

## АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ОРГАНІЗАЦІЇ ТА ПРОВЕДЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ТА СПОРТУ У ЗБРОЙНИХ СИЛАХ УКРАЇНИ ТА ПРАВООХОРОННИХ ОРГАНАХ

*У статті визначено низку проблемних питань стосовно організації та проведення заходів з фізичної підготовки та спорту з військовослужбовцями та правоохоронцями (далі – особовий склад), а також окреслено шляхи їх вирішення. Основні напрямки досліджень були спрямовані на теоретичний аналіз визначених питань, а також практичне впровадження в практику діяльності підрозділів шляхів їх вирішення. Вони охоплюють широке коло питань теоретико-методичних та нормативно-правових основ функціонування системи фізичної підготовки та спорту особового складу.*

**Ключові слова:** фізична підготовка і спорт; особовий склад; військові частини та підрозділи; вищі військові навчальні заклади.

**Постановка проблеми.** Практика бойової та службово-професійної підготовки особового складу у мирний час, а також події бойових дій на сході нашої країни підтверджують необхідність високих вимог до його фізичної підготовленості. Дослідження останніх років фахівців даної галузі дозволяють стверджувати, що розв'язанню проблемних питань даного напрямку приділяється не аби яка увага [1; 2; 3; 4; 5; 6]. Це пояснюється тим, що вимоги бойової та службово-професійної діяльності до фізичного стану особового складу є тим чинником, що утворює їхню систему фізичної підготовки та спорту.

Аналізуючи вимоги керівних документів до процесу організації та проведення фізичної підготовки та спорту з особовим складом, вдалося виявити низку існуючих проблем даного напрямку дослідження, а саме [7; 8; 9; 10; 11; 12; 13; 14]:

– відсутність концепції та програм розвитку фізичної підготовки та спорту у Збройних Силах України та правоохоронних органах;

– невідповідність певних положень керівних документів з фізичної підготовки та спорту особового складу (концептуальних основ, методики, організації та проведення заходів) вимогам сьогодення тощо.

Поряд з цим, на основі аналізу проведення заходів і виконання нормативів фізичних вправ особовим складом, було встановлено, що рівень фізичної підготовленості певного числа особового складу не завжди відповідає вимогам керівних документів [1; 2; 3; 4; 5; 6].

Тому, пошук шляхів вирішення визначених проблем є актуальним питанням сьогодення.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій** дозволив стверджувати, що фахівці та вчені галузі намагаються вирішити існуючі проблеми сфері, а саме:

– обґрунтувати концепцію фізичної підготовки особового складу [4; 15; 16];

– оптимізувати зміст фізичної підготовки (загальні та спеціальні (військово-прикладні) фізичні вправи й їх комплекси для особового складу підрозділів за службово-професійним призначенням [1; 2; 17; 18; 19];

– вдосконалити методичне та інші види забезпечення фізичної підготовки військовослужбовців [3; 4; 5; 6];

– науково обґрунтувати вимоги до рівня фізичної підготовленості особового складу [1; 2; 4; 5; 6; 19] тощо.

**Мета та завдання роботи** полягає у проведенні аналізу функцій організації та проведення процесу фізичної підготовки особового складу за керівними документами, науковими дослідженнями й у підрозділах Збройних Сил України та правоохоронних органів.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Аналіз змісту загальної та спеціальної (військово-прикладної) частин фізичної підготовки особового складу у підрозділах Збройних Сил України та правоохоронних органів [8; 10; 11; 12; 13; 14] показав наступне (табл. 1; рис.1).

Згідно з вимогами керівних документів продемонстровано наявний ресурс щодо можливості використання засобів загальної та спеціальної (військово-прикладної) спрямованості особовим складом. Разом з тим, за наведеними даними не можливо у повній мірі оцінити реальний стан речей у підрозділах за даним напрямком діяльності. Все залежить від змісту програм фізичної підготовки та фактичного здійснення процесу.

Однак, вихідні дані показують, що можна використовувати потужний арсенал гімнастичних та атлетичних вправ. Вони призначені переважно для розвитку сили та силової витривалості м'язів, а також спритності та спеціальних фізичних якостей: стійкості до перевантажень та заколихування. Хоча переважна більшість засобів цього напрямку має загальний вплив, це не означає, що найбільше уваги має приділятися саме їм.

Друга група вправ теж має широкий спектр дії на організм і призначена переважно для розвитку швидкості та витривалості, а також формування та вдосконалення навичок пересування у пішому порядку (здійснення марш-кидків тощо). Проте, вона теж представлена переважно засобами розвитку загальної спрямованості.

