

# ПЕЙНТБОЛ В ВОЕННО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ

**Зиамбетов В.Ю.**

**Оренбургский государственный университет, г. Оренбург**

Каждый юноша допризывного возраста в соответствии с законодательством нашего государства обязан пройти военную службу и быть готовым к защите Отечества. До призыва на военную службу юноши проходят допризывную подготовку в общеобразовательной школе (училище, техникуме, учебном пункте), который заканчивается лагерным сбором. На современном этапе вместе с падением престижа военной службы снижается и активность, интерес юношей к процессу довоенной подготовки, соответственно снижаются результаты образования в данном направлении. Это не менее актуально для юношей поступивших в вузы и имеющих отсрочки от призыва, потому что воинскую обязанность они исполняют после обучения в учебных заведениях, а к этому времени многое забывается, исчезают военно-физические умения, навыки, снижается уровень сформированности военно-физических качеств. Педагоги сталкиваются с проблемой повышения мотивации у современной молодежи и повышения качества подготовки юношей к военной службе.

Учитывая интерес современной молодежи к экстремальным видам развлечений, авторы данной статьи предположили, что решению этой проблемы, возможно, будет способствовать использование военно-спортивных игр, и особенно пейнтбола. Чтобы обосновать данное предположение был проведен небольшой эксперимент. Данная работа проводилась в контрольной и экспериментальной группе юношей с целью повышения их мотивации к процессу освоения военно-прикладных умений, повышения уровня военно-физических качеств, средством военно-спортивной игры пейнтбол.

Данная военно-спортивная игра была выбрана как средство экспериментального воздействия по различным причинам: интерес юношей к развлечениям экстремального характера; широкий спектр образовательных воздействий игры на объект, разносторонность военно-физической подготовки и максимальная приближенность игры к условиям военной службы, и непосредственно к бою; наличие финансовых возможностей.

В игре применяются различные виды военно-физических упражнений (рисунок ):

- а) ходьба в полуприседе;
- б) бег;
- в) бег с преодолением препятствий;
- г) передвижения спиной вперед;
- д) движения в положении сидя;
- е) переползания и движения в положении лежа.



Рисунок – Бег с преодолением препятствий и стрельбой

Все это необходимо выполнять одновременно производя меткую стрельбу, уклоняясь от «огня» соперников, осуществляя взаимодействие с партнерами для достижения поставленной цели, согласно сценария игры.

В период летних каникул юноши-студенты (экспериментальная группа) под руководством преподавателя систематически совершенствовали свое умение играть в пейнтбол.

Важно, чтобы условия, обстановка, задания, сценарии игры всегда были новыми, необычными, интересными. Поэтому наличие различных игровых клубов (игровых полей) также имеет значение для поддержания интереса к игре, а чем меньше выбор, тем больше мыслит педагог, чтобы игра не стала скучной. В связи с этим мы меняли условия, задания, вводили временные ограничения, меняли составы команд, заново распределяли роли, вводили в игру более двух команд, использовали различные сценарии. Наибольшей популярностью пользовались сценарии: «террористы», «освобождение заложника», «стенка на стенку», «каждый сам за себя», «штурм», «оборона важного объекта», «охота за флагом» с различными вариантами [2].

Ребята вспомнили и узнали много нового по различным видам военной подготовки: огневая, тактическая, инженерная, медико-санитарная, строевая

подготовка. Зарисовывая «План боя» совершенствовали топографическую подготовку.

Одновременно с решением образовательных задач воспитывались смелость, коллективизм и взаимовыручка, ответственность и умение принимать решение в изменяющихся условиях, необходимые в военной службе организаторские и управленческие качества. У юношей заметно повысился интерес к военной подготовке и уверенность в себе.

После летних каникул было проведено повторное тестирование военно-физической подготовки контрольной и экспериментальной группы юношей. Содержание тестирования состояло из 5 упражнений, которые оценивались по пятибалльной системе. Затем баллы складывались, чтобы получить сумму баллов группы по виду контрольного упражнения.

Результаты физической подготовленности экспериментальной группы подтвердили наши предположения, они были выше, чем у контрольной группы. Содержание тестирования состояло из 5 упражнений (пулевая стрельба, метание гранаты, бег на 3000 м, преодоление полосы препятствий, бег с партнером, которые оценивались по пятибалльной системе.

Таким образом систематическое использование военно-спортивной игры пейнтбол способствует совершенствованию военно-прикладных умений и навыков, повышению уровня сформированности военно-физических качеств, потребностно-мотивационной сферы личности будущего солдата.

#### *Список литературы*

- 1. Лукашев, П.Д. Военно-спортивные игры школьников на местности. / П.Д. Лукашев. – М.: Просвещение, 1987. – 143 с.*
- 2. Турскова, Т.А. Пейнтбол. / Т.А. Турскова. – М.: Вече, 2002. – 384 с. ISBN 5-94538-076-8*