
УДК 378.016:351.746.1

Олег Володимирович ФІГУРА,
*кандидат педагогічних наук, доцент, начальник кафедри
особистої безпеки факультету охорони та захисту державного
кордону Національної академії Державної прикордонної служби
України імені Богдана Хмельницького, м. Хмельницький*

ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ЯК НЕОБХІДНИЙ ЕЛЕМЕНТ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ОФІЦЕРА ДЕРЖАВНОЇ ПРИКОРДОННОЇ СЛУЖБИ УКРАЇНИ

Статтю присвячено уточненню поняття “фізична підготовленість” як необхідного елемента професійної готовності офіцерів ДПСУ.

Ключові слова: *фізична підготовленість, професійна готовність.*

Постановка проблеми у загальному вигляді. Фізичне виховання, фізична підготовка є одними з найпоширеніших засобів розвитку трудової й фізичної активності людини, що дає можливість адаптуватися до змінного соціального середовища. Фізична підготовка як педагогічний процес – це діяльність, спрямована на вирішення проблем навчання й виховання за допомогою системи фізичних вправ. Головними завданнями фізичної підготовки фахівців є зміцнення здоров'я, поліпшення фізичного розвитку, набуття рухової активності і спеціальних знань з фізичної підготовки, формування особистості загалом.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано вирішення даної проблеми та на які опирається автор. Категорія готовності у психолого-педагогічних наукових розробках з'явилася

© *Фігура О. В.*

відносно давно і пов'язана з науковим доробком, насамперед, К. Дуррай-Новакової, О. Мороза, Ф. Тугуза. У класичних психолого-педагогічних теоріях готовність розглядається досить різноаспектно: як певного роду здатність (С. Рубінштейн); як тимчасовий ситуативний стан людини (А. Пуні, П. Рудик); як складна інтегративна якість особистості (К. Платонов, В. Ширинський); як стан, властивість чи ставлення людини (М. Левітов, А. Веденов, Г. Кравцов, С. Сінкевич).

При цьому вчені С. Кубіцький, А. Межуєв, О. Ярещенко та ін. виділяють різні види готовності людини до діяльності: психологічну, морально-психологічну, професійну, професійно-педагогічну, особистісного самовизначення, особистісну тощо.

Мета статті – уточнення поняття “фізична підготовленість” як елемента загальної професійної готовності фахівців.

Виклад основного матеріалу дослідження. У науковій літературі досліджуються питання мобілізаційної готовності у спортивно-оздоровчій діяльності (Ф. Генев); морально-психологічної готовності до діяльності в різноманітних екстремальних ситуаціях (І. Павловський); готовності як об'єкта оцінювання (С. Кубіцький та ін). Науковці наголошують на тому, що готовність до професійної діяльності формується за допомогою акумуляційних процесів у контексті досягнення життєвого досвіду і виявляється у вигляді установок, мотивів діяльності, знань про предмет діяльності, умінь і навичок реалізувати професійні знання, професійної самосвідомості тощо.

Так, М. Дяченко визначає готовність як активність особистості у процесі професійної підготовки до різних видів діяльності. За умови доцільного планування й моделювання майбутньої професійної діяльності готовність продовжує формуватися й реалізується у відповідній майбутній професійній діяльності [1].

Професійна підготовка як об'єкт наукового дослідження представлена у наукових працях педагогів, психологів, соціологів С. Вітвицька [2], О. Дубасенюк [3], І. Калініна [4], С. Сисоєва [5] та ін. Основою для категорійного аналізу поняття професійної готовності став професіографічний підхід, який розвивається разом із появою нових праць у галузі професійної педагогіки.

Готовність у контексті діяльності системи вищої освіти безпосередньо пов'язана з категорією професійної готовності як наукова категорія, що настає за умов ефективної організації всієї системи професійної освіти. У словниково-довідниковій літературі готовність до професійної діяльності окреслюється як психічний стан, передстартова активізація людини, яка вміщує усвідомлення людиною своїх цілей, оцінювання наявних умов, визначення найбільш імовірних способів діяльності.

У загальному відношенні готовність до професійної діяльності майбутнього фахівця включає: позитивне ставлення до професійної діяльності; відповідні до вимог професійної діяльності особистісні характеристики, здібності, мотивацію; професійно важливі особливості сприйняття, уваги, мислення, емоційно-вольових процесів; необхідні для професійної діяльності знання, уміння й навички [6].

На нашу думку, професійна готовність майбутнього фахівця – це показник сформованості його спеціальних знань, умінь і навичок, які разом із сукупністю сформованих особистісних якостей дають можливість ефективно здійснювати професійну діяльність у сучасних умовах.

