

ԲԱԺԻՆ 1. ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԴԱՍՏԻԱՐԱԿՈՒԹՅԱՆ ԵՎ ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ՊԱՏՐԱՍՏՈՒԹՅԱՆ ՄԱՆԿԱՎԱՐԺԱՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ՀԱՅԵՑԱԿԵՏԵՐԸ

ՀՏԴ 796.012.1

DOI: 10.53068/25792997-2025.1.14-14

ԼԵՈՆԱՅԻՆ ՊԱՏՐԱՍՏՈՒԹՅԱՆ ՆԵՐԴՐՄԱՆ ՀՆԱՐԱՎՈՐՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ
ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅԱՆ ՈՒԺԱՅԻՆ ԿԱՌՈՒՅՑՆԵՐՈՒՄ

Ս.Հ. Դանիելյան, Ն.Խ. Պեպրոսյան
Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի
պետական ինստիտուտ, Երևան, Հայաստան

Առանցքային բառեր: Լեռնային պատրաստություն, հոգեֆիզիկական լարվածություն, ժայռամագլցում, արգելքների հաղթահարման աշտարակ, արհեստական ժայռապատ, ֆիզիկական մարզումներ, ռազմական կրթություն:

Հետազոտության արդիականությունը: Ռազմական գործողությունների ոլորտում հատկապես հատկանշական է տարբեր տեղանքներում գործելու կարողությունը: Դրանցից հատկապես լեռնային պայմանները ներկայացնում են այնպիսի մարտահրավերներ, որոնք պահանջում են մասնագիտացված ուսուցում: Ըստ լեռնային տեղանքի դասակարգման՝ երրորդ, չորրորդ և հինգերորդ կարգերը հաղթահարելու համար պահանջվում են ժայռամագլցման, պարանային աշխատանքի և ալպինիստական գործիքներից օգտվելու հմտություններ[1,2]:

Աշխատանքում ուսումնասիրվել է զինվորական անձնակազմի համար լեռնային պատրաստության նշանակությունը՝ պարզաբանելով դրա նպատակները: Լեռնային շրջանները հաճախ ծառայում են որպես հակամարտությունների կամ ռազմավարական հսկողություն և միջամտություն պահանջող տարածքներ: Ավելին, լեռնային տեղանքը կարող է առավելություններ տալ պաշտպանության կամ ներթափանցման հարցում, ինչը շատ կարևոր է դարձնում զորամասերի համար նման միջավայրերում մարտավարության փորձառությունը: ՀՀ-ի տարածքի 36.4 %-ը լեռներ և բարձրավանդակներ են [5,6,8]: Հայաստանի սահմանների երկարությունը 1 570 կմ է: Արևելյան սահմանի երկարությունը հասնում է 566 կմ-ի, սահմանից այն կողմ Ադրբեջանն ու Արցախն են: Արևմուտքում անցնում է թուրքական սահմանը (311 կմ), ապա՝

Ադրբեջանի անկլավային տարածք Նախիջևանի սահմանը (221 կմ): Տարածքի 76.5%-ը գտնվում է ծովի մակերևույթից 1.000-2.500 մ բարձրության վրա: Լեռնաշղթաները գրավում են մոտ 14000 քառ. կմ կամ երկրի ընդհանուր մակերեսի 47%, բարձրավանդակները կազմում են երկրի մակերեսի ավելի քան մեկ երրորդը կամ շուրջ 11000 քառ.կմ [9,10]:

Լեռնային բարդ պայմաններում մարտիկները կրում են ֆիզիկական և հոգեբանական բարձր լարվածություն, հետևաբար, լեռնային տեղանքում գործելու համար զինվորական ծառայողը պետք է լինի ֆիզիկապես առողջ, ուժեղ, ունենա զարգացած ինտելեկտ, լինի մոտիվացված և հոգեբանորեն կայուն: Շատ երկրներում հատուկ ջոկատայինների հիմնական պատրաստության մեջ մտնում են երկու տասնյակի հասնող պատրաստության ձևեր, որոնց անբաժանելի մասն է լեռնային պատրաստությունը: Արդյունքում՝ ֆիզիկական և հոգեբանական պատրաստվածության տեսանկյունից այդ հատուկ ջոկատայինները համարվում են ողջ աշխարհում իրենց նմանը չունեցող[3,4,7]:

Հետազոտության նպատակն է՝ հիմնավորել լեռնային պատրաստության դրական ազդեցությունն ուժային կառույցներում աշխատողների ընդհանուր պատրաստության բարձրացման

վրա, այդ թվում՝ լեռնային բարդ պայմաններում թիմային աշխատանքի կատարման բարելավումը և ճկուն գործելու կարողությունը:

