действовать решительно, настойчиво, инициативно, сохраняя выдержку и самообладание, смело идти на риск.

Министр обороны указывает на необходимость повышения уровня физической подготовленности военнослужащих, на коренное улучшение физической закалки, выработки высокой выносливости и тренированности личного состава подразделений, частей.

### 5.3. Влияние физической подготовки на биологическую устойчивость организма

Современные боевые действия характеризуются, прежде всего, возможностью массового использования ядерного, химического и бактериологического оружия. Они могут вестись на земле, в воздухе, в космическом пространстве, на воде и под водой, днем и ночью, в любых климатических и метеорологических условиях.

Влияние современных видов оружия массового поражения на бое-способность войск широко известно. Наиболее опасным является влияние ядерного оружия. Применение ядерного оружия, обладающего многими поражающими факторами (ударная волна, радиоактивное излучение, проникающая радиация), чревато большими потерями как в технике, так и в живой силе. Одной из действенных мер уменьшения потерь и сохранения живучести войск является физическая тренировка и закалка личного состава.

Степень поражения от светового излучения и ударной волны, особенно при внезапном нападении зависит от того, насколько быстро в момент ядерного взрыва военнослужащие смогут защититься, используя различного рода укрытия. При этом решающую роль имеет быстрота двигательной реакции и выполнение последующих действий. У лиц, занимающихся различными физическими упражнениями быстрота двигательной реакции на 35-40 % больше, чем у незанимающихся. При малых дозах радиации, хорошо физически подготовленные военнослужащие могут быстрее и надежнее преодолевать зоны радиоактивного заражения и успешно выполнять боевые задачи.

Физическая тренировка способствует повышению устойчивости организма к действию отравляющих веществ и к различным заболеваниям, особенно простудным.

Хорошо физически подготовленный личный состав без предварительной подготовки может работать в защитной одежде и противогазе при повышенной температуре воздуха в полтора раза дольше, чем слабо физически подготовленные.

Физические упражнения, как общеразвивающие, так и специально направленные, способствуют повышению устойчивости военнослужащих к таким неблагоприятным факторам, как вибрация и увальчивание. Специальные тренировочные занятия за 1-2 недели до предстоящего продолжительного плавания могут быть использованы в целях профилактики морской болезни.

Весьма важным фактором влияющим на учебно-боевую деятельность личного состава, являются высокие и низкие температуры внешней среды. В войсковом эксперименте после 14 тренировочных занятий при температуре 31-34° в тени солдаты могли преодолеть дистанцию 10 км с выкладкой в 22 кг в условиях полупустыни при температуре воздуха 28°С в тени в 56-57 минут, т.е. с той скоростью, которая была получена в аналогичных исследованиях в условиях умеренного климата.

Средствами физической подготовки повышается стойкость организма к гипоксии (недостатку кислорода); сохраняется работоспособность в условиях острого недостатка сна и отдыха, в условиях утомления, при несении круглосуточных учебно-боевых дежурств с сохранением вынужденной, малоодвижной рабочей позы, при действиях в ночных условиях и т.д.

Таким образом, средства физической подготовки способствуют повышению устойчивости организма военнослужащих к действию разнообразных неблагоприятных факторов, сопутствующих современному военному труду и сохранению профессиональной работоспособности.

### 5.4. Использование физической подготовки для повышения военно-профессионального отбора

Одним из наиболее важных показателей военно-профессионального мастерства является высокая надежность работы человека при управлении машинами, аппаратами, приборами и другими видами боевой техники. Надежность проявляется в точной, бдительной, стабильной, безаварийной работе военнослужащих при управлении сложной боевой техникой и сохранение ими соответствующих показателей под влиянием различных условий. Степень надежности работы человека зависит от многих факторов - технических, гигиенических, организационных и других. Большое значение в современных условиях приобретает соответствие физических и психологических качеств военнослужащих тем требованиям, которые предъявляются к ним характером и условиями деятельности при управлении вверенным оружием и боевой техникой.

Достижение указанного соответствия возможно следующими основными путями:

а) проведением направленной физической и специальной тренировки;

б) отбором и назначением для обучения или замещения тех или иных должностей военнослужащих, обладающих необходимым уровнем профессионально важных качеств.

Наряду с медицинскими и психологическими методами военно-профессионального отбора большой эффект при отборе военных специалистов может быть достигнут путем сопряженного изучения у них физических и психологических качеств как с помощью аппаратурных методов, так и путем применения специальных физических упражнений. В настоящее время разработан ряд специальных физических упражнений (тестов), позволяющих с достаточной степенью точности изучать и оценивать уровень развития координации движений, быстроты и точности реакций и действий, способности распределять и переключать внимание и других качеств, а также спрогнозировать возможность овладения той или иной военной специальностью. Таким образом, используя специальные средства и методы физической подготовки, особенно в сочетании с методами психологического обследования, можно эффективно изучать и оценивать уровень двигательных и психологических способностей военнослужащих применительно к задачам овладения различными военными специальностями и на этой основе давать рекомендации об их военно-профессиональной пригодности.

При относительно более высоком уровне физической подготовленности военнослужащих обеспечивается большая эффективность военно-профессионального обучения. Это выражается в сокращении времени, затрачиваемого на овладение равнозначными задачами обучения, в большей прочности и стабильности профессиональных двигательных навыков, в способности длительное время сохранять устойчивую работоспособность под влиянием утомления и других факторов.

В ходе научных исследований установлено, например, что изучение двигательных способностей с использованием средств физической подготовки у кандидатов в летные училища позволяет с 70-80-процентной точностью определить лиц, дальнейшее обучение которых оказывается малоперспективным в связи с тем, что многие из них отчисляются на различных этапах обучения из-за летной неупеваемости. С еще более высокой точностью при таком изучении удается определить лиц, которые в дальнейшем успешно овладевают программой летного обучения.

Таким же образом с помощью средств физической подготовки может успешно проводиться отбор военнослужащих для обучения специальности механика-водителя танка, водителя автомобиля и специальных машин, оператора радиолокационной станции и многих других.

Следовательно, использование средств физической подготовки позволяет достаточно объективно и полно изучать физические и психические способности военнослужащих и на этой основе значительно повышать эффективность их дальнейшего обучения по соответствующей военной специальности.

Не менее важно значение имеет и совершенствование наиболее важных для данной военной специальности физических и психических способностей в процессе обучения.

В практике боевой подготовки войск уже давно было отмечено, что военнослужащие с высоким уровнем физической подготовки по сравнению со слабо физически подготовленными быстрее осваивают боевую технику и оружие при овладении любой военной специальностью и в более короткие сроки достигают высокого уровня боевого мастерства. Это объясняется не только соответствующим уровнем развития силы, скорости, координации движений и выносливости у лиц, хорошо физически подготовленных, но и тем, что у них формирование и совершенствование новых двигательных навыков, связанных с освоением боевой техники и оружия, происходит быстрее, так как они уже обладают значительным двигательным опытом. В настоящее время это положение подтверждено и объяснено научными данными.

Известно, что военнослужащие, имеющие большой стаж службы, по уровню боевого мастерства, как правило, превосходят остальных военнослужащих, особенно военнослужащих 1-го года службы. Это обусловлено высоким уровнем их специальной выучки, физической подготовленности и большей их втянутости в условия походно-боевой жизни. Научные исследования показывают, что при этом важную роль играет уровень физической подготовленности.

