

УДК 796.015.1

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ТЕСТОВ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ АРМИЙ США, РОССИИ И ВЕНЕСУЭЛЫ

Д.А. Сальмерон Майорка (Каракас, Венесуэла)

А.И. Чикуров (Красноярск, Россия)

Аннотация

Постановка проблемы. В любой армии мира большое значение имеет физическая подготовленность личного состава, что является одним из основных показателей уровня готовности вооруженных сил страны. Меняющиеся условия современных боевых действий требуют постоянной и системной модернизации оценки уровня физической подготовленности военнослужащих.

Цель исследования – выявить наиболее важные аспекты физической подготовки военнослужащих на основе сравнительного анализа тестов физической подготовленности, используемых в армиях США, Российской Федерации и Венесуэлы.

Методология исследования основывается на нормативно-правовых актах в сфере обороны США, Российской Федерации и Венесуэлы, анализе научных публикаций и опыте профессиональной деятельности по заявленной проблеме исследования.

Результаты исследования. Подробно изучив подходы к оценке физических качеств военнослужащих США, Российской Федерации и Венесуэлы, мы отметили, что такая страна, как Венесуэла, отличается своим подходом к уровню оценки подготовленности личного состава от двух других стран. В статье представлены актуальные на сегодняшний день средства оценки физических качеств военнослужащих армий США, Российской Федерации и Венесуэлы, таких как выносливость, сила, скорость, гибкость и координация. Данные качества являются фундаментальными для любой профессиональной деятельности, которая подразумевает или требует высокого уровня физической подготовленности, что также позволит определить необходимый уровень готовности военнослужащих армии Венесуэлы.

Заключение. В отличие от военных армии Венесуэлы, солдаты самых сильных армий мира проходят более комплексную подготовку, сохраняя при этом специфику профессиональной деятельности во всем ее проявлении.

Ключевые слова: *физическая подготовленность, скорость, выносливость, ловкость, гибкость, сила, армия.*

Сальмерон Майорка Давид Александр – аспирант, Сибирский федеральный университет (Красноярск); военный майор, Армия Венесуэлы (Каракас, Венесуэла); e-mail: salmeron160984@gmail.com

Чикуров Александр Игнатович – кандидат педагогических наук, доцент кафедры теоретических основ и менеджмента физической культуры и туризма института физической культуры, спорта и туризма, Сибирский федеральный университет (Красноярск, Россия), e-mail: chikurov71@mail.ru

Постановка проблемы. Физическая подготовленность военнослужащих любой армии имеет первостепенное значение, поскольку от этого полностью зависит выполнение поставленных задач. История свидетельствует о том, насколько важна хорошая физическая подготовка солдат в конфликтах любого уровня. Вместе с тем меняющиеся условия современных

боевых действий делают актуальными постоянную и системную модернизацию и обновление оценки уровня физической подготовки военнослужащих. Тесты, позволяющие оценить уровень развития физических качеств, должны быть персонализированы для качества каждого военного и характера выполняемых им боевых задач, при этом быть универсальными,

позволяющими осуществить оценку физической подготовленности вооруженных сил в целом.

Цель исследования – выявить наиболее важные аспекты физической подготовки военнослужащих на основе сравнительного анализа тестов физической подготовленности, используемых в армиях США, Российской Федерации и Венесуэлы.

Методология исследования основывается на нормативно-правовых актах в сфере обороны стран США, Российской Федерации и Венесуэлы, анализе научных публикаций и опыта в профессиональной деятельности по заявленной проблеме исследования.

Анализ научной литературы. Актуальные аспекты физической подготовки военнослужащих армий различных государств изучались многими авторами (Л.В. Вайгачева, Н.А. Воронов, Р.Х. Кузина, Е.Н. Лямзин, Б.В. Овчинников, А.И. Румянцева, И.В. Подольская и др.).

Оценка физической подготовленности в армии США имеет большие традиции, принимая во внимание большой опыт ведения боевых действий. Большой опыт в области физического воспитания и современные научные исследования позволили разработать универсальные средства оценки физической подготовленности. Текущий армейский тест оценки физических качеств основывался в первую очередь на научных данных и экспертном мнении военных представителей. Отдельные тестовые задания по физической подготовленности армии США претерпели большие изменения, но основные причины для использования этих оценок остались прежними: это мотивационная подготовка и предоставление объективной оценки физических возможностей солдат, оценка эффективности программ физической подготовки [Knapik, East, 2014, p. 16].

