

УДК. 355.233.22

АНАЛІЗ ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ОФІЦЕРІВ ЗАПАСУ

Андрій ЯВОРСЬКИЙ¹, Олег БУБЕЛА¹, Тарас ЯВОРСЬКИЙ²¹Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського,
м. Львів, Україна, e-mail: sakvoya2.ua@gmail.com²Львівський національний медичний університет імені Данила Галицького,
м. Львів, Україна, e-mail: sakvoya2.ua@gmail.com

Вступ. На сучасному етапі реформування Збройних сил України (ЗСУ) – фізична підготовленість офіцерів запасу є одним із найважливіших завдань. Офіцерський склад ЗСУ поповнюють не лише випускники військових закладів вищої освіти (ВЗВО), а й цивільних закладів вищої освіти. У зв'язку з цим, підвищуються вимоги до навчання майбутніх офіцерів, від яких залежить обороноздатність Збройних сил [2, 3, 4]. Бойові дії, які сьогодні тривають на Сході країни, не тільки не знижують, а навпаки, підвищують вимоги до фізичних можливостей військовослужбовців [1]. Це дає нам підстави стверджувати, що наше дослідження актуальне.

Мета – проаналізувати вплив авторської програми на показники фізичної підготовленості (на прикладі подолання смуги перешкод).

Методи: аналіз, узагальнення даних наукової та методичної літератури; педагогічний експеримент; методи математичної статистики.

Результати. Для визначення показників фізичної підготовленості офіцерів запасу ми протестували їх за військово-прикладними вправами. Однією з таких вправ є загальна контрольна вправа на смугі перешкод, яка характеризує спритність і спеціальну витривалість, координацію, сміливість, рішучість військовослужбовців. Педагогічний експеримент проводили із застосуванням авторської програми для офіцерів, які навчаються на кафедрі підготовки офіцерів запасу (КПОЗ) – ЕГ, та чинної навчальної програми (КГ₁) – офіцери-випускники КПОЗ і (КГ₂) – офіцери-випускники військового закладу вищої освіти (ВЗВО).

Початкове тестування офіцерів, які закінчили КПОЗ, виявили, що тільки 12,5% перевірених можуть виконати норматив із цієї вправи, тоді як серед офіцерів, які закінчили ВЗВО, тільки 7,1% перевірених не виконали норматив на «задовільно».

Аналіз початкових даних із подолання смуги перешкод офіцерами виявив, що показники офіцерів КГ₂ достовірно ліпші, ніж у офіцерів ЕГ ($\Delta X=36,9$ с; $t=8,51$; $p<0,001$) й офіцерів КГ₁ ($\Delta X=41,8$ с; $t=9,78$; $p<0,001$). Проте між показниками офіцерів ЕГ та КГ₁, які закінчили КПОЗ, достовірної різниці не виявлено ($t=0,90$; $p>0,05$) (рис. 1).

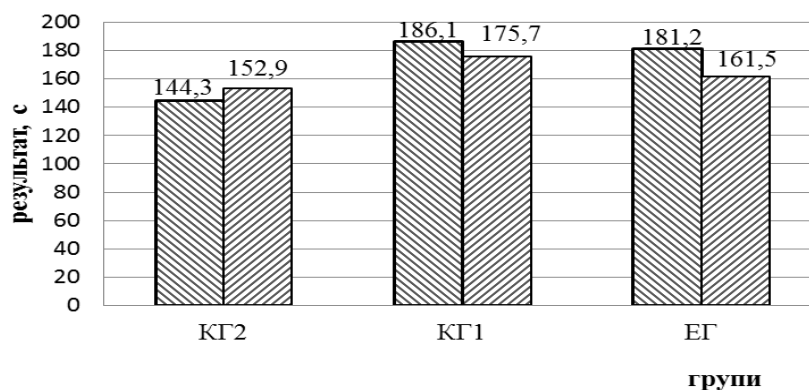


Рис. 1. Показники офіцерів із подолання смуги перешкод упродовж експерименту

($n_{ЕГ}=24$; $n_{КГ1}=26$; $n_{КГ2}=30$), с:

▨ – початок; ▩ – закінчення

Після закінчення формувального експерименту показники усіх груп змінилися. В ЕГ результат офіцерів достовірно поліпшився на 19,7 с ($t=4,29$; $p<0,001$), у КГ₁ результат також поліпшився, але достовірної різниці відносно вихідних даних не виявлено ($\Delta X=10,4$ с; $p>0,05$).

Порівняльний аналіз результатів із подолання смуги перешкод офіцерами наприкінці формувального експерименту встановив, що показники офіцерів КГ₂ залишилися достовірно ліпшими, ніж показники офіцерів КГ₁, на 22,8 с ($t=4,36$; $p<0,001$) та показники офіцерів ЕГ – на 8,6 с ($t=2,23$; $p<0,05$). Водночас середній результат офіцерів КГ₁ достовірно гірший, ніж в офіцерів ЕГ, які займалися за авторською програмою, на 14,2 с ($t=2,92$; $p<0,01$) [5].

Таким чином, доведено, що впровадження авторської програми, зміст якої сформований переважно із вправ прикладного характеру, достовірно позитивно вплинув на вдосконалення прикладних фізичних навичок ($p<0,01$).

Обговорення та висновки. Установлено позитивний вплив авторської програми на вдосконалення прикладних фізичних навичок ($p<0,01$). Прикладний зміст авторської програми дає змогу формувати необхідні навички для якісного виконання професійної діяльності офіцерів та поліпшувати фізичні якості офіцерів запасу.

Ключові слова: показники фізичної підготовленості, смуга перешкод, офіцери запасу.

Список використаних джерел

1. Одеров А. Фізична підготовленість кандидатів до вступу у вищий військовий навчальний заклад / Артур Одеров, Сергій Федак, Максим Кузнецов // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Євгена Приступи. – Львів, 2015. – Вип. 19, т. 2. – С. 188–191.
2. Романчук С. Аналіз фізичної підготовленості офіцерів запасу, призваних на військову службу у Збройні сили України / Сергій Романчук, Андрій Яворський // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Євгена Приступи. – Львів, 2015. – Вип. 19, т. 2. – С. 325–329.
3. Характеристика фізичних навантажень, які переносять військовослужбовці механізованих підрозділів під час польового виходу / Шлямар І. Л., Яворський А. І., Романчук С. В. [та ін.] // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання та спорту. – 2015. – № 9. – С. 57–63.
4. Яворський А. І. Дослідження ефективності авторської програми прикладної фізичної підготовки офіцерів-випускників кафедр підготовки офіцерів запасу [Електронний ресурс] / Андрій Яворський // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2016. – № 2. – С. 72–77. – Режим доступу: <http://dx.doi.org/10.15561/18189172.2016.0211/>.
5. Яворський А. І. Прикладна фізична підготовка офіцерів під час професійної адаптації до служби у Збройних силах України (на прикладі випускників вищих навчальних закладів) : автор. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту : [спец.] 24.00.02 «Фіз. культура, фіз. виховання різних груп населення» / Яворський Андрій Іванович ; Львів. держ. ун-т фіз. культури. – Львів, 2017. – 20 с.