

НАСТУПНІСТЬ ПОКОЛІНЬ У СПРАВІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВИХ

Впродовж всієї історії українського народу фізична підготовка є одним із пріоритетних видів підготовки військовослужбовців, котрій надається велике значення. Різні історичні джерела відзначають фізичні якості українського воїнства, які фігурували першими серед інших: «Бе же Ростислав муж добръ, ратен взрастом же леп и красен» (1066 р.) [1, с.180]; «И бе Феодор телом крепок зело, и язык имея чист, и речь велеречиву, и мудрствование кознено...» (1170 р.) [2, с.239]; «И был он (Данило Галицкий.-Л.В.) отважен и храбр, от головы до ног не было у него изъянов» [3, с.261]; «Бе же Василко лицом красен, очима светел, и грозен паче мери храбр, на ловех вазнив, сердцем легок» (1238 р.) [4, с.219]. Джерела зберегли описання українських козаків як людей, які відзначалися фізичним здоров'ям і молодечтвом. Так, П'єр Шевальє в книзі «Історія війни козаків проти Польщі» писав: «Жителі України, які сьогодні називають всі себе козаками і які з гордістю носять це ім'я, мають хорошу статуру, бадьорі, міцні, швидкі до всякої роботи» [5, с.131]. Аналогічно висловлювався Гійом Боплан в «Описі України»: «Вони (козаки. – Л.В.) високого зросту, акуратні, енергійні (...) відзначаються міцним здоров'ям і навіть не хворіють...» [5, с.131]. Такі приклади легко примножити.

Фізичний розвиток і здатність володіти різними видами зброї та рукопашного бою визначали місце кожного не тільки щодо військової справи, а і в системі соціальної ієрархії. Князь та інші великі феодали формували дружини, в першу чергу, із сильних, міцних, спритних людей. Великий київський князь Володимир для населення засічних міст «...поча нарубати мужи лучшие от словен, а от кривич, и от чюди, и от вятич..., бе бо рать от печенег» [1, с.136]. Слово «лучшие» означає, перш за все, військові якості, що перекликаються з такими повідомленнями Миколаївського літопису: «Собрав мужа ратныа шлемоносца и копейники, мужа исполины телом и доброрасты возрастом» [2, с.88] (1054 р.). Потрапити до дружини князя – це була велика честь, шанс пробитися до служилої аристократії.

Ці традиції не вмерли, і зараз, у наш час, спеціальній фізичній підготовці у вищих навчальних військових закладах, в тому числі і в системі МВС України, як наслідку історичного розвитку минулих поколінь, надається особливе значення і вагомість як одному із основних напрямків професійної підготовки співробітників ОВС, ключовій дисципліні, що викладається в навчальних закладах. Особливістю її є те, що отримані знання при необхідності треба буде застосовувати в будь-яких умовах.

Видатний український історик Д.І. Яворницький в своїй книзі «Історія запорозьких козаків» говорить про те, що для того, щоб потрапити на Запорозьку Січ, треба було пройти п'ять випробувань, одне з яких розуміє виконання спеціальних фізичних вправ [6, с.117]. Пояснюючи п'яту умову, Д.І.Яворницький писав: «Відповідно до п'ятої умови, той, хто надійшов на Січ повинний був спочатку придивитися з військовим порядком, вивчити

прийоми січового лицарства, а вже потім записуватися в число випробуваних товаришів, що могло відбутися не раніше, ніж через 7 років» [6, с.117]. Про те, що молоді хлопці, які прибули на Січ, проходили «проби» у досвідчених козаків писав і І.П.Крип'якевич [9, с.170]. Однак він додавав, що того, хто не підходив для запорозького війська, відправляли із Січі [9, с.170]. Д.І.Яворницький вважав, на основі записок іноземців, що в козаків існував звичай приймати у своє коло тих, хто пропливе на човні всі пороги Дніпра проти плину [6, с.118]. На думку А.Сокура, пам'ять про такі іспити збереглася в прислів'ях і приказках, окремих виразах. Так він указує на вираз «на дикому ослику», що, на його думку, нагадує про ті часи, коли в число запорожців приймали лише тих, хто осідлавши дикого коня особою до хвоста, без сідла і вуздечки, зміг проскакати полем і повернутися неушкодженим [282, с.29]). Отож і сьогодні готовність до участі в заняттях зі спеціальної фізичної підготовки визначається при здачі контрольних нормативів кандидатів на службу в ОВС. Після здачі вступних іспитів курсанти протягом всього терміну навчання вдосконалюють навички у сфері спеціальної фізичної підготовки, регулярно здають заліки, складність яких залежить від періоду навчання.