Установлено, что военнослужащие второго года службы артиллерийских подразделений по времени выполнения боевых приемов превосходят военнослужащих 1-го года службы в ходе многодневных действий в наступлении в среднем более чем на 10%. Однако если в этих же условиях сопоставить время выполнения боевых приемов военнослужащими 2-го года службы, слабо физически подготовленными и 1-го года службы, отлично физически подготовленными,

то этого преимущества не наблюдается. Напротив, в этом случае военнослужащие второго года службы уступают военнослужащим первого года службы по времени выполнения боевых приемов более чем на 20 %.

Это значит, что низкий уровень физической подготовленности военнослужащих может свести на нет те преимущества в уровне их специальной выучки, которые обусловлены большим стажем службы по своей воинской специальности. Это значит также, что путем резкого повышения уровня физической подготовленности военнослужащих 1-го года службы можно значительно ускорить достижение ими уровня специальной выучки, которым обладают военнослужащие второго года службы.

Отлично физически подготовленные орудийные расчеты значительно превосходят слабо физически подготовленные по скорости, точности и ловкости действий у орудий. В таких действиях, как приведение орудия в боевое и походное положение, наводка и заряжание орудия, подносна боеприпасов на огневую позицию, посадка на тягач (машины), разница в показателях этих действий у отлично и слабо физически подготовленных орудийных расчетов в учебной обстановке составляет около 20 %, а в ходе наступления под влиянием физических нагрузок увеличивается до 35 %. В одном испытании оценивалось качество выполнения комплекса боевых приемов на различных этапах учений. Хорошо физически подготовленные военнослужащие получили более высокие оценки, чем имеющие неудовлетворительную физическую подготовленность.

Как показали многие исследования, за время, затрачиваемое слабо физически подготовленными орудийными расчетами для приведения орудия из походного положения в боевое, отлично физически подготовленные расчеты могут сверх того произвести дополнительно от одного до трех прицельных выстрелов. Такая разница выявлена в учебной обстановке, когда расчеты действуют неутомленными. На войсковых учениях под влиянием физических нагрузок эта разница увеличивается более чем в два раза. Отсюда можно сделать вывод, что более высокий уровень физической подготовленности орудийных расчетов обуславливает повышение маневренности артиллерийских подразделений и более быстрый темп ведения огня.

Аналогичные по своему значению данные получены и при исследовании работоспособности радиотелеграфистов. Так, курсанты учебного подразделения связи, занимавшиеся по специальной программе физической подготовки, быстрее овладели навыками работы на аппаратах и приборах. Скорость их работы на буквопечатящих аппаратах была на 8-10 % выше, чем в среднем по всему подразделению.

Важное значение имеет и специализированная физическая подготовка курсантов - летчиков. Так, например, экспериментально установлено, что дополнительная физическая тренировка курсантов - летчиков, направленная на совершенствование у них особенно важных летных качеств, позволяет им при прочих равных условиях затрачивать на выполнение программы первоначального летного обучения в среднем на 25-30 % меньше полетов и полетного времени по сравнению с курсантами, не привлекавшимися к дополнительной тренировке. Это позволяет не только ускорить процесс овладения летной программой, но и экономить количество полетов, полетное время, материальную часть и моторесурсы для выполнения равнозначных задач.

В настоящее время направленная физическая подготовка не только решает задачи формирования специальных физических качеств и прикладных навыков, но и помогает скрепить волевою и эмоциональную стороны сознания и поведения военнослужащих, воспитать у них стойкость, выдержку при выполнении воинского долга.

## VI. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СПОРТИВНОЙ РАБОТЫ В ПОДРАЗДЕЛЕНИИ

### 6.1. Общее положение о спортивной работе

Спорт в Вооруженных Силах Украины является неотъемлемой частью боевой подготовки войск, одним из важных средств воинского обучения, воспитания и организации учебного процесса.

Спортивная работа в армии и на флоте проводится в тесной связи со всей воспитательной и культурно-массовой работой и направлена на воспитание человека, гармонически сочетающего в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство.

Спортивная работа проводится с целью вовлечения всех военнослужащих в регулярное занятие спортом, повышения уровня их физической подготовленности, спортивного мастерства и организации досуга.

В процессе занятий спортом и состязаний совершенствуются прикладные навыки, физические, специальные и психические качества военнослужащих.

Спортивная работа включает: учебно-тренировочные занятия, спортивные и военно-спортивные состязания.

Основу массового спорта составляет работа по Военно-спортивному комплексу Вооруженных Сил Украины, организуемая и проводимая в соответствии со специальным Положением.

Влияние занятий спортом на физическое совершенствование военнослужащих тесно связано с воздействием других форм физической подготовки. Однако, спортивная работа имеет ряд специфических особенностей:

дух состязания, стремление к победе и достижению высоких спортивных результатов;

сочетание обязанности занятий спортом с добровольностью в выборе видов спорта для спортивного совершенствования;

самостоятельность командира (тренера) в подборе содержания, в организации и проведении учебно-тренировочных занятий;

перенесение войнами в процессе занятий спортом максимальных физических нагрузок и нервно-психических напряжений;

важная роль общественного спортивного актива в организации спортивной работы.

В процессе спортивной работы решаются следующие задачи:

повышение уровня физической подготовленности военнослужащих и укрепление их здоровья;

воспитание воли к победе, стойкости к действиям в условиях максимальных физических нагрузок и нервно-психических напряжений;

повышение спортивного мастерства и достижение высоких спортивных результатов;

организация здоровья, быта и разумного досуга военнослужащих и членов их семей.

Содержание занятий спортом в части и подразделениях составляют упражнения Военно-спортивного комплекса, военно-прикладные упражнения и виды спорта из Военно-спортивной классификации. При этом особое внимание уделяется развитию легкой атлетики и ускоренному передвижению, стрелкового спорта, плавания, гимнастики, спортивных игр, шахмат и других массовых видов спорта, а также военно-прикладных упражнений, наиболее характерных для развития физических, волевых, специальных качеств и прикладных навыков у личного состава различных родов войск и воинских специальностей.

Спортивные мероприятия в подразделении проводятся согласно плану, утвержденному командиром подразделения, в свободное от занятий время, в выходные дни и предвыходные. Для занятия спортом в часы воспитательной работы отводится не менее 4-6 часов 2-3 раза в неделю.

За состояние спортивной работы с личным составом ответственность несут соответствующие командиры. Для помощи командиру в организации и проведении спортивной работы в подразделениях назначается спортивный организатор.

Военнослужащие, имеющие высокие спортивные достижения и успевающие в учебе, с разрешения соответствующих командиров, занимаются: спортсмены 2-го разряда — не менее трех раз в неделю, первоурядники и кандидаты в мастера спорта — не менее четырех



два в неделю; спортсмены, входящие в сборные команды округа и видов Вооруженных Сил Украины - пять, шесть раз в неделю.

Спортивный организатор назначается из числа лучших офицеров, сержантов или курсантов (солдат), хорошо физически развитых, награжденных значком "Воин-спортсмен" и окончивших семинар. Он работает под руководством командира с помощью спортивного актива.