Таблиця 1

Зміст фізичної підготовки особового складу за вимогами керівних документів

Види фізичних вправ	Число фізичних вправ для підрозділів (кількість/%)						
	ЗСУ	ПО-1	ПО-2	ПО-3	ПО-4	ПО-5	Разом
Гімнастичні та атлетичні	21 42,9	15 53,6	5 33,3	23 43,4	8 38,1	8 25	80 40,4
Прискорене пересування та легка атлетика	10 20,4	9 23,1	5 33,3	9 17,0	8 38,1	8 25	49 24,7
Подолання перешкод	6 12,2	1 3,57	0 0	3 5,7	0 0	2 6,25	12 6,1
Рукопашний бій	7 14,3	2 7,14	3 20,0	12 22,6	4 19	12 37,5	40 20,2
Прикладне плавання	4 8,2	1 3,57	1 6,7	4 7,5	1 4,8	1 3,13	12 6,1
Лижна підготовка	1 2,0	0 0	1 6,7	2 3,8	0 0	1 3,13	5 2,5
Разом	49 100	28 100	15 100	53 100	21 100	32 1000	198 100

де, ЗСУ – Збройні Сили України, ПО – правоохоронні органи

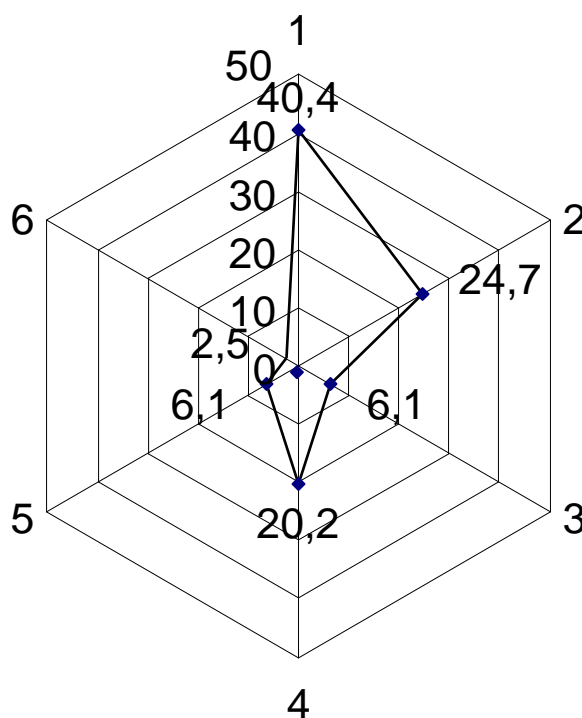


Рис. 1. Процентне співвідношення засобів фізичної підготовки особового складу

Перші дві групи традиційно є найбільш актуальними, оскільки серед них найбільше контрольних вправ. Окрім того, їх поєднання у певних комбінаціях дає можливість створювати ефективні комплексні вправи та комплекси вправ, що спрямовані на вдосконалення рівня загальної фізичної підготовленості для виконання спеціальних вправ.

Засоби переважно військово- або професійно-прикладного (спеціального) спрямування – це рукопашний бій, подолання перешкод, прикладне плавання та лижна підготовка. Разом вони становлять майже 35 % усіх вправ і спрямовані на розвиток стійкості до кисневого голодування та формування і вдосконалення прикладних (спеціальних) навичок та умінь. Ці вправи специфічні, виконуються або швидко та координовано і вимагають високого рівня рухових умінь (рукопашні прийоми та дії) або ж виконуються тривалий час, вимагаючи високого рівня витривалості та інших якостей, особливо психологічних: витримки, самовладання тощо (подолання перешкод, біг у поєднанні з подоланням перешкод, вправи у складі підрозділу тощо).

Таким чином, наявний арсенал фізичних вправ має забезпечити вирішення завдань загальної та спеціальної фізичної підготовки особового складу та досягти її мети – забезпечення його фізичної готовності до бойової та службово-професійної діяльності.

На основі наявних "вихідних даних" подальший аналіз змісту фізичної підготовки доцільно було проводити за різними напрямками, у т.ч. і по розподіленню фізичних вправ за категоріями військовослужбовців, відповідно до вікових груп у визначених формах (навчальні заняття, спорт, тренажі тощо).

