

ВІЙСЬКОВИЙ ПЕНТАТЛОН, ЯК ЕФЕКТИВНИЙ ЗАСІБ ПІДВИЩЕННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Хачатрян А.Х.

*Військовий інститут танкових військ Національного технічного
університету «Харківський політехнічний інститут», м. Харків*

Функціональні можливості є одним із визначальних компонентів у формуванні висококваліфікованого військового фахівця під час його навчання у ВВНЗ. Розвиток таких можливостей відбувається, передусім під час фізичної підготовки. На заняття фізичними вправами покладається завдання не лише формування та вдосконалення фізичних якостей і прикладних рухових навичок курсантів, але вдосконалення їх функціональної та координаційної готовності до екстремальних бойових умов.

Досвід фахівців з бойової підготовки та результати наукових досліджень свідчать про те, що важливим та найбільш ефективним засобом вирішення завдань спеціальної фізичної підготовки військовослужбовців є застосування вправ і видів діяльності, найбільш наближених за структурою рухів й характером фізичних навантажень до військово-професійної діяльності.

До таких видів діяльності належать військово-прикладне п'ятиборство, яке дозволяє адекватно розвивати необхідні основні та спеціальні фізичні якості, формувати важливі військово-прикладні навички, удосконалювати професійні прийоми і дії, виховувати моральні та психічні якості військовослужбовців.

Не дивлячись на зростання зацікавленості фахівців фізичної підготовки до військово-прикладних видів спорту, все ж існує актуальна проблема обумовлена недостатнім використанням засобів і методів військового п'ятиборства для підвищення функціональної підготовленості як молодих курсантів ВВНЗ, так і досвідчених військовослужбовців.

З метою вирішення цієї проблеми дослідники вивчають вплив та позитивні зміни функціональних можливостей та формування необхідних прикладних рухових навичок у спортсменів – багатоборців різного рівня тренуваності, від початківців до висококваліфікованих спортсменів.

Одержані дані відображають зовнішній та внутрішній механізми адаптації до фізичних навантажень. Якщо коротко, у спеціальній фізичній і руховій підготовленості відзначається поліпшення спеціальної витривалості у подоланні смуги перешкод, швидкісна сила у метаннях, координація у рухах на влучність.

Також, за даними кореляційного аналізу виявлено особливості взаємозв'язку між результатами у вправах військового п'ятиборства та станом розвитку основних фізичних якостей і сформованістю відповідних рухових навичок, що є дієвим підґрунтям для включення у програмування занять з фізичної підготовки в аспекті підвищення ефективності у вирішенні поставлених завдань прикладного та професійного військового змісту.

Таким чином, з урахуванням повномасштабних бойових бій на території країни, військово прикладне багатоборство, є дієвим інструментом підвищення та вдосконалення фізичної підготовленості військовослужбовців, які мають вирішувати бойові завдання як в окопах та лісових масивах так і в умовах боїв на вулицях міст.