Он обязан:

участвовать в планировании спортивной работы в подразделении;

организовывать и принимать участие в судействе спортивных и военно-спортивных состязаний;

участвовать в оформлении наглядной агитации, в обеспечении хода выполнения личным составом подразделений обязательств по спорту;

оказывать помощь командиру в проведении регулярных учебно-тренировочных занятий по нормативам Военно-спортивного комплекса Вооруженных Сил;

вести учет спортивной работы и своевременно представлять командиру подразделения (начальнику кафедры) материалы на военнослужащих, сдавших нормативы и требования ВСК, а также выполнивших разрядные нормы.

Спортивный организатор участвует в планировании всех спортивных мероприятий, в том числе в оформлении наглядной агитации по физической культуре и спорту, организует коллективную читку газет и спортивной литературы, в беседах и стенной печати, популяризирует лучшие спортивные достижения курсантов подразделения.

Спортивный организатор сам обязан быть передовиком боевой подготовки, иметь спортивный разряд и судейскую категорию по одному из видов спорта.

Основными учебными документами в подразделении являются:

1. Журнал учета спортивной работы.
2. Ведомость учета выполнения норм и требований ВСК.
3. Протоколы состязаний.

Основная тенденция развития спортивной работы состоит в максимальном приближении спорта к решению задач боевой подготовки, совершенствовании физических, специальных и психологических качеств и прикладных навыков военнослужащих во все

более органической связи учебно-тренировочных занятий по спорту и состязаниям с другими формами физической подготовки, в широком использовании военно-прикладных видов спорта.

Занятия спортом прочно входят в повседневный ритм жизни, быта и боевой подготовки войск и ВУЗов. Вооруженные Силы становятся подлинной школой массового спорта.

## 6.2. Планирование спортивной работы.

### Организация работы спортивного комитета воинской части и соединения

Непосредственное планирование спортивной работы в части возлагается на спортивный комитет.

Планирование спортивной работы включает:

определение времени ее проведения в расписании дня;

разработку плана спортивных мероприятий;

разработку плана работы спортивного комитета;

расписание учебно-тренировочных занятий команд;

положение о состязаниях;

графики подготовки и сдачи нормативов Военно-спортивного комплекса.

При планировании спортивной работы необходимо руководствоваться следующими требованиями:

1. Связь спортивной работы с характером учебно-боевой деятельности личного состава.
2. Систематичность занятий спортом.
3. Сочетание и взаимосвязь различных форм физподготовки.
4. Равномерное распределение физической нагрузки в течение каждой недели.
5. Учет местных условий (климатические, наличие материальной базы, подготовка личного состава).
6. Наличие судей и тренеров по спорту.
7. Учет программы и время проведения состязаний вышестоящих организаций.

При разработке штабом части расписания дня, в нем указывается время проведения спортивной работы, из расчета 4-6 часов (т.е. 2-3 раза) в неделю.

ности и соединении спортивный комитет разрабатывает:

- план спортивных мероприятий;
- план работы спортивного комитета;
- расписание учебно-тренировочных занятий команд;
- положение о состязаниях.

План спортивных мероприятий части составляется на период обучения или на учебный год по произвольной форме. Однако, в нем должны быть отражены следующие основные разделы спортивной работы:

- смотр спортивной работы в подразделениях и части;
- спортивные и военно-прикладные состязания в подразделениях, части и соединениях;
- учебно-тренировочные сборы в спортивных командах части, подготовка общественных кадров по спорту, создание и совершенствование материальной базы для занятий спортом;
- агитационно-пропагандистская работа по физической культуре и спорту.

Проект плана обсуждается на заседании спортивного комитета и утверждается командиром части. После этого план рассылается в подразделения.

План работы спортивного комитета составляется на месяц. В плане указываются конкретные виды работ, направленные на выполнение спортивных мероприятий, запланированных на месяц.

Расписание учебно-тренировочных занятий спортивных команд составляется на период обучения (зимний, летний) или учебный год. В нем для каждой команды определяются дни, часы, место проведения занятия и тренеры.

При составлении расписания надо учитывать распорядок дня части. Время для тренировок спортивных команд, как правило, выделяется не менее трех раз в неделю.

Положения о состязаниях, проводимых в части, разрабатываются так, чтобы они обеспечивали своевременную подготовку участников. Положением определяются: цель или задачи, место и сроки состязаний, условия состязания и порядок определения личного и командного первенства, награждение победителей и представление заявок.

За организацию и состояние спортивной работы в части ответственность несет командир. Он организует и проводит свою спортивную работу через командиров подразделений.

Непосредственным помощником командира части в этой работе является начальник физической подготовки и спорта части.

Для повседневного руководства спортивной работой в части назначается спортивный комитет. Он создается из 11-13 человек в составе председателя, двух заместителей, секретаря, председателя коллегии судей и 6-8 членов (врач, представители спортивного актива, женсовета части).

Основными задачами спортивного комитета являются: оказание помощи командованию в организации массовой спортивной работы со всей личным составом и учебно-тренировочных занятий с лучшими спортсменами.

Одной из функций спортивного комитета является разработка и представление на утверждение командиру планов спортивных мероприятий части и положений о состязаниях. Проекты этих важных документов подготавливаются начальником физической подготовки и спорта и обсуждаются на заседании комитета.

Уточненные проекты планов и положений представляются затем на утверждение командиру части.

Много времени и внимания уделяет спортивный комитет организации смотра спортивной работы, а также спортивных и военно-спортивных состязаний на первенство части. Он организует и направляет работу судей и назначает их для проведения соревнований.

В обязанности спортивного комитета входит также комплектование спортивных команд и организации круглогодичной тренировки.

Счень важное место в работе комитета занимает подготовка тренеров и судей по спорту.

В центре внимания спортивного комитета должен стать оказание систематической помощи подразделениям в организации спортивной работы, контроль за ее состоянием, обобщение и распространение передового опыта спортивной работы в подразделениях.

Спортивный комитет проверяет материалы для награждения военнослужащих знаком "Воин-спортсмен", присвоения спортивных разрядов, званий и судейских категорий. Эти материалы комитет затем представляет командиру части.

Спортивный комитет — это действенный орган, ведущий практическую организаторскую работу в частях и подразделениях. Опыт многих передовых частей показывает, что успех спортивной работы зависит в значительной мере от работоспособности членов

комитета, правильной организации его работы, от стиля этой работы. Наиболее важные и насущные вопросы обсуждаются на заседаниях, оказываемых не реже одного раза в месяц.

Как правило, члены спортивного комитета должны иметь постоянные поручения. При распределении обязанностей каждому из членов комитета подбираются такие функции, которые соответствуют его способностям, знаниям и умениям, а также удовлетворяют его личные склонности и желания.

Главное в работе комитета – тесная связь со спортивным активом, знание запросов спортсменов, поддержка и распространение передового опыта.

Приказом командира части при спортивном комитете части создается коллегия судей. В ее состав входят лица, имеющие судейские категории по различным видам спорта из числа военно-служащих, рабочих и служащих данной части и членов их семей.

Основная задача коллегии судей части заключается в организации и проведении на высоком уровне всех спортивных состязаний в части и подразделениях.

Из числа наиболее опытных судей, спортивный комитет выделяет президиум коллегии судей, в составе председателя, заместителя, ответственного секретаря, нескольких членов.

Президиум ведет следующую работу:

следит за всеми изменениями действующих правил состязаний и своевременно сообщает о них всем членам коллегии судей по видам спорта;

назначает главных судей на состязания, проводимые в подразделениях;

периодически, по заданию спорткомитета, проверяет качество организации спортивных состязаний и работу судейского аппарата;

подготавливает предложения для включения в план спортивных мероприятий части;

периодически отчитывается перед спортивным комитетом о проделанной работе.