Հետազոտության խնդիրներն են՝

- տեսական և գործնական պարապմունքների անցկացում,
- լեռնային պատրաստության ազդեցության ուսումնասիրում ՁՈՒ ծառայողների օրգանիզմի վրա:

Հետազոտության մեթոդները և կազմակերպումը: Հետազոտության մեթոդներն են՝ գրական աղբյուրների ուսումնասիրում, վերլուծում և ընդհանրացում, մանկավարժական դիտարկումներ:

Աշխատանքը մեկնարկել է եռակողմ հուշագրի կնքմամբ՝ ՀՖԿՍՊԻ-ի, Լեռնագնացության և սպորտային տուրիզմի ֆեդերացիայի և ՀՀ տարբեր ուժային կառույցների հետ՝ պարտավորվելով իրականացնել հատուկ լեռնային վարժանքներ մի շարք խմբերի հետ: Խմբի անդամների ընտրությունն իրականացվել է ուժային կառույցների հրամանատարական անձնակազմի կողմից: Առաջնորդվելով հստակ ժամանակացույցով՝ 2023 թվականին իրականացվել է 20 տեսական և 30 գործնական պարապմունքներ՝ այդ թվում նաև արշավներ:

Հատկանշականն այն է, որ դասընթացները սկսելուց առաջ հավաքագրված ոչ մի անդամ չի տիրապետել լեռնային պատրաստության, մասնավորապես՝ պարանային աշխատանքի, աէպինիստական սարքավորումների օգտագործման և այլ հմտությունների:

Ուսումնական ծրագիրն իրականացվել է 2023 թվականի հունիս-օգոստոս ամիսներին՝ Վազգեն Սարգսյանի անվան ռազմական համալսարանի սաների և ՊՆ հատուկ ստորաբաժանման N զորամասի համար: Դասընթացում ներառված թեմաներն էին՝

1. լեռնային պայմաններում գործելու առանձնահատկությունները,

2. լեռնային գոտիներում օբյեկտիվ և սուբյեկտիվ վտանգները,

3. անվտանգության կանոններն ու միջազգային փորձը,

4. լեռնային գույքի և հանդերձանքի տեխնիկատակտիկական բնութագրերը,

5. պարանների մանրակրկիտ ուսումնասիրում, պարանների տեսակների, դրանց պահպանման և խնամքի, ինչպես նաև օգտագործման ուսուցում,

6. լեռնային պայմաններում կիրառվող «մասնագիտական հանգույցների ուսուցում»,

7. անվտանգության ապահովման և ինքնաապահովման տեխնիկայի ուսուցում,

8. ժայռամագլցում ՀՖԿՍՊԻ-ի արհեստական ժայռապատի վրա:

Գործնական մարզումներն անցկացվում էին բնական պայմաններում, որը կատարվել է տարբեր եղանակային պայմաններում և օրվա տարբեր ժամերի. նպատակն էր, որպեսզի ուսուցանվողները տիրապետեն ժայռամագլցման տեխնիկային և կարողանան կատարել առաջանդրանքն իրականին հնարավորինս մոտ պայմաններում: Դասընթացի վերջում բոլոր ուսուցանվողները հանձնել են տեսական և գործնական քննություն, որտեղ ուշադրություն է դարձվել կատարած «առաջնային» և «երկրորդային» սխալներին և առաջադրանքի ժամանակին կատարմանը:

Առաջադրանքը համարվել է տապալված.

1. ցանկացած «առաջնային» մեկ կատարած սխալի դեպքում,

2. ցանկացած «երկրորդային», առնվազն՝ երկու կատարած սխալի դեպքում,

3. գործնական առաջադրանքներում գործողությունը ժամանակից ուշ կատարելու դեպքում:



Նկ 1. Արհեստական ժայռապարի վրա պարապմունքների ընթացքը

Հետազոտության արդյունքների վերլուծություն: Ուսումնական շրջանից առաջ և հետո կատարվել է դասընթացի արդյունավետության վերլուծություն: Գործնական պարապմունքների սկզբնական փուլում մասնակիցների գրանցած ցուցանիշները սխալների և ժամանակային առումով եղել է նորմայից ցածր: Դասընթացի ավարտին, համեմատելով քննություն հանձնած մասնակիցների արդյունքները, պատկերը հետևյալն էր.