С 1980 г. универсальной оценкой физической подготовленности армии США является армейский тест (APFT – Army physical fitness test), который определяет общий уровень готовности военнослужащего. Тест состоит из двухминутных сгибаний рук в упоре лежа и приседаний, а также бега на 2 мили (табл. 1). Первый

тест показывает уровень силовой выносливости, а результативность бега на 2 мили отражает аэробные способности [Корчагин и др., 2018а; 2018б]. В дальнейшем специалисты по физической подготовке армии США внесли несколько изменений в тест по физической подготовленности, адаптировав его к новым квалификационным требованиям, которые необходимы при выполнении боевых задач, наиболее заметным изменением является увеличение количества упражнений (с трех до шести).

Новый тест наиболее точно отражает уровень боевой готовности, определяя индивидуальные способности во всех аспектах физической готовности солдата к бою, включая силу, выносливость, скорость и координацию [Shchegolev, 2016].

Пересмотр армейского теста на пригодность идет вслед за заявлением Пентагона о том, что, и это подчеркивал в своем выступлении бывший министр Марк Т. Эспер, солдаты должны быть в хорошей физической и психологической форме, чтобы сражаться и побеждать в военных конфликтах высокой интенсивности [Bigelman1, et al., 2019; Корчагин, 2018а, 2018б; Willing..., 2009].

Новый тест физической и боевой готовности содержит шесть компонентов (табл. 2):

1. Силовая тяга (становая тяга).
2. Силовой бросок (бросок набивного мяча назад).
3. Сгибание-разгибание рук в упоре лежа (с отрывом рук в нижнем положении).
4. Спринт/перетаскивание/перенос (спринт 50 метров, тяга 50 метров саней 90 фунтов, 50 метров спринт, перенос двух гирь 40 фунтов 50 метров и 50 метров спринт).
5. Поднос колен к локтям (из виса на перекладине).
6. Двухмильный бег.

Солдаты, имеющие освобождение по состоянию здоровья, будут оцениваться в индивидуальном порядке. Чтобы помочь подразделениям подготовиться к новому тесту, армия США разработала программу сертификации и обучения для всех специалистов по физической подготовке.

Таблица 1

Армейский фитнес-тест для армии США

Table 1

UNITED STATES ARMY PHYSICAL FITNESS TEST (APFT)

Возраст (Age)	Мужчины (men)						Женщины (woman)					
	Отжимания (push ups) 2 мин		Приседания (sit-ups) 2 мин		Двухмильный бег (miles run), мин/сек		Отжимания (push ups) 2 мин		Приседания (sit-ups) 2 мин		Двухмильный бег (push ups) мин/сек	
	макс.	мин.	макс.	мин.	макс.	мин.	макс.	мин.	макс.	мин.	макс.	мин.
17–21	71	42	78	53	13:00	15:54	42	19	78	53	15:36	18:54
22–26	75	40	80	50	13:00	16:36	46	17	80	50	15:36	19:36
27–31	77	39	82	45	13:18	17:00	50	17	82	45	15:48	20:30
32–36	75	36	76	42	13:18	17:42	45	15	76	42	15:54	21:42
37–41	73	34	76	38	13:36	18:18	40	13	76	38	17:00	22:42
42–46	66	30	72	32	14:06	18:42	37	12	72	32	17:24	23:42
47–51	59	25	66	30	14:24	19:30	34	10	66	30	17:36	24:00
52–56	56	20	66	28	14:42	19:48	31	9	66	28	19:00	24:24
57–61	53	18	64	27	15:18	19:54	28	8	64	27	19:42	24:48
62+	50	16	63	26	15:42	20:00	25	7	63	26	20:00	25:00

Таблица 2

Армейский тест боевой формы для армии США

Table 2

United States Army Combat Fitness Test (ACFT)

[Spoehr, 2018, p. 1–10; Unhealthy and Unprepared, 2018, p. 10]