Спортивная работа в соединении организуется, планируется и контролируется соответствующими командирами, которые проводят ее через подчиненных или командиров.

Непосредственное руководство и контроль за спортивной работой по указаниям соответствующих командиров в соединениях

осуществляют назначаемые ими спортивные комитеты, а также начальники физической подготовки и спорта соединения.

Спортивный комитет соединения состоит из 11 или 13 человек. Председателем его назначается один из заместителей командира соединения или начальник штаба; заместителем председателя – начальник физической подготовки и спорта соединения; членами комитета – редактор местной воинской газеты, начальник Дома офицеров, представитель интендантской службы, представитель президиума коллегии судей соединения и представители спортивного актива.

Спортивные комитеты соединения кроме работы, проводимой спортивным комитетом части, выполняют следующую работу:

разрабатывают учебные планы и программы семинаров по подготовке тренеров и судей по спорту, а также учебно-тренировочных сборов лучших спортсменов и осуществляют контроль за организацией и проведением занятий на этих семинарах и сборах; оказывают консультативно-методическую помощь нижестоящим спортивным комитетам и осуществляют контроль за их работой.

При спортивных комитетах соединений также создаются коллегии судей, которые ведут работу в соответствии с указаниями для спорт. комитета части.

Кроме того, коллегии судей:

подбирают и подготавливают судейский аппарат для всех спортивных состязаний, проводимых в масштабе соединения и представляют его состав через спортивные комитеты;

обеспечивают своевременное подведение итогов состязаний.

Эффективная деятельность спортивного комитета будет проявляться при использовании различных форм своей работы: подготовка общественного актива, контроль за ходом спортивной работы, материальное обеспечение этой спортивной работы.

### 6.3. Содержание учебно-тренировочных занятий в спортивных секциях, командах и в составе подразделений

Основу содержания спортивной работы составляют учебно-тренировочные занятия по спорту, спортивные и военно-спортивные состязания.

Учебно-тренировочные занятия проводятся:

в сборных командах воинской части и подразделения – с наиболее подготовленными спортсменами;

в спортивных секциях воинской части – со спортсменами, желающими повысить свое спортивное мастерство по культивируемым в части видам спорта;

в подразделениях – со всеми военнослужащими по упражнениям программы боевой подготовки.

В процессе учебно-тренировочных занятий в спортивных командах осуществляется круглосуточная тренировка военнослужащих, которая направлена на подготовку военнослужащих к участию в соревнованиях и в сдаче нормативов ВСК, а также инструкторско-методическая подготовка.

Спортсмены-разрядники привлекаются к учебно-тренировочным занятиям с разрешения соответствующих командиров (начальников): II разряда – не менее 3-х раз в неделю, I разряда, кандидаты в мастера спорта и мастера спорта – не менее 4-х раз в неделю, спортсмены, входящие в сборные команды военных округов, видов Вооруженных Сил – 5-6 раз в неделю.

Занятия в спортивных командах проводятся в соответствии с расписанием учебно-тренировочных занятий команд, секций части.

Спортивные тренировки в командах части проводятся нештатными тренерами, назначаемыми из числа военнослужащих, имеющих спортивный разряд по соответствующему виду спорта и окончивших семинар. Они обязаны методически правильно проводить учебно-тренировочные занятия, разработать индивидуальные занятия каждому спортсмену и месячный план тренировки команды, вести учет работы команды.

Подготовка знатоков ВСК ведется в части круглосуточно, согласно графику подготовки и сдачи ВСК. При приеме норм ВСК необходимо руководствоваться правилами военно-спортивных состязаний, а спортивные соревнования по правилам спортивных состязаний.

Спортивные состязания проводятся в соответствии с утвержденными правилами, одинаковыми для всех состязаний по конкретному виду спорта, независимо от количества участников, места и времени проведения. Участники выступают в установленной спортивной форме и на специально оборудованных местах. В содержание спортивных состязаний включаются участники из Спортивной классификации. Спортивные состязания проводятся, прежде всего, по видам

спорта, связанных с развитием наиболее важных для каждого рода войск физических качеств и прикладных навыков.

Военно-спортивные состязания организуются по наиболее прикладным для военнослужащих соответствующего рода войск физическим упражнениям и видам спорта. Кроме того, в их содержание могут включаться военно-профессиональные приемы в сочетании с передвижениями и действиями на местности. Военно-спортивные состязания проводятся по специальным правилам и по условиям, программам, составляемым командирами и офицерами – специалистами физической подготовки и спорта.

Участники военно-спортивных состязаний выступают в военной форме одежды, зачастую с личным оружием, а в ряде случаев и с боевой техникой.

В ВС Украины сложилась стройная система спортивных и военно-спортивных состязаний на первенство взводов, рот (батальон), батальонов (дивизионов), частей соединений военно-учебных заведений, военных округов и видов Вооруженных Сил. Кроме того, проводятся состязания на первенство между ВУЗами, военными округами (флотами) и видами Вооруженных Сил. Армейские и флотские спортсмены принимают также активное участие в состязаниях, проводимых горскими, областными и республиканскими спортивными организациями, в международных состязаниях, в чемпионатах и спортиадах.

В зависимости от содержания, особенности организации, учебно-тренировочной направленности, решаемых задач, состава участников, их характера определения победителей, используются различные виды состязаний.

В содержание состязания могут быть единоборствами, многоборьями, и комплексами.

В зависимости от особенностей организации и учебно-тренировочной направленности, а также решаемых задач проводятся следующие виды состязаний:

первенства;

тематические, классификационные, квалификационные, кубковые, отборочные уравнилельные, эстафеты;

состязаний с "матом".

Учебно-тренировочные занятия по спорту и состязания играют важную роль в систематическом повышении квалификации общественных спортивных кадров, так как теоретические знания и методические

навыки, приобретенные спортивными организаторами, тренерами и судьями по спорту на сборах и семинарах, нуждаются в постоянном закреплении и совершенствовании.

В процессе повседневной жизни, практической работы общественных спортивных кадров необходимо стремиться к тому, чтобы: каждый спортивный организатор умел самостоятельно и достаточно на высоком уровне организовать и судить спортивные состязания на первенство подразделений по упражнениям Военно-спортивного комплекса, программы физической подготовки, каждый тренер по спорту — получить твердые методические навыки учебно-тренировочной и воспитательной работы со спортсменами команды, каждый судья по спорту умел образцово организовать и судить соревнования по избранному виду спорта и получил опыт судейства, давший право на присвоение I категории судейства.

Для того, чтобы успешно решать эти сложные задачи, необходима целенаправленная работа спортивного комитета и начальника физической подготовки и спорта воинской части. Главное в ней — повседневная помощь спорторганизаторам, тренерам и судьям по спорту, направленная на обеспечение образцового проведения каждого учебно-тренировочного занятия по спорту и состязания как в подразделении, так и в части.

#### 6.4. Организация и проведение спортивных, военно-спортивных состязаний в подразделениях, спортивных праздников и вечеров

В подразделениях проводятся по отдельным видам спорта отборочные состязания, классификационные и товарищеские, а также состязания по многоборьям ВСК. В зависимости от характера зачета и порядка определения победителей состязания могут быть личными, командными и лично-командными.

