

*Зенькович В. В.*

## **ОЦЕНКА ВЛИЯНИЯ ОТДЕЛЬНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ НА ОБЩУЮ ОЦЕНКУ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ**

*Научный руководитель канд. мед. наук, доц. Ширко Д. И.*

*Кафедра военной эпидемиологии и военной гигиены*

*Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

**Актуальность.** Постоянное развитие и совершенствование образцов вооружения и военной техники ведет к изменению форм и методов вооруженной борьбы и предъявляет все более высокие требования к физической подготовке военнослужащих.

**Цель:** изучить влияние отдельных показателей силы, скорости и выносливости на общую оценку физической подготовленности.

**Задачи:**

1 Оценить физическую подготовку военнослужащих по результатам подтягивания на перекладине, бега на дистанции 100 и 3000 м.

2 Изучить взаимосвязь между результатами выполнения данных упражнений и общей оценкой физической подготовленности.

**Материал и методы.** Объектом исследования являлись 992 военнослужащих срочной службы. Оценка физической подготовленности осуществлялась в соответствии с требованиями приказа министра обороны № 1000 от 19 сентября 2014 года «Об утверждении Инструкции о порядке организации и проведения физической подготовки в Вооруженных Силах». Статистическую обработку полученных данных проводили с использованием пакета прикладных программ Microsoft Excel 2003-2010 и «STATISTICA» (Version 6 – Index, Stat. Soft Inc., USA).

**Результаты и их обсуждение.** Отличные результаты физической подготовленности имели 47,79 %, хорошие – 44,25 %, удовлетворительные – 7,46 % и неудовлетворительные – 0,5 % военнослужащих.

Корреляционный анализ показал наличие средней силы связей между результатами выполнения всех трех упражнений и итоговой оценкой, но в большей степени с результатами преодоления дистанции 3000 м –  $r = -0,63$ ,  $p < 0,05$ .

Количество совпадений оценки по отдельным упражнениям с итоговой для подтягивания на перекладине составило 56,05 %, бега на 100 м - 57,38 % и 3000 м – 57,76 %.

**Вывод:**

В наибольшей степени общая оценка физической подготовленности связана с результатами бега на 3000 м, на что следует обратить внимание при планировании и организации физической подготовки в Вооруженных Силах.