➤ Բոլոր մասնակիցները բարելավել էին իրենց անձնական ցուցանիշները և անհատական մակարդակում

իրենց ցուցանիշներով համապատասխանում էին նորմային:

➤ Թիմային գործողությունները ևս ունեցել են 35% դրական արդյունքի բարելավում, և քննության նորմատիվներին համապատասխան ցուցանիշների շնորհիվ բոլոր մասնակիցները բարեհաջող հանձնել են քննությունը:

Դասընթացի վերջնական ցուցանիշների վերլուծության և համապատասխան մարմիններին ներկայացման փուլում, մեծ ուշադրության են արժանացել ժայռամագլցում մարտական պայմաններում առաջադրանքի բարձր ցուցանիշները:

Որոշակի գաղտնիությունը թույլ չի տվել հողվածում հրապարակել ուսուցանվողների գրանցած թվային ցուցանիշները:

Եզրակացություն: Լեռնային պատրաստությունն ուսուցանվողների վրա թողել է դրական արդյունք: Դրա վկայությունը դասընթացից առաջ և հետո արձանագրած արդյունքներն են:

Արդյունքում՝ կատարելագործվեց ուսուցանվողների ֆիզիկական պատրաստությունը, ավելացվեց բարդ պայմաններում գործողություն իրականացնելու գիտելիքներն ու հմտությունները: Նրանք սովորեցին վերահսկել իրավիճակը, գործողություններն իրականացնել ավելի վստահ և գրագետ, հաղթահարվեցին վախերը:

Փաստեցինք այն, որ այս խմբերի համար պարապմունքների նմանօրինակ ձևն առավել հետաքրքիր էր, ակտիվությունը շատ բարձր մակարդակի,

որից էլ հետևություն ենք անում, որ կատարված աշխատանքն արդյունավետ է:

Ժայռապատի վրա գործողությունների ցուցանիշների և մասնակիցների մարտական պատրաստության վրա թողած բարձր արդյունավետության հենքի վրա Վազգեն Սարգսյանի անվան ռազմական կրթահամալիրը կառուցեց տարածաշրջանում իր նմանը չունեցող արհեստական ժայռապատ և արգելքների հաղթահարման աշտարակ, որի կառուցման մեջ, որպես գիտնական-մասնագետներ՝ մասնակցություն ունեցանք նաև մենք: Պարապմունքները լիարժեք և արդյունավետ շարունակելու համար, մեր կողմից երկու շաբաթ ամենօրյա գրաֆիկով կազմակերպվել են գործնական պարապմունքներ, որոնց արդյունքում վերապատրաստվել են Վ. Սարգսյանի անվան ռազմական համալսարանի լեռնային հրահանգիչները:

■ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. Դանիելյան Ա.Հ., Վտանգավոր բարձրություն, Ուսումնական ձեռնարկ, Երևան 2014, էջ 9-11:
2. Սարգսյան Է., Լեռնային հրաձիգի ուղեցույց, Երևան 2020, էջ 7-10:
3. Սարգսյան Է.Թ., Մովսիսյան Լ., Ձնահյուսների առաջացման պատճառները և վտանգները, 2022, էջ 5-10:
4. Դանիելյան Ա.Հ., Հակոբյան Գ.Հ., Փրկարարի դասագիրք, Ուսումնական ձեռնարկ, Երևան, 2013, էջ-151-195:

5. Мовсисян С., Подготовка горной пехоты. Практическое пособие. Часть 1» Москва ©, 2022, Глава 3. Горная подготовка. Военный альпинизм.
6. Ардашев А., Базовая подготовка Спецназа. Экстремальное выживание, Учебное пособие; Москва 2015. –С. 27-31.
7. Горелов А.А., Крылов А.И., Профессионально-прикладная физическая подготовка военнослужащих к действию в условиях ограниченной видимости и ночью: Учебное пособие Москва; 2007, ст 38-45.
8. Кавенчук В.М., Военно-прикладной альпинизм, учебное пособие, М, 2005, ст. 36-38.
9. <https://www.president.am/hy/general-information/> [մուտք՝ 17.09.2024]
10. armalp.am-[մուտք՝ 09.10.2024]

THE POSSIBILITIES OF INTRODUCING MOUNTAIN TRAINING IN THE POWER STRUCTURES OF THE REPUBLIC OF ARMENIA

*S. A. Danielyan, N. Kh. Petrosyan
Armenian State Institute of Physical Culture
and Sport, Yerevan, Armenia*

ABSTRACT

Keywords: Mountain training, psychological training, rock climbing, obstacle tower, artificial rock wall, physical training, institutional approach, military education.

Research relevance: The study carried out in Armenia was aimed at assessing the effectiveness of the mountain training program for military personnel. Given the predominantly mountainous terrain of the country, such training is extremely important for ensuring the combat readiness of the army.

Research aim: The purpose of the study is to prove the positive impact of mountain training on improving the overall preparedness of law enforcement authorities, including improving teamwork and the ability to act flexibly in difficult mountain conditions.

Research methods and organization: Study, analysis and generalization of literary sources, pedagogical observations were used for the research.

During the study, a special training program was implemented, including:

- Rock climbing: Developing climbing skills on various types of surfaces.

- Working with ropes: Mastering the technique of using various knots and safety systems.

- Physical fitness: Developing general physical endurance, strength and flexibility necessary to overcome the difficulties of mountain terrain.