Основными документами для проведения состязаний в подразделении являются: план, которым предусмотрено данное состязание и положение о состязании, которое указывает цель и задачи, место и сроки состязаний, условия и порядок определения победителей, награждения.

Состязания проводятся коллегией, которая состоит на учете президиума судейской коллегии училища, в соответствии с действующими правилами и условиями состязаний, итоги состязаний

объявляются командиром подразделения или судейской коллегией.

Спортсменам или командам, занявшим первые места, присваиваются звания "чемпион" данного года, а превысившим существующий рекорд присваивается звание "рекордмен".

Рекорды в подразделении утверждаются командиром. Новый утвержденный рекорд заносится в таблицу рекордов. Во взводах и батареях должны проводиться простейшие массовые, спортивные и военно-спортивные состязания с участием всего личного состава по видам спорта, входящие в единую спортивную классификацию, по упражнениям Военно-спортивной классификации для военнослужащих Вооруженных Сил, по многоборью ВСК, а также по специальным упражнениям и действиям, изучаемым на занятиях по боевой подготовке.

Спортивному комитету следует рекомендовать следующие виды спорта:

легкую атлетику (бег на 100, 400, 800, 1 000, 1 500 метров, 4x100 метров; прыжки в длину и высоту, метание гранаты, толкание ядра, кроссы на 1 и 5 км);

пулевую стрельбу (упражнение 1У);

плавание (100 м вольным стилем, 100 м брассом, 100 м на спине, 100 м в обмундировании);

спортивные игры (волейбол, баскетбол, ручной мяч, футбол);

военно-спортивные упражнения (военное троеборье, офицерское многоборье, бег на 100 м в военной форме, кроссы на 1 и 5 км в военной форме, метание гранаты Ф-1, упражнения с гириями, маки-бросок на 6-10 кг, военная гимнастика);

тяжелую атлетику;

борьбу (дзю-до, самбо, голую);

акробатику и танки.

#### Подготовка состязаний

Каждому состязанию должна предшествовать спортивная тренировка военнослужащих и необходима организационная работа.

Подготовка к состязаниям включает:

изучение положений о состязаниях командирами и спортивными организаторами взводов, батарей и т.д.;

пропаганду состязаний среди военнослужащих;

формирование команд и их подготовку;

подготовку мест состязаний, спортивного инвентаря и одежды;

назначение судейской коллегии, врача и другого обслуживающего состава;

составление плана торжественного открытия и закрытия состязаний;

приглашение, командования и частей.

Положение о состязаниях составляется заранее спортивным организатором подразделения совместно с секретарем комсомольской или партийной организации. Оно утверждается и вывешивается на спортивном стенде не позднее, чем за две недели до состязания.

Командир подразделения организует соответствующую подготовку и заранее делает заявку в медицинскую службу, на кафедру физической подготовки и спорта, в президиум судейской коллегии.

Члены судейской коллегии предварительно изучают положение о состязании и порядок выполнения программы и упражнений.

Главный судья состязаний в период подготовки обязан:

изучить положение о состязаниях и с главным секретарем составить программу по часам;

провести инструктаж судей;

провести накануне состязаний заседание коллегии совместно с представителями, на котором рассмотреть и утвердить поданные заявки на участие в состязаниях;

провести жеребьевку команд и участников и распределить их на отдельные группы - забеги, заплывы и т.д.

#### Подведение итогов состязаний

Подведение итогов является основным содержанием заключительной части каждого состязания и включает:

проведение итогового заседания судейской коллегии, на котором рассматриваются и утверждаются результаты состязаний с последующим представлением их на утверждение командира подразделения;

отражение итогов состязаний на спортивном стенде.

Военнослужащий, показавший на состязаниях результат, соответствующий требованиям ВСК, имеет право на оформление сданной нормы согласно существующему Положению.

Военнослужащий, получивший общую оценку по физподготовке не ниже "хорошо" и показавший на состязаниях результаты, соответствующие установленным нормам и требованиям, имеет право на присвоение ему спортивного разряда согласно положению о Единой спортивной и Военно-спортивной классификации.

Для присвоения спортивных разрядов протоколы состязаний направляются в спортивные комитеты. Приказом командира соединения или войсковой части отмечаются лица, выполнившие разрядные нормативы. Затем спортивный организатор подразделения выписывает зачетные классификационные книжки и получает нагрудные знаки, подтверждающие присвоение спортивного разряда, которые вручаются в торжественной обстановке перед строем или на спортивных праздниках и вечерах.

#### Спортивные праздники и показательные спортивные выступления

Спортивные праздники и вечера играют важную роль в воинском воспитании и повышении уровня физической подготовленности личного состава. Их подготовка и проведение соответствуют:

1. Пропаганде физической культуры и спорта.

2. Организации культурного досуга военнослужащих и членов их семей.

3. Снятию нервно-психического утомления, вызванного напряженной боевой службой.

4. Укреплению дружественных связей с гражданским населением.

Программа праздника рассчитывается на 3-4 часа. За 2-3 недели до его проведения издается приказ о проведении праздника.

Руководитель находится на специально оборудованном месте и отсюда поддерживает связь с лицами, ответственными за специальные выступления.

Трикультурные праздники и показательные спортивные выступления стали традиционными мероприятиями войсковых частей, осуществляемыми в агитационно-пропагандистских целях. Они проводятся в дни знаменательных дат государства и его Вооруженных Сил, в День физкультурника, в годовщину войсковой части, при открытии лагерей и в других случаях. Кроме того, показательные спортивные выступления проводятся часто на вечерах в дни отдыха военнослужащих.

Проведение этих мероприятий имеет важное значение для развития спортивной работы в целом и для пропаганды отдельных видов спорта.

Спортивные праздники, вечера и спортивные выступления проводятся на стадионах, спортивных площадках, лыжных и водных базах, в спортивных залах и клубах.

В программу спортивного праздника включают: парад участников, массовые гимнастические упражнения, массовые заплывы, показательные выступления лучших спортсменов в 3-4 видах спорта, спортивные состязания в поднимании гирь, штанги, лазании по канату, по перетягиванию каната, проведение конкурсов на лучший бегуна (короткие дистанции), прыгуна, гранатометателя (в цель), пловца и т.д., различные игры и аттракционы, игру между двумя лучшими командами (футбол, ручной мяч, баскетбол, вольное поло и др.).

Показательные выступления лучших спортсменов части проводятся в сочетании с лекциями на физкультурные и спортивные темы, а также с демонстрацией спортивных кинофильмов.

## УЧЕБНО-БОЕВАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ТРЕНИРОВКА И ЕЕ ЭТАПЫ В ПОВЫШЕНИИ БОЕВОЙ МАСТЕРСТВА КУРСАНТОВ

### ВВЕДЕНИЕ

Многовековой опыт ведения вооруженной борьбы и боевой подготовки войск свидетельствует о том, что физическая подготовка играет важную роль в повышении боеспособности войск. Систематические занятия физической подготовкой и спортом способствуют у курсантов и слушателей силу, быстроту, выносливость, умение быстро ориентироваться и подготавливают их к умелому использованию оружия, управлению боевой техникой в сложных условиях современного боя.

### 1.1. Требования, предъявляемые к физической подготовке воинов различных родов войск

Физическая подготовка — важное звено в системе физического воспитания населения страны.