Баллы	Силовая становая тяга, фунты	Бросок набивного мяча, м	Отжимания (кол-во)	Спринт перетаскивание, мин/сек	Подтяжка ног (sit-up из виса)	Двух- мильный бег, мин/сек
1	2	3	4	5	6	7
100	340	13.5	70	1:40	20	12:45
99	330	13.2	68			13:00
98	320	13.0	66	1:41	19	13:15
97		12.8	64	1:42		13:30
96	310	12.5	62	1:43	18	13:40
95		12.3	60	1:44		13:50
94	300	12.1	58	1:45	17	14:00
93		11.9	56	1:46		14:10
92	290	11.8	54	1:47	16	14:20
91		11.6	52	1:48		14:30
90	280	11.5	50	1:49	15	14:40
89		11.3	49	1:50		14:50
88	270	11.2	48	1:51	14	15:00
87		11.0	47	1:52		15:10
86	260	10.9	46	1:53	13	15:20
85		10.7	45	1:54		15:30
84	250	10.6	44	1:55	12	15:40
83		10.4	43	1:56		15:50
82	240	10.3	42	1:57	11	16:00
81		10.1	41	1:58		16:10
80	230	10.0	40	1:59	10	16:20
79		9.8	39	2:00		16:30
78	220	9.7	38	2:01	9	16:40

Окончание табл. 2

1	2	3	4	5	6	7
77		9.5	37	2:02		16:50
76	210	9.4	36	2:03	8	17:00
75		9.2	35	2:04		17:10
74	200	9.1	34	2:05	7	17:20
73		8.9	33	2:06		17:30
72	190	8.8	32	2:07	6	17:40
71		8.6	31	2:08		17:50
70	180	8.5	30	2:09	5	18:00
69		8.3	28	2:16		18:10
68	170	8.0	26	2:23		18:20
67		7.5	24	2:30	4	18:35
66		7.0	22	2:37		18:50
65	160	6.5	20	2:45	3	19:00
64		6.2	18	2:55		20:10
63	150	5.9	16	3:05	2	20:20
62		5.6	14	3:15		20:30
61		5.3	12	3:25		20:45
60	140	4.6	10	3:35	1	21:07

Примечание

	Минимальный балл для солдата с высокой физической нагрузкой
	Минимальный балл для солдата с большой физической нагрузкой
	Минимальный балл для солдата с умеренной физической нагрузкой (минимум для армии)

Этот тест для оценки физической подготовки не требует оценки в зависимости от пола и возраста (табл. 2).

В настоящее время используются оба теста для оценки физической подготовленности с учетом возрастных и гендерных отличий, а также поставленных перед военнослужащим задач.

В Вооруженных Силах Российской Федерации нормативным основанием оценки и отбора военнослужащих в сфере физической подготовки является Приказ Министерства обороны Российской Федерации «Об утверждении Наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации» от 21 апреля 2009 г. № 200.

В соответствии с главой 7 указанного Наставления при проверке физической подготовленности солдат срочной службы и военнослужащих по контракту оцениваются общие показатели физической подготовки: сила, выносливость, скорость [Willing..., 2009].

Результаты исследования. Целью аттестации по физической подготовке является определение физических, моральных, интеллектуаль-

ных и профессиональных условий военнослужащих как фундаментальных аспектов целостного процесса управления персоналом, составляющих основу для назначения должностей, переводов, вознаграждений, продвижения по службе и т.д. У штабных функционеров она проводится с учетом возраста и пола, а также содействует профилактике здоровья в учреждении, мотивируя профессиональных военнослужащих избегать малоподвижного образа жизни, ожирения и сердечно-сосудистых заболеваний [Никифоров, Полозов, 2018].

Для оценки физической подготовки военных применяются различные критерии, которые зависят от звания, рода войск, срока службы, а главное, категории военнослужащего. Так, для «срочников» и «контрактников» такие нормативы отличаются. Отдельно установлены нормы физической подготовки для женщин [Воронов, 2019].

Фактически для *военнослужащих срочной службы* применяются нормативы, разработанные для служащих по контракту до 30 лет (табл. 3).