Research results analysis: The results of the research showed the following positive effects:

- Significant improvement in the physical fitness of the participants: increased strength, endurance and coordination of movements.

- Mastering the necessary technical skills: successfully mastering the technique of rock climbing, rope handling and other special skills.

- Increasing the level of confidence and psychological stability: developing psychological Resistance to stressful situations, building self-confidence in difficult mountain terrain conditions.

- Improving team interaction: strengthening team spirit and improving the effectiveness of cooperation in the process of overcoming difficulties together.

Conclusion: Mountain training is an integral part of the training of military personnel in Armenia. It allows to increase the combat capability of units operating in mountainous terrain.

The implemented training program has proven its effectiveness. It allowed to achieve significant improvements in the physical fitness, technical skills and psychological stability of the participants.

ВОЗМОЖНОСТИ ВНЕДРЕНИЯ ГОРНОЙ ПОДГОТОВКИ В СИЛОВЫХ СТРУКТУРАХ РЕСПУБЛИКИ АРМЕНИЯ

С.А. Даниелян, Н.Х. Петросян

*Государственный институт физической культуры
и спорта Армении, Ереван, Армения*

Аннотация

Ключевые слова: Горная подготовка, скалолазание, вышка с препятствиями, искусственная каменная стена, физическая подготовка, военное образование.

Актуальность исследования: В условиях горного рельефа Армении, горная подготовка военнослужащих приобретает особую актуальность для обеспечения

обороноспособности страны. Данное исследование направлено на оценку эффективности программы горной подготовки для военнослужащих и обоснование целесообразности её внедрения в силовых структурах РА.

Цель исследования: обосновать положительное влияние горной подготовки на повышение общей подготовленности сотрудников правоохранительных органов, в том числе на улучшение командной работы и способности действовать в сложных горных условиях.

Методы и организация исследования: изучение и анализ литературных источников; педагогические наблюдения; методы математической статистики. Программа тренировок: В ходе исследования была реализована специальная программа тренировок, включающая:

- Скалолазание: развитие навыков лазания по различным типам поверхностей (естественный и искусственный рельеф).
- Работа с веревками: овладение техникой использования различных узлов и систем страховки.
- Физическая подготовка: развитие общей физической выносливости, силы и гибкости, необходимых для преодоления трудностей горного рельефа.

Анализ результатов исследования: В результате внедрения программы горной подготовки отмечены следующие положительные результаты:

- Повышение уровня физической подготовленности: увеличение силовых показателей, выносливости и координации движений.
- Освоение необходимых технических навыков: успешное освоение техники скалолазания, работы с веревками и других специальных навыков.
- Повышение уровня уверенности и психологической устойчивости: развитие психологической устойчивости к стрессовым ситуациям, формирование уверенности в своих силах в сложных условиях горного рельефа.
- Улучшение командного взаимодействия: укрепление командного духа и повышение эффективности взаимодействия в процессе совместного преодоления трудностей.

Краткие выводы:

- Горная подготовка является неотъемлемой частью подготовки военнослужащих в Армении. Она позволяет повысить боеспособность подразделений, действующих в горной местности.

- Реализованная программа подготовки показала свою эффективность. Она позволила достичь значительных улучшений в физической подготовке, технических навыках и психологической устойчивости участников.

Տեղեկություններ հեղինակների մասին

Սուրեն Հակոբի Դանիելյան՝ մ.գ.թ, Աղվան Չատինյանի անվան Սպորտային տուրիզմի և փրկարարական գործի ամբիոնի դոցենտ, Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական ինստիտուտ, Երևան, Հայաստան,

E.mail: suren.danielyan@sportedu.am

Նարեկ Խաչատուրի Պետրոսյան՝ Աղվան Չատինյանի անվան Սպորտային տուրիզմի և փրկարարական գործի ամբիոնի դասախոս, Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական ինստիտուտ, Երևան, Հայաստան,

E.mail: narek.petrosyan@sportedu.am

Information about the autor

Suren Hakob Danielyan, PhD, Assistant Professor, Head of Departament at the Chair of Sports Tourism and Rescue Work after Aghvan Chatinyan, Armenian State Institute of Physical Culture and Sport, Yerevan, Armenia,

E-mail: suren.danielyan@sportedu.am

Narek Khachatur Petrosyan, Lecturer at the Chair of Sports Tourism and Rescue Work after Aghvan Chatinyan , Armenian State Institute at Physical Culture and Sport, Yerevan, Armenia,

E-mail: _narek.petrosyan@sportedu.am

Հոդվածն ընդունվել է 06.02.2025–ին:

Ուղարկվել է գրախոսման՝ 07.02.2025–ին:

Գրախոս՝ մ.գ.դ., պրոֆեսոր Ֆ. Ղազարյան