Вступление в новый этап строительства Вооруженных Сил, связанный с оборонительной военной доктриной и поэтапным сокращением вооружения, требует энергичного и решительного совершенствования армии и флота.

Физически закаленный воин, систематически занимающийся различными видами спорта, и прежде всего военно-прикладными, выносливее, быстрее осваивает воинскую специальность, успешнее преодолевает все трудности армейской службы.

Секларом говорится, тяжело в учении — легко в бою. Эта солдатская мудрость проверена опытом многих войн и о ней никогда не следует забывать.

В современном бою воину нужно быть готовым к действиям в условиях применения противником термоядерного оружия и других средств массового поражения. В этом случае от него потребуются огромные напряжения моральных и физических сил. По сравнению с условиями Великой Отечественной войны теперь значительно возросли

требования к скорости передвижения войск, к быстроте и точности выполнения всех боевых операций.

Чтобы, например, управлять танком по бездорожью, на местности, насыщенной всевозможными препятствиями, в жаркую погоду, на предельной скорости, да и к тому же еще под огнем противника, от каждого члена экипажа требуется большая сила, выносливость, быстрота реакции, предельная внимательность и точность. Сила нужна танкистам, чтобы в трудных условиях управлять рычагами боевой машины, вести танк по заданному курсу и быстро подавлять снаряды; выносливость — чтобы сохранять способность к силовым действиям от начала до конца боя и не терять боеспособности в сложных условиях борьбы, быстрота реакции и внимательность — чтобы правильно вести машину, постоянно держать под контролем всю местность и действия противника.

В боевой деятельности личного состава мотострелковых подразделений нередко возникает необходимость вести наступление в пешем порядке и в высоком темпе.

Стремительное движение воинов вперед под огнем противника с оружием и боеприпасами, с одновременным преодолением разнообразных препятствий требует значительной физической силы, сноровки и большой выносливости. Воины должны быть способны в условиях длительного напряжения передвигаться с максимальной скоростью. От них требуется умение переключаться с одного вида двигательной деятельности на другой, сменять быстрое движение на силовое напряжение, скоростной бег на переполование или внезапную остановку.

В условиях обороны личный состав должен будет в короткий срок выполнить трудоемкие работы по сооружению укреплений. Это связано с затратой больших физических усилий и требует от воинов значительной силовой выносливости.

Несмотря на моторизацию сухопутных войск, в ряде случаев придется совершать в пешем порядке и марш-броски в наступлении. Следует учесть, что марш совершается в снаряжении и с оружием, вес которых доходит до 20-30 кг.

В своеобразных условиях протекает деятельность ракетчиков и артиллеристов, которым приходится иметь дело со сложной техникой, изобилующей тяжелыми деталями. Оборудование огневых позиций артиллеристов связано с выполнением большой, трудоемкой физической работы: необходимо произвести вземку грунта, укрепить орудие, распределить

и укрыть боеприпасы. Часть огневых позиций приходится готовить в сжатые сроки, что требует еще большей затраты сил.

В период огневой подготовки подносчик и заряжающий должен поднимать такое количество снарядов, общий вес которых может достигать нескольких тонн. Оборудование и смена огневых позиций, перекатывание орудий под огнем противника и ведение огня также требуют огромных физических усилий и большой выносливости.

Одной из отличительных особенностей деятельности личного состава в современной войне является необходимость защиты организма человека от воздействия радиации.

Индивидуальными средствами защиты будет служить противогаз и защитная одежда.

Использование их стесняет движение и затрудняет дыхание. Поэтому требуется особая подготовка и тренировка воинов для того, чтобы они сохраняли высокую боеспособность при использовании средств защиты.

Таким образом, требования, предъявляемые современным боем к физической подготовленности воинов различных специальностей, объясняют уделять должное внимание их физической тренировке в процессе учебных занятий по дисциплинам боевой подготовки. Учебные занятия в поле, на тире, автодроме, в огневом и других городках учебного центра должны проводиться в такой физической нагрузке и в такой обстановке, которые в наибольшей степени соответствовали бы условиям современного боя.

#### 7.2. Сущность и организация попутной физической тренировки

Значительная часть учебно-боевой деятельности курсантов проходит в полевых условиях учебного центра. Учитывая малое количество часов, отведенных учебной программой на занятия по физической подготовке курсантов, целесообразно для повышения физических способностей и полевой выносливости курсантов при передвижении к местам занятий и при возвращении с них использовать попутную физическую тренировку, которая является одной из важных форм физической подготовки.

Сущность попутной физической тренировки заключается в том, что решение задач учебных занятий по предметам боевой подготовки должно осуществляться в условиях, приближенных к боевой обстановке с большим напряжением моральных и физических сил.



Попутная физическая тренировка имеет большое значение для развития у курсантов военно-прикладных навыков и необходимых морально-волевых качеств.

Одной из особенностей воздействия попутной физической тренировки на двигательные способности курсантов является комплексное развитие у них физических качеств. Вместе с тем попутная тренировка играет важную роль в обеспечении специальной направленности физической подготовки, так как развитие физических качеств, совершенствование военно-прикладных навыков и умений происходит одновременно с освоением разнообразных боевых приемов и действий, отражающих характер военного труда личного состава конкретной воинской специальности. Для решения общих задач физической подготовки курсантов в содержание попутной физической тренировки могут быть включены следующие приемы и действия: ускоренное передвижение шагом и бегом в различных сочетаниях, на различной по характеру местности; преодоление естественных препятствий и искусственных заграждений, метание гранат, многократная посадка на транспортные средства и высадка с них; переноска грузов и "раненых", действия в средствах химической защиты.

Для решения специальных задач физической подготовки курсантов в содержание попутной тренировки наряду с общими для всех родов войск приемами и действиями целесообразно включать и такие, которые характерны для учебно-боевой деятельности курсантов той или иной воинской специальности.

На занятиях по тактической и огневой подготовке при проведении попутной физической тренировки следует обратить внимание на выработку у курсантов скоростной выносливости, способности быстро действовать с современным оружием и техникой, подготовку к ускоренному пешему передвижению на местности, преодолению разнообразных препятствий, быстрой посадке на бронетранспортеры и автомобили и высадке с них, умелым действиям гранатой, штыком. Исходя из этого в содержание тренировки могут включаться: ходьба и бег в переменном темпе с преодолением естественных и искусственных препятствий, перебежки с переползанием и метанием гранат.

Выполнение разнообразных упражнений и приемов необходимо сочетать с перестроениями из походных строев в развернутые,

также предбоевые и боевые порядки. Содержание попутной физической тренировки может быть примерно следующим (см. приложение № I).

При подготовке специалистов для артиллерийских и минометных подразделений, в процессе попутной тренировки преимущественно развивается физическая сила и силовая выносливость, быстрота в действиях с тяжестями, в посадке на тягачи и автомобили и высадка с них. Для этого в содержание тренировки следует включить скоростные броски, перебежки и переползания, поднятие и переноску тяжестей, посадку и высадку из транспортных средств, приведение орудий в боевое положение и из боевого в походное, перекатывание орудий вручную и другие действия с боевой техникой.

Преподавателям бронетанковой и автомобильной подготовки при проведении попутной физической тренировки с курсантами главное внимание необходимо уделять развитию общей выносливости, быстроты действий, скорости реакции, силовой выносливости и силы.

