

СТРУКТУРА СИСТЕМИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Сивохоп Еріка

Студентка 4 курсу, спеціальність: Середня освіта (Фізична культура)

*Науковий керівник: Товт Валерій,
ДВНЗ «Ужгородський національний університет»*

Мета дослідження. Аналіз програмно-нормативних засад системи фізичної підготовки військовослужбовців ЗСУ та обґрунтування її основних структурних елементів.

Актуальність роботи. Неспровокована агресія росії проти України та небезпека поширення війни на європейські країни вимагає від ЗСУ докладати максимум зусиль для досягнення перемоги над ворогом. Відомо, що складовою боєготовності військовослужбовців на фронті є їх фізична підготовленість. Іноді знання тактики бою, володіння зброєю втрачають сенс через стрес, який може дезорієнтувати бійця в критичних ситуаціях. Тоді важливим фактором боєготовності може стати базова фізична підготовка, яка дозволяє вижити в екстремальних умовах і виконати поставлені перед бійцями задачі.

Огляд фахової літератури. Становлення та розвиток системи фізичної підготовки в ЗСУ військові експерти зазвичай тісно пов'язують з прогресивними змінами у характері ведення бою, технічним оснащенням, штатно-організаційною структурою, способами комплектування військових частин [3]. Окрім того, на розвиток системи фізичної підготовки впливають практика бойової підготовки і наукові досягнення в теорії та методиці фізичного виховання. Також фахівці військової науки погоджуються з тим, що боєготовність військових підрозділів напряму залежить від рівня фізичної підготовленості та здоров'я особового складу [1,4]. В спеціальній літературі вказується, що науково обґрунтована система фізичної підготовки військовослужбовців ЗСУ і її основних структурних елементів, дає можливість істотно покращити показники боєготовності [5,6]. Це дозволяє військовослужбовцям під час бою досягати поставлених цілей з найменшими

втратами. Основні напрями подальшого розвитку та вдосконалення системи фізичної підготовки військовослужбовців на коротку та середньострокову перспективу були окреслені Концепцією розвитку фізичної підготовки і спорту в системі Міністерства оборони України. Вказані в Концепції напрями розроблені на основі аналізу нормативно-правових актів та програмних документів у сфері фізичної культури і спорту загалом, та військово-патріотичному вихованні зокрема. [2].

Методи дослідження. В процесі дослідження використовувались такі методи: аналіз та узагальнення програмно-нормативних документів та спеціальної літератури; опитування фахівців та військовослужбовців; експертна оцінка.

Результати дослідження. Проведений моніторинг функціонування системи фізичної підготовки військовослужбовців в умовах особливого періоду дав можливість оцінити її реальний вклад в бойову підготовку. Результати моніторингу дозволили встановити зворотній зв'язок та провести корекцію тренувального процесу. За гіпотезою дослідження своєчасна корекція основних елементів системи надає можливість оптимізувати умови, необхідні для досягнення мети та завдань фізичної підготовки. Мета і завдання надають системі фізичної підготовки цілісності і конкретної спрямованості на очікуваний результат, зокрема через можливість обґрунтування її основних вимог. Таким чином, в процесі досліджень нами обґрунтовані вимоги до системи фізичної підготовки військовослужбовців, а саме: сприяти покращенню показників бойової підготовки військ засобами фізичної підготовки; враховувати специфічні особливості організації фізичної підготовки, як відносно самостійної частини бойової підготовки; використовувати елементи вогневої, технічної, тактичної і стрийової підготовки військовослужбовців при проведенні занять з фізичної підготовки; забезпечувати загальні та специфічні вимоги до фізичної підготовленості військовослужбовців різних видів ЗСУ та родів військ; формувати та

підтримувати на необхідному рівні фізичну готовність військовослужбовців; виховувати морально-вольові якості та психоемоційну стійкість до стресів.

Вимоги до системи фізичної підготовки визначаються її метою, якою є забезпечення фізичної готовності військовослужбовців ЗСУ до бойової діяльності, оволодіння зброєю та бойовою технікою, їх ефективного використання, до перенесення фізичних навантажень і нервово-психічних напружень в екстремальних ситуаціях, а також сприяння вирішенню загальних завдань навчано-вихованого процесу. У такому формулюванні органічно поєднані специфічні і неспецифічні функції фізичної підготовки, як складової бойової підготовки військовослужбовців. Мета фізичної підготовки конкретизується у завданнях. При цьому кожне завдання містить у собі відповідну частину цільової установки на вдосконалення одного з елементів фізичної підготовки, наприклад, формування рухливих навичок, виховання вольових якостей, вдосконалення значущих фізичних якостей тощо.

Було доведено, що процес вдосконалення фізичної підготовленості військовослужбовців включає чотири відносно самостійні складові елементи: навчання, розвиток, виховання, злагодження колективних (групових) дій.

Таким чином, навчання військовослужбовців першочергово направлене на формування теоретичних знань з основ фізичної підготовки. Розвиток сприяє удосконаленню фізичних кондицій військовослужбовців. Виховання забезпечує формування морально-вольових і психологічних якостей. Злагодження колективної роботи, яке відбувається під час виконання спеціальних групових вправ, сприяє налагодженню взаємозв'язків між військовослужбовцями, покращує узгодженість дій військових підрозділів, тощо.

Висновки. Вдосконалення системи фізичної підготовки в ЗСУ пов'язане з прогресивними змінами у характері ведення бою, технічним оснащенням, штатно-організаційною структурою, способами комплектування військових частин. Боєготовність військових підрозділів напряму залежить від рівня фізичної підготовленості та здоров'я особового складу. Доведено, що процес вдосконалення фізичної підготовленості військовослужбовців включає чотири

відносно самостійні складові елементи: навчання, розвиток, виховання, злагодження колективних (групових) дій. Вивчення впливу структурних елементів системи фізичної підготовки на боєготовність військовослужбовців ЗСУ є перспективним напрямом подальших досліджень.

Література:

1. Інструкція з фізичної підготовки в системі Міністерства оборони України, затверджена Наказ Міністерства оборони України від 05 серпня 2021 року N 225.
2. Концепція розвитку фізичної підготовки і спорту в системі Міністерства оборони України, затверджена наказом Міністерства оборони України від 28.12.2022 за № 452.
3. Настанова з фізичної підготовки у Збройних Силах України (НФП-09), затверджена наказом МО України № 865 від 30.12.2009 р. - 231 с.
4. Теорія і методика фізичного виховання / Методика фізичного виховання різних груп населення: підручник для студентів вищих навчальних закладів фізичної культури і спорту // Під ред. Т.Ю. Круцевич. К.: НУФВСУ «Олімпійська література», 2008. –Т-2. С. 155 -319.
5. Тимчик М. Єдність військово-патріотичного і фізичного виховання учнівської та студентської молоді / М. Тимчик, Т. Скирда, А. Линник : Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. 2023. (2(160)). С. 162-165.
DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.02\(160\).34](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.02(160).34)
6. Товт В.А. Теорія і методика фізичного виховання дорослого населення та фізичної підготовки у Збройних Силах України : Навчальний посібник / В.А. Товт, О.А. Дуло, І.І. Маріонда. – Ужгород: ПП "Графіка", 2010. – 76 с.