Наші дослідження щодо аналізу програм навчальних дисциплін та предметів показали, що застосування засобів потребує певної їхньої систематики та оптимізації. Ряд педагогічних експериментів щодо вивчення питань розподілу засобів та їх застосування на практиці дозволив [6; 15; 16; 17; 18; 19]:

- оптимізувати зміст навчально-методичного забезпечення процесу фізичного виховання у ВВНЗ;
- охарактеризувати систему розвитку рукопашної підготовки військовослужбовців ЗС України та окреслити її перспективи;
- вдосконалити зміст подолання перешкод для особового складу;
- вивчити та оптимізувати фізичну підготовку спеціальних підрозділів і тілоохоронців;
- вивчити, запропонувати та запровадити авторські методики розвитку та вдосконалення фізичних якостей особового складу;
- вдосконалити зміст фізичної підготовки особового складу;
- запропонувати варіанти використання інформаційних технологій для управління навчальною роботою кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту ВВНЗ;
- вивчити та вдосконалити зміст методичної підготовки у системі фізичного вдосконалення у ВВНЗ тощо.

Відповідно до гіпотези дослідження вирішення визначеної актуальної проблеми має поліпшити рівень фізичної підготовленості та спортивної майстерності військовослужбовців, що, у свою чергу, повинно підвищити рівень бойової (службово-професійної) підготовки в цілому.

Пошук шляхів вдосконалення процесу фізичної підготовки та спорту надав можливість організувати та провести низку досліджень, спрямованих на підвищення ефективності даного процесу.

Попереднє вивчення питань, висвітлених у статті, було нами вивчено та викладено у матеріалах наукових конференцій та статтях [5; 15; 16; 17; 18; 19]. Однак, зміст, комплексування, порядок їх виконання та застосування потребує подальших досліджень.

**Висновки.** Викладені дані підтверджують дослідження фахівців про необхідність подальшого вивчення та вдосконалення окреслених питань, у т.ч., і у визначених існуючих та при розробці нових керівних документів. Детальний аналіз змісту фізичної підготовки є запорукою оптимальної організації та проведення заходів фізичного вдосконалення особового складу.

**Перспективами подальших досліджень є:** 1) поглиблене вивчення змісту фізичної підготовки особового складу; 2) удосконалення інших складових функцій організації та проведення процесу фізичної підготовки особового складу.

## Використані джерела

1. Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки військовослужбовців : матеріали всеармійської наук.-метод. конф., 24 лист. 2011 р. / [редкол.: Фіногенов Ю. С. (голова) та ін.]. – К. : НУОУ, 2011. – 180 с.
2. Проблеми та тенденції розвитку рукопашної підготовки військовослужбовців : матеріали Міжвідомч. наук.-метод. семін., 27 січ. 2011 р. / [редкол.: Молоков О. В. (голова) та ін.]. – К. : НУОУ, 2011. – 169 с.
3. Фізична підготовка військовослужбовців в умовах реформування Збройних Сил України: сучасний стан, проблеми та перспективи розвитку : матеріали наук.-метод. конф., 29 лист. 2012 р. / [редкол.: Фіногенов Ю. С. (голова) та ін.]. – К. : НУОУ, 2012. – 227 с.
4. Сучасний стан та перспективи розвитку фізичної підготовки військовослужбовців в системі бойового навчання військ (сил) Збройних Сил та інших силових структур України : матеріали наук.-метод. конф., 28–29 лист. 2013 р. / [редкол.: Фіногенов Ю. С. (голова) та ін.]. – К. : НУОУ 2013. – 251 с.
5. Фізична підготовка особового складу Збройних Сил, інших військових формувань та правоохоронних органів України: сучасність, проблеми та перспективи розвитку : матеріали Міжвідомч. наук.-метод. конф., 26–28 лист. 2014 р. / [редкол.: Фіногенов Ю. С. (голова) та ін.]. Стаття в К. : НУОУ, 2014. – 418 с.
6. Спеціальна спрямованість фізичної підготовки, як складова особистої безпеки військовослужбовців : матеріали. наук.-метод. семінару, 17 березн. 2015 р.) / [редкол.: Петрачков О. В. (голова) та ін.]. – К. : НУОУ, 2015. – 220 с.
7. Настанова з фізичної підготовки у Збройних Силах України (НФП-97) – К. : МО України, 1997. – 150 с.
8. Настанова з фізичної підготовки у Збройних Силах України (НФП-2009). – К. : МО України, 2009. – 233 с.
9. Тимчасова настанова з фізичної підготовки у Збройних Силах України (НФП-2014). – К. : М-во оборони України, 2014. – 156 с.
10. Інструкція з організації та проведення фізичної підготовки з особами рядового та начальницького складу Держспецзв'язку, затверджена наказом Адміністрації Держспецзв'язку № 225 від 5.11.2009.
11. Інструкція з організації фізичної та вогневої підготовки в Службі безпеки України, наказ СБУ від 06.07.2010, № 369.