Для связистов и инженеров в процессе попутной физической тренировки, исходя из требований, предъявляемых к физической подготовленности курсантов данных специальностей, необходимо развивать следующие основные физические качества и прикладные навыки: выносливость, ловкость, быстроту и силу, а также точность действий со специальной техникой, преодоление полос препятствий, разворачивание табельной радиостанции, прокладывание телефонной линии связи, прием команд - (для связистов) и бег с минами, их установка, действия в противогазе - (для инженеро-саперов).

Попутная физическая тренировка с курсантами может проводиться в составе одной или нескольких учебных групп; за организацию должен непосредственно отвечать преподаватель кафедры, проводящий занятия с курсантами этих групп. Для эффективного проведения попутной тренировки преподавателям следует заранее тщательно продумать ее содержание. Изучить пути следования учебных групп к местам занятий, рельеф местности, наличие естественных и искусственных препятствий. После изучения и подготовки местности для передвижения к местам занятий целесообразно установить несколько маршрутов попутной физической тренировки, определить протяженность каждого из них и пути следования учебных групп.

При одинаковой общей протяженности маршрута варианты должны отличаться друг от друга временем, затрачиваемым на передвижение, порядком сочетания ходьбы и бега, количеством и сложностью преодолеваемых препятствий, выполняемыми приемами и действиями.

Как и все другие формы физической подготовки, попутная тренировка должна планироваться. Ее планируют преподаватели и командиры учебных подразделений. В зависимости от характера и содержания проводимых на учебных полях занятий, от уровня физической подготовленности курсантов и от общей физической нагрузки определяется количество попутных тренировок в неделю, время их проведения (по пути следования на занятия или при возвращении с них), а также маршруты и варианты тренировки. Эти данные отражаются в плане-конспекте преподавателя.

Важным условием эффективности физической тренировки является правильная методическая подготовка, подготовленность преподавателей, обеспечиваемая путем теоретических, инструкторско-методических занятий и самостоятельной работы. Для подготовки помощников из числа курсантов назначаются лица, с которыми рекомендуется проводить инструктаж, на которых сообщать содержание попутной физической тренировки, порядок ее проведения и действия помощников на отдельных этапах тренировки.

С целью повышения качества проведения попутной тренировки и популяризации лучшего опыта за организацией и проведением тренировки должен осуществляться систематический контроль преподавателями кафедры физической подготовки и спорта.

### 7.3. Методические рекомендации по проведению попутной физической тренировки с курсантами

Одним из важнейших условий, обеспечивающих успешное проведение попутной физической тренировки, является ее систематичность. Это требует, во-первых, регулярного проведения тренировок, во-вторых, достижения определенной связи между содержанием различных попутных тренировок и учебными занятиями по боевой подготовке.

Поэтому в процессе попутных тренировок курсанты должны выполнять упражнения, приемы и действия, ранее ими изученные, несложные по структуре и нетрудные по характеру. Чтобы добиться высокого уровня развития физических качеств у курсантов и воспитывать у них устойчивые двигательные навыки в выполнении

отдельных приемов и действий, необходимо по одному и тому же варианту проводить несколько попутных тренировок, после чего переходить к тренировке по новому варианту. Попутная тренировка должна проводиться с высокой плотностью и постоянным повышением физической нагрузки, соответствующей уровню физической подготовленности курсантов. Поэтому при подготовке к занятию следует хорошо продумать ее организацию, количество упражнений, приемов и действий, которые курсантам предстоит выполнить. Каждый последующий вариант тренировки должен обеспечивать более высокую физическую нагрузку, чем предыдущий. Это достигается прохождением одинакового расстояния в более короткое время, увеличением дистанции, преодолеваемой бегом, усложнением рельефа местности и сложности препятствий, увеличением веса выкладки и переносимых грузов.

Для повышения интереса курсантов к попутной физической тренировке в ходе ее нужно широко использовать соревновательный метод между группами и парами. Курсанты могут состязаться в преодолении группой препятствий, в дальности и точности метания гранат, в скорости выполнения различных боевых приемов и действий.

Проведение состязаний по преодолению всего маршрута попутной тренировки затрудняет возможность точно дозировать физическую нагрузку и может привести к переутомлению курсантов.

В целях полного использования попутной физической тренировки, для повышения боевого мастерства курсантов выполнение различных упражнений, приемов и действий проводить на определенном тактическом фоне. В соответствии с поставленными преподавателями заданиями, курсанты выполняют перестроения из походных строев в походно-боевые и боевые порядки, производят захват определенных рубежей, выполняют приемы и действия по сигналам. Часть приемов и действий в процессе попутной физической тренировки следует выполнять в средствах химической защиты. На первых тренировках курсанты в противогазе, в защитной форме передвигаются на небольших участках местности с преодолением несложных препятствий. Затем по мере тренированности скорость передвижения увеличивается, а выполняемые приемы и действия усложняются. При этом следует увеличивать не длину преодолеваемой дистанции, а время нахождения в противогазе, интенсивность и разнообразие выполняемых приемов и действий.

По усмотрению преподавателей отдельные попутные тренировки могут проводиться ночью. Тренировки в ночное время суток повышают у курсантов возможность успешного выполнения физической работы в условиях необычного состояния организма: снижения общего тонуса нервной системы и понижения интенсивности протекания физиологических процессов.

Тренируясь в ночных условиях, курсанты лучше ориентируются на местности, увереннее и качественнее выполняют различные приемы и действия, проявляя при этом более высокую психологическую устойчивость.

Попутные физические тренировки в условиях темноты требуют особенно тщательного их проведения; они организуются вначале при сгращенной видимости, а затем - в более темное время, по дорогам и на хорошо известной курсантам местности.

В заключение следует отметить, что проведение попутных физических тренировок в процессе учебных занятий по овладению курсантами своими воинскими специальностями способствует, кроме повышения уровня физической подготовленности курсантов, росту их боевого мастерства, морально-волевой и психологической подготовки.

## Приложение

СРЕДНИЕ МАСТЕРСТВА И ВАРИАНТЫ К УСТАВУ  
БЕГ, ХОДЬБА И ТРЕПАХ БЕГ

Варианты тренировок	Дистанция, холмы, неровности и бега, время	Режим	Темп передвижения	Общее время в мин.
Варианты тренировок				
Маршрут тренировки и общая протяженность	1400 1100	4 мин. ходьба 2 мин. бег	Средн.	22
Маршрут № 1. Место расположения - тактическое поле	1200 1300	3 мин. ходьба 3 мин. бег	Высок.	18 25-30
Маршрут № 2. Место расположения - тактическое поле	1200 1800	3 мин. ходьба 2 мин. бег	Средн.	20-23

Маршрут тренировки и основная характеристика	Варианты тренировок	Дистанция, ходьба и бег в мин.	Режим чередования вания	Темп движения	Общее время в мин.
Маршрут № 3. 2 800 м Место расположения - лесной массив	Вариант № 5. Ходьба и бег на местности с преодолением обваловой полосы препятствий, бег в условиях защиты, переноска мин, установка минного поля вручную, подготовка к подрыванию надолбов.	1000 1800	3 мин. ходьба 2 мин. бег	Средн.	18-20
Маршрут № 4 1 600 м Место расположения - учебный городок	Вариант № 6. Ходьба и бег на местности с преодолением обваловой полосы препятствий, ходьба и бег в учеб-средствах защиты.	600 900	2 мин. ходьба 2 мин. бег	Средн.	13
	Вариант № 7. Ходьба и бег на местности с преодолением психологической полосы препятствий, бег короткими перебежками - 200 м, преодоление - 5 м, преодоление телефонной линии связи на 200 м и подем командной связи.				15-18
	Вариант № 8. Ходьба и бег на местности с преодолением обваловой полосы препятствий, переноска ящика 20 кг на 25 м, бег в противозащитном 200 м, переноска с малым шагом - 20 м, метание противотанковой гранаты по цели.				16-20