Після проголошення незалежності України 24 серпня 1991 р. фізичній підготовці військовослужбовців та безпосередньо співробітників ОВС з кожним роком приділяється все більше уваги. Прикладом тому може бути кількість годин, передбачених на обов'язкові заняття з цієї дисципліни. Так, наказом МВС України №147 від 1992 р. «Настановлення по організації професійної підготовки рядового і начальницького складу ОВС України» передбачено 100 обов'язкових навчальних годин на рік, а наступний наказ №759 від 21 жовтня 2000 р., який прийшов останньому на зміну, «Про стан професійної підготовки і безпеки особового складу ОВС України та заходи щодо їх вдосконалення відповідно до завдань Президента України з питань забезпечення належного громадського порядку та протидії злочинності в державі», вже передбачає 200 аналогічних годин, що свідчить про підвищення ролі спеціальної фізичної підготовки у справах підготовки правоохоронців майбутніх поколінь.

Велике значення у вирішенні цієї проблеми має особистий приклад керівництва підрозділу, викладачів цієї дисципліни. Зразком тому може бути перемога Богдана Хмельницького у значному турнірі з кулачного бою, який відбувався у Варшаві в 1626 р. [7, с.682]. Якщо говорити про день сьогоднішній, то прикладом тому може бути рішення деяких справ в Національному університеті внутрішніх справ України, де безпосередньо керує цим напрямком проректор по службі, а створений при університеті спортивний клуб «Олександр» очолює ректор народний депутат України генерал-полковник міліції О.М. Бандурка, віце-президент – перший проректор, котрі сприяють належному рівню професійної підготовки особового складу університету. Вважаємо що викладачі спеціальної фізичної підготовки нашого університету повинні мати особливий багаж знань, на відміну від викладача фізичної підготовки цивільних ВНЗ.

На нашу думку, викладачами спеціальної фізичної підготовки доцільно призначати осіб з закінченою вищою освітою, які мають спортивне звання не нижче «кандидата в майстри спорту» з будь-якого виду єдиноборств або одного з прикладних видів спорту, знають нормативну базу, необхідну для проведення занять з цієї дисципліни, регулярно працюють над удосконаленням своїх навичок, пропагують здоровий спосіб життя як комплекс заходів, що передбачає регулярне заняття фізичною культурою, дотримання санітарно-гігієнічних вимог, які перешкоджають поширенню шкідливих для здоров'я людини звичок, також є бажаним науковий ступінь з фаху, що стосуються фізичної культури та спорту. Викладачі віком до 30 років повинні обов'язково брати участь у змаганнях різного рівня з одного з прикладних видів спорту, результати виступів на яких будуть розглядатися як їх професійна придатність.

Начальник кафедри спеціальної та фізичної підготовки має бути взірцем виконання вищевказаних вимог та подавати особистий приклад всьому особовому складу університету та безпосередньо викладачам спеціальної фізичної підготовки.

При розподілі педагогічного навантаження доцільно враховувати особливості кожного викладача та його конкретні результати в науковій та педагогічній діяльності.

Ми вважаємо, що викладачі, котрі мають почесне звання «заслужений тренер України» з одного з прикладних видів спорту мають бути призначені на посаду доцента і повністю звільнитися від проведення навчальних занять та проводити інструкторсько-методичні заняття з викладачами кафедри, організувати роботу в спортивних секціях зі своєї спеціалізації, готувати збірні команди для виступу на змаганнях різного рівня. Викладацький склад із числа діючих спортсменів, чий спортивні досягнення не менші рівня «майстер спорту», та ті, хто виступає на різних змаганнях за підрозділи МВС України, на період підготовки та проведення змагань повністю звільняються від проведення учбових занять. В інший час проводять заняття та беруть участь в спортивно-масовій роботі ВНЗ нарівні з усіма іншими викладачами. Викладачі, які ще не мають значних результатів в науковій та педагогічній діяльності, виконують основне навантаження при проведенні практичних навчальних занять, контролюють правильність проведення ранкової фіззарядки, беруть більш активну участь, ніж інші викладачі, в організації спортивно-масових заходів. Доктори наук та кандидати наук, професори, доценти, окрім проведення практичних занять в учбових групах, організують і забезпечують наукову роботу кафедр спеціальної та фізичної підготовки, консультують, надають практичну допомогу у вирішенні наукових проблем іншим викладачам кафедри та курсантам.

Для успішного вирішення навчальних завдань керівнику занять необхідно:

– перед заняттям повторити питання, які виносяться на заняття, при необхідності отримати директиви від керівництва з питань, що стосуються заняття;

– своєчасно розпочинати проведення заняття з перевірки особового складу та закінчувати його на 10 – 15 хвилин раніше, в залежності від місця проведення занять, з метою виконання санітарно-гігієнічних процедур;

– пересвідчитися у готовності особового складу до участі в заняттях, з'ясувати стан здоров'я курсантів, що беруть участь в занятті, не допускаючи хворих та інших осіб, що не мають можливості виконувати учбові вправи (осіб, які приймали їжу менше ніж дві години до початку заняття, палили перед заняттям, знаходяться в стані стресової ситуації, не мають спортивної форми одягу тощо);

– нагадати особовому складу про дотримання вимог дисципліни під час проведення заняття, виконання санітарно-гігієнічних вимог;

– подавати особистий приклад (охайний зовнішній вигляд, правильна організація заняття, виконання вимог здорового способу життя);

– інформувати курсантів про особистий життєвий досвід – спортивне звання та досягнення на спортивних аренах, результати наукових досліджень, знання особливостей служби в різних підрозділах МВС;

– навчальний матеріал викладати поступово, при незасвоєнні матеріалу проводити додаткові консультації.