Таблица 3

**Требования к физической подготовленности граждан,
поступающих на военную службу по контракту**

Table 3

Requirements for physical fitness of citizens entry military service under a contract

Упражнения Exercises	Минимальные требования для категорий военнослужащих			
	Мужчины		Женщины	
	до 30 лет	старше 30 лет	до 25 лет	старше 25 лет
Сила (Power) Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (Flexion and extension of the arms in the lying position)	45	40	12	10
Наклоны туловища вперед (Torso forward bends)	–	–	25	20
Подтягивание на перекладине (Pull-ups on the bar)	10	8	–	–
Быстрота Rapidity Бег на 60 м (60 m run)	9,8	10,0	12,9	13,9
Бег на 100 м (100 m run)	15,1	15,8	19,5	20,5
Челночный бег 10 x 10 м (Shuttle run 10 x 10 m)	28,5	29,5	38,0	39,0
Выносливость (Endurance) Бег на 3 км (3 km run)	14,30	15,15	–	–
Бег на 1 км (1 km run)	4,20	4,45	5,20	5,45
Лыжная гонка на 5 км (Ski race 5 km)	28,00	29,00	–	–

Проверку физической подготовки проводят при температуре воздуха в интервале от + 15° до + 35°С с благоприятными метеорологическими условиями (отсутствие сильного дождя, снега, порывистого ветра) [Воронов, 2018а; 2018б]. Испытания по специальной физической подготовке рекомендовано проводить в таком порядке: ловкость, быстрота, силовые упражнения, рукопашный бой, выносливость, групповые упражнения в составе подразделения.

Нормативы физической подготовки для военнослужащих по контракту. Контрактная служба – это фактически профессиональная армия. Поэтому у военнослужащих должен быть более высокий уровень физической подготовки по сравнению с солдатами срочной службы. Нормативы требуется сдавать перед подписанием контракта. Требования к физподготовке

отличаются в зависимости от того, где служит контрактник:

- в воздушно-десантных, десантно-штурмовых, разведывательных, специальных подразделениях и морской пехоте;
- в боевых подразделениях и боевом обеспечении, управлении соединениями;
- в частях материального обеспечения, медицинского и ремонтного обслуживания;
- на надводных и подводных боевых кораблях;
- в музыкальных частях;
- в учебных центрах для служащих по контракту.

Кроме того, на военную службу по контракту имеют право поступать женщины в возрасте от 19 до 35 лет. Поэтому для них существуют отдельные нормативы (табл. 3). Для женщин

старше 25 лет установлены более щадящие нормативы. При этом при сдаче нормативов как у мужчин, так и у женщин должен проводиться медицинский контроль [Воронов, 2018а; 2018б]. Его выполняет медицинский работник, присутствующий в месте проведения испытаний путем измерения артериального давления и частоты сердечных сокращений (пульса).

Для офицеров также должны проводиться периодические проверки физической формы. Происходит это с такой же периодичностью, как и для рядовых, – два раза в год. При этом обязательной является регулярная (ежедневная) физическая подготовка. Существует комплекс упражнений, которые каждый военнослужащий должен выполнять во время утренней зарядки. Офицеры в возрасте старше 30 лет должны:

- отжиматься от пола не менее 30 раз;
- подтягиваться не менее 8 раз;
- бегать на 100 метров за 16 секунд;
- пробежать кросс 3 километра за 15 минут.

В армии Российской Федерации метод оценки физической подготовленности войск зависит от звания, типа военной службы, пола и возраста, включая различные виды деятельности в зависимости от их категории в армии, а именно тесты, отражающие боевые способности в оценке

таких аспектов, как выносливость, ловкость, сила, навыки рукопашного боя, скорость и командная работа.

В венесуэльской армии аспекты физической подготовки направлены на оценку служебной квалификации профессиональных военнослужащих, они позволяют противостоять неотъемлемым требованиям военной жизни.

Для мотивации к занятиям по физической подготовке разработан ряд тестов для определения физического состояния профессиональных военнослужащих Боливарианской армии Венесуэлы.

Квалификация солдат венесуэльской армии рассчитывается на основе следующих упражнений: аэробная подготовка – бег 2400 метров, силовая выносливость – сгибание и разгибание рук в упоре лежа, приседания (табл. 4). Оценка физической подготовки профессиональных военнослужащих учитывает возраст и пол, за исключением плавания, в котором нет различия по полу и возрасту, и будет рассчитываться на основе следующих относительных значений:

- аэробная сила, 2400 метров – 50 %;
- сгибание и разгибание локтей – 20 %;
- упражнения на пресс – 20 %;
- плавание – 10 %.