Маршрут тренировки и основная характеристика	Варианты тренировок	Дистанция, ходьба и бег в мин.	Режим чередования вания	Темп движения	Общее время в мин.
Маршрут № 5 1 000 м Место расположения - танкодром	Вариант № 9. Ходьба и бег на местности с преодолением обваловой и психологической полосы препятствий.	200 300	2 мин. ходьба 4 мин. бег	Средн.	8
	Вариант № 10. Ходьба и бег на местности, прыжки через козла, преодоление обваловой полосы препятствий, переноска боеприпасов в танку, погрузка боекомплекта, посадка и высадка из танка, эвакуация "раненого", замена траков.				12-15
	Вариант № 11. Ходьба и бег на местности с преодолением обваловой и психологической полосы препятствий, скоростной бег в средствах защиты на 100 м, замена передних частей автомобиля, передних или задних колес, полусосей, посадка и высадка с автомобиля, переноска тяжести на 50 м.				12-15
Маршрут № 6 2 500 м Место расположения - артиллерийский полигон	Вариант № 12. Ходьба и бег на местности, перекатывание орудия на 150 м и приведение его в боевое положение, переноска личков с боеприпасами на огневую позицию, зарядание орудия (тренажера) учебными выстрелами, поворот орудия на 180 и наводка его в цель; действия у орудия в средствах защиты.	1800 1800	3 мин. ходьба 3 мин. бег		20-25

Примечание: Числитель - ходьба, знаменатель - бег.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Наставление по физической подготовке. М., Воениздат, 1987.
2. Гимнастика. Учебник для курсантов и слушателей. Л., ВДКИФК, 1978.
3. Легкая атлетика и ускоренное передвижение. Учебник для курсантов и слушателей. Л., ВДКИФК, 1977.
4. Организация физической подготовки в войсковой части и подразделении. Методическое пособие. М., Воениздат, 1981.
5. Плавание и легководолазная подготовка. Учебник для курсантов и слушателей. Л., ВДКИФК, 1983.
6. Преодоление препятствий. Учебник для курсантов и слушателей. Л., ВДКИФК, 1981.
7. Рукопашный бой. Учебник для курсантов и слушателей. Л., ВДКИФК, 1979.
8. Рукопашный бой. Учебно-методическое пособие. М., ГУБП СВ, 1985.
9. Физическая подготовка. Часть I. Руководство, организация и обеспечение физической подготовки в войсковой части и подразделении. Учебно-методическое пособие. М., Военное издательство, 1984.
10. Теория и организация физической подготовки войск. Часть I. Учебник. Санкт-Петербург, 1992.
11. Спортивные игры. Учебник для курсантов и слушателей. Л., ВДКИФК, 1980.
12. Теория и организация физической подготовки войск. Учебник для курсантов и слушателей. Л., ВДКИФК, 1980.
13. Теория и организация физической подготовки и спортивной тренировки. Учебник для курсантов и слушателей. Л., ВДКИФК, 1987.
14. Трифонов Ю.Н., Кудряшов О.Н., Заграннев В.А. Медицинское обеспечение физической подготовки войск. Учебник для курсантов и слушателей. Л., ВДКИФК, 1975.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Физическая подготовка в Вооруженных Силах Украины.....	3
1.1. Цель, задачи и содержание физической подготовки в Вооруженных Силах Украины.....	4
1.2. Основные формы проведения физической подготовки..	7
2. Основы руководства, материальное и финансовое обеспечение физической подготовки в войсковой части, подразделении..	15
2.1. Структура руководства физической подготовкой в войсковой части, подразделении.....	16
2.2. Общий порядок обеспечения воинских частей и подразделений спортивным инвентарем, имуществом и оборудованием.....	25
2.3. Содержание и ремонт спортивных сооружений, мест для занятий по физической подготовке и спорту, оборудования, имущества, инвентаря аппаратуры и тренажеров.....	28
2.4. Финансовое обеспечение физической подготовки войсковой части.....	32
Контроль и учет физической подготовки в войсковой части (ВУЧ), подразделении.....	39
3.1. Проверка качества организации и методики физической подготовки.....	40
3.2. Проверка и оценка физической и методической подготовленности военнослужащих.....	43
3.3. Проверка и оценка физической подготовки подразделения.....	50
3.4. Учет физической подготовки в подразделении.....	51
Военно-спортивный комплекс - основа спортивно-массовой работы. Подготовка военнослужащих по видам спорта и упражнениям ВСК.....	54
4.1. Направленность и особенности спортивно-массовой работы.....	54
4.2. Палаты, особенности, структура и содержание Военно-спортивного комплекса Вооруженных Сил Украины.....	57

4.3. Значение и основное содержание военно-спортивной классификации.....	60
4.4. Подготовка военнослужащих по видам спорта и упражнениям ВСК, содержание учебно-тренировочных занятий по спорту, спортивных и военно-спортивных состязаний.....	62
4.5. Значение, задачи и содержание смотров спортивной работы.....	64
4.6. Значение и содержание спортивных праздников и вечеров.....	65
4.7. Общественные спортивные кадры воинской части и подразделений.....	65
5. Влияние физической подготовки на боеготовность военнослужащих.....	71
5.1. Значение и место физической подготовки в системе воинского обучения и воспитания.....	71
5.2. Повышение средствами физической подготовки боевого мастерства военнослужащих.....	71
5.3. Влияние физической подготовки на биологическую устойчивость организма.....	71
5.4. Использование физической подготовки для повышения военно-профессионального отбора.....	71
6. Организация и проведение спортивной работы в подразделениях.....	71
6.1. Общее положение о спортивной работе.....	71
6.2. Планирование спортивной работы. Организация работы спортивного комитета воинской части и соединения.....	71
6.3. Содержание учебно-тренировочных занятий в спортивных секциях, командах и в составе подразделений..	71
6.4. Организация и проведение спортивных, военно-спортивных состязаний в подразделениях, спортивных праздников и вечеров.....	71
7. Полутная физическая тренировка и ее значение в повышении боевого мастерства курсантов.....	71
7.1. Требования, предъявляемые к физической подготовке воинов различных родов войск.....	71

7.2. Сущность и организация полутной физической тренировки.....	96
7.3. Методические рекомендации по проведению полутной физической тренировки с курсантами.....	96
Литература.....	104

Виктор Николаевич ГУЗАРЬ  
Иван Нестерович ЛИСТОЛ  
Александр Алексеевич СЕДОРОВ

### ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Основы руководства и обеспечения

Учебное пособие

Редактор А.И.Навлова  
Корректор Н.Н.Ларина

Сдано в набор 13.02.95 Подписано в печать 26.05.95  
Формат бумаги 64x94 1/16. Печ.л.6,75. Усл.печ.л.6,28.  
Уч.-изд.л.4,9. Зак.488-94. Бесплатно. Тир.01000, тир.100 экз.