При проведенні ранкової фізичної зарядки акцент повинен робитися на підготовку організму до майбутніх денних навантажень, загальне ранкове навантаження не повинне перевищувати 30% загальнодобового навантаження. Корисно виконувати вправи, які сприяють збагаченню організму киснем, розвитку спритності, гнучкості, швидкості реакції, координації рухів.

З цією метою викладачами кафедри спеціальної та фізичної підготовки розробляється декілька комплексів ранкових фізичних вправ, які використовуються в залежності від місця проведення зарядки, часу року, кількості особового складу, задіяного в цьому заході та вивчаються на заняттях, починаючи з курсу молодого бійця, і проводяться молодшими командирами під керівництвом офіцерів курсової ланки та безпосереднім контролем за правильністю проведення з боку викладачів кафедр спеціальної та фізичної підготовки.

Досягнення бажаних результатів в спеціальній фізичній підготовці можливо при комплексному підході до даної дисципліни, куди входить як регулярні заняття із загальної фізичної підготовки, в тому числі кросової підготовки, вивчення прийомів рукопашного бою, подолання смуги перешкод, виконання спеціальних вправ та звичайно отримання необхідних теоретичних знань як законодавчого характеру (Конституція України, Закон України «Про міліцію», Кримінальний кодекс), так і консультативного характеру (різнобічна наукова література – навчальні посібники, результати наукових досліджень у різних напрямках спортивно-масової роботи, дані медичних досліджень та інше), окремий підхід та аналіз діяльності кафедри, відмінний від аналізу роботи кафедри, де викладаються інші дисципліни.

Історичний досвід засвідчує, що не тільки при підготовці до військової служби, а і в недільні та святкові дні існували певні правила поведінки, які включали до себе різноманітні змагання, учасники котрих вправлялися у виконанні тих або інших фізичних вправ, різних видів єдиноборств. Все це, з метою надання значності цим подіям, проводилось з обов'язковим музи-

чним супроводом. Як засвідчують джерела, на святкуваннях були: «гульба, боротьба и кулачный бой» [8, №1], котрі проводилися за благородними правилами, які забороняли бити лежачого, ставити підніжку та інше. Вищезказані події говорять про те, що фізична підготовка має велике виховне значення, сприяє відволіканню від нерационального використання часу. На наш погляд, за задіяність особового складу навчальних закладів МВС України у спортивно-масовій роботі, організацію та проведення спортивних свят безпосередньо відповідають ті особи, що організують виховний процес. Викладачами кафедр спеціальної та фізичної підготовки надаються необхідні консультації та допомога в межах їх компетенції тим хто безпосередньо проводить спортивні тренування, готує збірні команди. Названі особи повинні не тільки організовувати спортивні заходи, а також подавати особистий приклад особовому складу.

Список літератури: 1. Повесть временных лет / Подгот. текста О.В.Творогова, пер. Д.С.Лихачева // ПЛДР. XI – нач. XII века. М.,1978. 2. Летописный сборник, именуемый Патриаршею или Никоновскою летописью. М, 1965. (ПСРЛ.– 3-е изд.; Т.9, 10). 3. Галицко-Волынская летопись /Подгот. текста, пер. и коммент. О.П.Лихачевой //ПЛДР. XIII век. М.,1981. 4. Новгородская четвертая летопись. Пг.: Тип. Александрова,1915. (ПСРЛ; Т.4, ч.1, вып.1). 5. Мищик Ю.А., Плохий С.М., Стороженко І.С. Як козаки воювали: Іст. розповіді про запоріз. козаків. 2-е вид., випр. і доп. Дніпропетровськ,1991. 6. Яворницький Д.І. Історія запорізьких козаків: У 3 т. Т.1. Львів, 1990. 7. Чернова Е.М. Физическая подготовка украинского казачества времен Освободительной войны 1648 – 1654 гг.// Теория и практика физической культуры. 1955. Т.18, вып.9. 8. Былины и исторические песни из Южной Сибири / Записал: С.И.Гуляев. Новосибирск,1939. 9. Крип'якевич І.П. Історія України. 2-е вид., перероб. і доп. Львів, 1992. 10. Сокур А. Як казали козаки...// Наука і суспільство. 1991. Т 6.

Надійшла до редколегії 01.04.03