Таблица 4

Тест физической подготовленности венесуэльской армии
Nracaffan, Caracas, DC, 2005, p. 7–13

Table 4

Physical Fitness Test of the Venezuelan Army

Возраст	Мужчины						Женщины					
	Отжимания (push ups) 2 мин		Приседания (sit-ups) 2 мин		Двухмильный бег (miles run), мин/сек		Отжимания (push ups) 2 мин		Приседания (sit-ups) 2 мин		Двухмильный бег (push ups), мин/сек	
	макс.	мин.	макс.	мин.	макс.	мин.	макс.	мин.	макс.	мин.	макс.	мин.
До 25	35	23	48	36	09:20	16:00	28	16	34	22	12:15	18:55
26–28	33	21	43	31	09:45	16:25	25	13	30	18	12:40	19:20
29–31	31	19	38	26	10:30	17:10	22	10	28	16	13:25	20:05
32–34	29	17	33	21	10:55	17:35	19	7	26	14	13:50	20:30
35–37	27	15	28	16	11:25	18:05	16	4	20	8	14:20	21:00
38–40	25	13	23	11	11:55	21:55	13	2	18	6	14:50	21:30
41–43	23	11	18	6	12:30	25:50	11	1	16	4	15:25	22:05
44–46	21	9	13	1	13:00	29:40						
47–50	18	6	8	1	13:40	33:40						

Плавание будет оцениваться в 50-метровом бассейне, за каждый метр плавания начисляется по 2 балла.

Оценка военных армии Венесуэлы очень похожа на тесты, использовавшиеся ранее в Соединенных Штатах (APFT). Не проводятся отличия в зависимости от их функций в армии или их категории.

Заключение. Сравнивая оценки уровня физической подготовленности военных трех стран, можно сделать вывод, что в армиях США и России просматривается более дифференцированный подход к оценке развития физических качеств во всем его многообразии, что, скорее всего, отражает наиболее точную специфику их профессиональной деятельности

и способствует более эффективному выполнению поставленных перед военнослужащими этих армий задач. В отличие от военных армии Венесуэлы, солдаты самых сильных армий мира проходят более комплексную подготовку, сохраняя при этом специфику профессиональной деятельности во всем многообразии. Узкая направленность тестов для оценки боеготовности военнослужащих Боливарианской армии не отражает уровня развития всей палитры физических качеств, проявляемых при выполнении специальных задач. Венесуэльская армия должна принять во внимание опыт армий других стран и включить в оценку физической готовности своих военнослужащих тесты, которые используют передовые армии мира.

Библиографический список

1. Вайгачева Л.В., Кузина Р.Х., Овчинников Б.В., Румянцева А.И., Подольская И.В. Физическая пригодность в иностранной армии: путь к здоровью и устойчивости / Военно-медицинская академия им. С.М. Кирова МО РФ. СПб., 2019.
2. Воронов Н.А. Поддержание двигательного режима в жизни человека // Нацразвитие: матер. конф. ГНИИ. 2018а. Июнь. С. 103–105.
3. Воронов Н.А. Спорт как основа здорового образа жизни // Проблемы теории и практики современной науки: сб. науч. ст. / науч. ред. Т.А. Колесникова. М., 2018б. С. 17–20.
4. Воронов Н.А. Физическая подготовка в жизни военнослужащего // Дневник науки: электр. науч. журнал. 2019. № 6. С. 3–5.
5. Корчагин И.В., Фофанов А.М., Мужчиль О.А. Семь принципов физической подготовки военнослужащих армии США, заложенных в Наставлении Сухопутных войск (FM-7-22) // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. 2018а. № 4. С. 68–73. EDN YSZKFV
6. Корчагин И.В., Мужчиль О.А., Бомбина М.Ю. Становление и развитие физической подготовки в вузах вооруженных сил Соединенных Штатов Америки // Актуальные проблемы реализации образовательного процесса в вузах и общеобразовательных организациях МО РФ: сб. науч. ст. межвуз. науч.-практ. конф. СПб.: ВИФК, 2018б. С. 88–92. EDN: VNBABS
7. Лямзин Е.Н. Сравнительный анализ моделей физической подготовки курсантов в высших учебных заведениях иностранных армий // Вестник адъютанта. 2020. № 4 (10). С. 9. EDN PIRRNK
8. Никифоров А.В., Полозов А.А. Особенности оценки физической подготовленности военнослужащих в армиях иностранных государств // Бағдар Ориентир. 2018. № 1. С. 73.
9. Приказ Министра обороны РФ от 21 апреля 2009 г. № 200 «Об утверждении Наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации».
10. Bigelman K.A., East W.B., Thomas D.M., Turner D., Hertling M. The new army combat fitness test: An opportunity to improve recruitment and retention // Obesity (Silver Spring). 2019. Vol. 27 (11). P. 1772–1775.
11. Knapik J.J., East W.B. History of United States army physical fitness and physical readiness testing // US Army Medical Department Journal. 2014. P. 5–19. URL: http://www.cs.amedd.army.mil/amedd_journal.aspx

