

**ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА КУРСАНТОВ В ВОЕННО-УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ
БЕЛАРУСИ**

И.А. Борисевич, 3 курс

Научный руководитель – В.М. Кривчиков, к.и.н., доцент

Гродненский государственный университет имени Янки Купалы

Сегодня военнослужащие должны выполнить боевую задачу в любое время и в любых условиях. Поэтому в Вооруженных Силах Республики Беларусь уделяется большое внимание физической подготовке. Внимание развитию физических навыков уделяется и в военно-учебных заведениях.

Во время обучения курсанты усваивают определенный уровень физической подготовки, который помогает им при дальнейшей службе. Программа занятий у курсантов различных специальностей разная. Упражнения направлены на развитие необходимых качеств, исходя из рода деятельности. Например, у курсантов, обучающихся по летным специальностям, в программу включены упражнения, направленные на развитие вестибулярного аппарата. Однако на всех специальностях главный упор направлен на развитие основных физических качеств: выносливости, скорости, ловкости и гибкости [1, с. 16].

Для развития физической подготовки в военно-учебных заведениях выделяется специальное время. Каждый день у курсантов начинается с обязательной утренней физической зарядки. Она необходима для того, чтобы военнослужащие могли проснуться и взбодриться. В основном на зарядке выполняются упражнения на растяжку всех групп мышц, а также бег на длинные дистанции.

В программу включены занятия с преподавателями, которые являются обязательными для всех курсантов. Эти занятия направлены на улучшение основных физических качеств, на разучивание новых упражнений. В ходе таких занятий курсанты также изучают правила проведения занятий с личным составом, что положительно влияет на их командирские качества.

В конце каждого семестра курсанты сдают зачет по физической культуре, который состоит из теоретической части, методических навыков и физической подготовленности курсантов. На теоретической части курсант докладывает основные положения проведения занятий по физической подготовке, порядок выставления оценок для различных категорий военнослужащих и требования безопасности.

В ходе проверки методических навыков курсант должен провести разминку, или заключительную часть, либо разучивание упражнения. Во время этой части уделяется большое внимание тому, как курсант соблюдает структуру проведения занятия, оценивается его командный голос.

Основная часть зачета – физическая подготовленность курсанта, на которую выносятся три упражнения по основным физическим качествам. После сдачи всех частей выставляется общая оценка.

В распорядке дня также выделяется время на спортивно-массовую работу, где курсанты тренируются самостоятельно. Здесь курсанты улучшают физические качества, которые они считают для себя более важными. Также, если у курсантов есть желание, во время спортивно-массовой работы преподаватели физической культуры могут посещать с ними бассейн или спортивные комплексы. Благодаря этим занятиям, курсанты совершенствуют свою физическую подготовленность до того уровня, чтобы ставить рекорды в Вооруженных Силах.

Среди всех военных факультетов Республики Беларусь проводятся соревнования по различным видам спорта, в которых участвуют лучшие представители факультетов. Позже, победители данных соревнований представляют все военно-учебные заведения на соревнованиях среди Вооруженных Сил. Также, некоторые курсанты, чей уровень в различных видах спорта находится на высоком уровне, могут представлять свою страну на международном уровне. Эти курсанты включаются в состав специальной команды Спортивного комитета Вооруженных Сил, в которых их готовят специалисты международного класса.

Каждый год все военные факультеты выставляют 3 курс на смотр-конкурс спортивно-массовой работы. На этом смотре выставляется 4 упражнения. За сдачу упражнений у курсантов есть возможность получить степень «Воин-спортсмен» или разряд военно-спортивного многоборья. И с каждым годом количество курсантов, получивших данные степени, становится больше. Этот факт наглядно показывает то, что курсанты стремятся получать спортивные разряды.

За время обучения курсанты уделяют довольно много времени развитию своих физических качеств, что необходимо для выполнения в последующем боевых задач. Во всех военно-учебных заведениях создается обширная материальная база, на которой курсанты имеют возможность развивать свои физические качества. За время обучения у курсантов появляется желание постоянно заниматься физкультурой. Это желание появляется не только для того, чтобы быть физически развитыми, но и быть здоровыми.

Список использованных источников

1. Приказ Министра обороны Республики Беларуси от 17 сентября 2014 г. № 1000 « Об утверждении инструкции о порядке организации и проведения физической подготовки в Вооруженных Силах».