12. Керівництво з фізичної підготовки у Внутрішніх військах України / С. В. Лещеня, В. Ф. Панченко, О. О. Мальцев, М. В. Осіпчук ; під заг. ред. О. Н. Мальцева, Г. І. Сухоради. – К.: ІВЦ ВВ МВС, 2011. – 186 с.
13. Настава з фізичної підготовки Управління державної охорони України. К. : УДО України, 2011. – 100 с.
14. Положення з організації професійної підготовки осіб рядового і начальницького складу органів внутрішніх справ України, затверджене наказом Міністерства внутрішніх справ України 13.04.2012, № 318.
15. Сухорада Г.І. Нормативно-правові основи функціонування системи фізичної підготовки і спорту у Збройних Силах та правоохоронних органах України. Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) / Г.І. Сухорада, Д.С. Грищенко. – К.: НПУ, 2011. – Випуск 8. – С. 159–168.
16. Сухорада Г.І. Актуальні питання вдосконалення керівних документів з фізичної підготовки та спорту у Збройних Силах, інших військових формуваннях і правоохоронних органах України. / Сухорада Г. І. // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. "Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт)" Зб. наукових праць / За ред. Г. М. Арзютова. – К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2015. – Випуск 3 К 2 (57) 15. – С. 319 – 323.
17. Сухорада Г. І. Фізична підготовка Сухопутних військ у проекті Настави з фізичної підготовки Збройних Сил України 2009 року / Г. І. Сухорада // Науковий часопис Нац. пед. уні-ту ім. М. П. Драгоманова. Серія 5: Педагогічні науки: реалії та перспективи. – К. : НПУ, 2009. – Випуск 14. – С. 226–230.
18. Сухорада Г. І. Аналіз динаміки змін засобів фізичної підготовки в керівних документах у Збройних Силах України / Сухорада Г. І., Фіногенов Ю. С. // Науковий часопис Нац. пед. уні-ту ім. М. П. Драгоманова. Серія 15: "Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)". – К. : НПУ, 2012. – Випуск 17. – С. 111–118.
19. Фіногенов Ю.С. Порівняльний аналіз динаміки основних нормативів фізичної підготовленості курсантів ВВНЗ у Наставах з фізичної підготовки за останні 30 років / Фіногенов Ю. С. [та ін.] // Науковий часопис Нац. пед. уні-ту ім. М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) – Випуск 6. – К. : НПУ, 2010. – С. 314–320.

Sukhorada G.

#### URGENT ISSUES CONCERNING ORGANIZATION AND RUNNING OF PHYSICAL TRAINING AND SPORTS FOR THE STAFF OF THE ARMED FORCES OF UKRAINE AND LAW ENFORCEMENT AGENCIES OF UKRAINE

*A number of problem issues concerning how to organize and run events on physical training and sports activities with participation of servicemen and law enforcers (staff) are determined in the article. Moreover, the ways of solving these issues are framed. On the basis of analysis of command papers of the Armed Forces of Ukraine and law enforcement agencies of Ukraine there were defined the official and professional requirements to a physical state of the staff. Among them are the factors which form the system of physical training and sports of the Armed Forces of Ukraine and law enforcement agencies of Ukraine. Comprehensive research of the contents of components of the theoretical model of system structure allowed the author to set up the requirements to the process of organization and running of physical training and sports for the staff. As a result, having analyzed these requirements, it has become possible to identify a range of actual problems of the research, such as:*

*lack of the conception and programme concerning the development of physical training and sports in the Armed Forces of Ukraine and law enforcement agencies of Ukraine; inconsistency of some principles of command papers on the physical training and sports (conceptual background, methodology, organization and running of events) with modern requirements.*

*Alongside with that, the analysis of running events and achievements of qualifying standards accomplished by the staff has been done. On the basis of existing standards and achieved results it has been revealed, that the level of physical state among some of the staff is sometimes inconsistent with the requirements of command papers. The search for the ways of improvement of physical training and sports process urged the author to organize and hold a range of pedagogical experiments aimed at upgrading the efficiency of this process. The main directions of research are laid upon the theoretical analysis of determined issues, as well as practical implementation of the ways of solution in practice. The framed aspects of improvement occupy a large scope of issues of theoretical and methodological, regulatory and legal principles of the physical training and sports system functioning for the staff of the Armed Forces of Ukraine, other military units and law enforcement agencies of Ukraine.*

**Key words:** *physical training and sports, staff, military units, higher military educational establishments.*

Стаття надійшла до редакції 15.09.2015 р.