12. Manual de Educación Física Militar (RC 21-20-11). Comandancia General del Ejército, Caracas, Venezuela. 1961.
13. Normas y procedimientos para la evaluación y calificación de la aptitud física del personal militar profesional de la fuerza armada nacional. Caracas, Dc, 2005. P. 2–13.
14. Shchegolev V.A. Military sports specialist training in armed forces of the NATO leading nations (based on public foreign sources) // Theory and Practice of Physical Culture. 2016. No. 2. P. 61–65.
15. Spoehr T. The looming national security crisis: Young Americans unable to serve in the military // Backgrounder. 2018. No. 3282. P. 1–10. URL: <https://www.heritage.org/sites/default/files/2018-02/bg3282.pdf>.
16. Unhealthy and unprepared: National Security depends on promoting healthy lifestyles from an early age. A Report by «Council For a Strong America» (Mission: Readiness). 2018. 10 p. URL: <https://strongnation.s3.amazonaws.com/documents/484/389765e0-00-49a2>
- 17 Willing and unable to serve. A Report by «Mission: Readiness. Military Leaders for Kids». 2009. 12 p. URL: <http://cdn.missionreadiness.org/mr-ready-willing-unable.pdf>

DOI: <https://doi.org/10.25146/1995-0861-2022-61-3-352>

COMPARATIVE ANALYSIS OF PHYSICAL FITNESS TESTS IN THE ARMIES OF THE USA, RUSSIA AND VENEZUELA

**D.A. Salmerón Mayorca (Caracas, Venezuela),
A.I. Chikurov (Krasnoyarsk, Russia)**

Abstract

Statement of the problem. In any army in the world, the physical fitness of personnel is of great importance, which is one of the main indicators of the readiness level of the country's armed forces. The changing conditions of modern warfare require constant and systematic modernization of the assessment in the level of physical fitness of military personnel.

The purpose of the study is to consider the most important aspects of physical training of military personnel based on a comparative analysis of physical fitness tests used in the armies of the United States, the Russian Federation and Venezuela.

The research methodology is based on regulatory legal acts in the field of defense of the USA, the Russian Federation and Venezuela, the analysis of scientific publications and professional experience on the stated research problem.

Research results. Having studied in detail the approaches to assessing the physical qualities of military personnel in the United States, the Russian Federation and Venezuela, we noted that a country like Venezuela differs in its approach to the level of assessment of the readiness of personnel from the other two countries. This article presents the current means of assessing physical qualities of military personnel in the armies of the United States, the Russian Federation and Venezuela in the context of such aspects of the theory of physical education as endurance, strength, speed, flexibility, and coordination. These aspects are fundamental for any professional activity that implies or requires a high level of physical fitness, which can also allow determining the necessary level of readiness of the Venezuelan army soldiers.

Conclusion. Unlike the military of the Venezuelan army, soldiers of the most powerful armies in the world undergo more comprehensive training and at the same time maintain the specifics of professional activity in all its manifestations.

Keywords: *physical readiness, speed, endurance, agility, flexibility, strength, army.*

Salmerón Mayorca D.A. – PhD Candidate, Siberian Federal University (Krasnoyarsk, Russia); Military Major, Ejército de Venezuela, Sector Fuerte Tiuna Caracas Postal District, Distrito Capital (Caracas, Venezuela); e-mail: salmeron160984@gmail.com

Chikurov Aleksandr I. – PhD (Pedagogy), Associate Professor, Department of Theoretical Foundations and Management of Physical Culture and Tourism, Institute of Physical Culture, Sports and Tourism, Siberian Federal University (Krasnoyarsk, Russia); e-mail: chikurov71@mail.ru

References

1. Vaigacheva L.V., Kuzina R.H., Ovchinnikov B.V., Rummyantseva A.I., Podolskaya I.V. Physical Fitness In A Foreign Army: The Path To Health And Stability of the Kirov Military Medical Academy of the Ministry of Defense of the Russian Federation, St. Petersburg, 2019.
2. Voronov N.A. Maintenance of motor mode in the life of a person // Conference materials of the GNII "National Development", June 2018. Collection of selected articles. 2018a. P. 103–105.
3. Voronov N.A. Sport as the basis of a healthy lifestyle // Problems of theory and practice of modern science. Collection of scientific articles. Scientific editor T.A. Kolesnikova. Moscow, 2018b. P. 17–20.
4. Voronov N.A. Physical training in the life of a serviceman // Electronic scientific journal "Diary of Science". 2019. No. 6. p. 3–5.
5. Korchagin I.V., Fofanov A.M., Menzhil O.A. Seven principles of physical training of US Army servicemen laid down in the Instruction of the Ground Forces (FM-7-22) // Actual problems of physical and special training of power structures. 2018a. No. 4. P. 68–73. EDN YSZKFV

6. Korchagin I.V., Menzhil O.A., Bombina M.Yu. Formation and development of physical training in universities of the armed forces of the United States of America // Actual problems of the implementation of the educational process in universities and educational organizations of the Ministry of Defense of the Russian Federation: Collection of scientific articles of the interuniversity scientific and practical conference. St. Petersburg: VIFK, 2018b. P. 88–92. EDN: VNBABS
7. Lyamzin E.N. Comparative analysis of models of physical training of cadets in higher educational institutions of foreign armies // Bulletin of adjunct. 2020. No. 4 (10). P. 9. EDN PIRRNK
8. Nikiforov A.V., Polozov A.A. Features of assessing the physical fitness of military personnel in the armies of foreign states. Bagdar Landmark (Kazakhstan), No. 1, January 2018. P. 73.
9. Order of the Minister of Defense of the Russian Federation No. 200 dated April 21, 2009 “On approval of the Manual on Physical Training in the Armed Forces of the Russian Federation”.
10. Bigelman K.A., East W.B., Thomas D.M., Turner D., Hertling M. The new army combat fitness test: An opportunity to improve recruitment and retainment // Obesity (Silver Spring). 2019. Vol. 27 (11). P. 1772–1775.
11. Knapik J.J., East W.B. History of United States army physical fitness and physical readiness testing // US Army Medical Department Journal. 2014. P. 5–19. URL: http://www.cs.amedd.army.mil/amedd_journal.aspx
12. Manual de Educación Física Militar (RC 21-20-11), Comandancia General del Ejército, Caracas, Venezuela, 1961.
13. Normas y procedimientos para la evaluación y calificación de la aptitud física del personal militar profesional de la fuerza armada nacional. Caracas, Dc, 2005. P. 2–13.
14. Shchegolev V.A. Military sports specialist training in armed forces of the NATO leading nations (based on public foreign sources) // Theory and Practice of Physical Culture. 2016. No. 2. P. 61–65.
15. Spoehr T. The looming national security crisis: Young Americans unable to serve in the military // Backgrounder. 2018. No. 3282. P. 1–10. URL: <https://www.heritage.org/sites/default/files/2018-02/bg3282.pdf>
16. Unhealthy and unprepared: National Security depends on promoting healthy lifestyles from an early age. A Report by “Council For a Strong America” (Mission: Readiness). 2018. 10 p. URL: <https://strong-nation.s3.amazonaws.com/documents/484/389765e0-00-49a2>
17. Willing and unable to serve. A Report by “Mission: Readiness. Military Leaders for Kids”. 2009. 12 p. URL: <http://cdn.missionreadiness.org/mr-ready-willing-unable.pdf>