Розглядаючи фізичну підготовленість як елемент загальної професійної готовності, на загальнотеоретичному рівні ми аналізуємо також категорії “фізична культура” та “фізична підготовка” як просторове поле для реалізації завдань фізичної підготовки майбутніх військових фахівців та “здоровий спосіб життя” – як поняття, що окреслює індивідуалізоване уявлення кожного майбутнього фахівця про можливості використання фізичної культури в самоусвідомленому ставленні до життя під час професійного становлення й професійної самореалізації. Аналізуючи вказані категорії, ми окреслюємо фізичну підготовку як педагогічно спрямований процес забезпечення високого рівня сформованості фізичної підготовленості майбутнього офіцера до військово-професійної діяльності.

У свою чергу, фізична культура тлумачиться нами як частина загальної людської культури, що забезпечує загальний розвиток особистості на основі розвитку фізичної рухової активності й формування комплексу фізичних якостей.

Здоровий спосіб життя натомість може визначатися як засіб і результат формування фізичної підготовленості майбутніх офіцерів у військово-професійній підготовці. Тому у структурі фізичної підготовленості поняття здорового способу життя може долучатися до змісту фактично всіх її компонентів: особистісно-мотиваційного, змістово-діяльнісного й оцінно-рефлексивного.

Науковий аналіз поняття фізичної підготовленості обґрунтований в останнє десятиліття зацікавленістю військових педагогів і психологів у вивченні придатності до військової служби, готовності до бойових дій, спортивної форми офіцерів, мобілізаційної готовності до військово-спортивної діяльності, готовності до праці тощо. З іншого боку, фахівці в галузі фізкультури і спорту як галузі наукового знання звернули увагу на вивчення категорій “фізичні якості”, “фізичні здібності”, “фізична підготовленість”, “фізична працездатність”, “фізична культура особистості” і т. д. На межі вказаних досліджень і знайшло своє місце вивчення поняття фізичної підготовленості у різних видах професійної діяльності, у тому числі й у військово-професійній. Це поняття з часом стало вводитися в нормативно-правові документи й закріпилося в науково-методичній літературі з проблем формування професійної готовності й фізичної підготовленості.

Поняття “фізична підготовленість” має стійкі функціональні зв’язки з іншими, а саме з поняттям:

здорового способу життя – як інструмент його формування у процесі військово-професійної підготовки офіцера;

працездатності – як підґрунтя стійкості й високого рівня розвитку працездатності майбутнього військового фахівця на основі сформованого рівня фізичної підготовленості;

“ситуація успіху” – як засіб її створення у процесі занять фізичною підготовкою у вищому військовому навчальному закладі (ВВНЗ);

професійної готовності – як його компонент.

Похідною від категорії “фізична підготовленість” ми визначили категорію “фізична підготовленість майбутнього офіцера”, яку розглядаємо як професійно-особистісне новоутворення майбутнього військового фахівця, що формується у процесі військово-професійної підготовки.

Загальні структурно-функціональні складові фізичної підготовки майбутніх офіцерів можуть бути подані в єдності розвитку фізичних якостей (сили, витривалості, швидкості, спритності), валеологічної культури особистості, орієнтації майбутніх військових фахівців на здоровий спосіб життя, а також здатності протистояти шкідливим звичкам.

Процес формування фізичної підготовленості майбутніх офіцерів має значний виховний потенціал, що дозволяє говорити про виховну складову структури фізичної підготовленості майбутнього фахівця. У такому разі фізична підготовленість постає не лише загальним соціальним феноменом, але й особистісною характеристикою.

Виховне значення процесу формування фізичної підготовленості в умовах ВВНЗ покладається на відому тріаду “духовне багатство” – “моральна сформованість” – “фізична досконалість” як атрибутів гармонійно розвиненої й суспільно активної особистості фахівця [7, с. 27]. При цьому фізична підготовленість фахівця характеризується з двох сторін:

суспільної (сформовані фізичні якості як суспільна цінність);

особистісної (фізична підготовленість офіцера як підґрунтя для успішної військової кар’єри, особистісного зростання, саморозвитку й самоменеджменту).

Фізична підготовленість розглядається нами як компонент загальної структури професійної готовності і може бути проаналізована на трьох основних етапах навчально-виховного процесу у ВВНЗ, а саме:

на початковому етапі навчання (1 курс) – оволодіння курсантами професійними вміннями й навичками шляхом випереджувального розвитку фізичних якостей і рухових навичок, що стануть професійно важливими у військово-професійній діяльності офіцера;

на етапі закріплення військово-професійних навичок і вмінь (2–3 курси) – створення умов для здійснення навчальної діяльності при оптимальному фізичному навантаженні; фізична підготовка при цьому сприяє забезпеченню психофізіологічного підґрунтя військово-професійної працездатності; велике значення при цьому має створення ситуації успіху в процесі фізичної підготовки;

на етапі вдосконалення професійної майстерності (4–5 курси) відбувається остаточне формування фізичної підготовленості майбутніх офіцерів до військово-професійної діяльності в реальних умовах та вихід на процеси “самості” у розвитку свого ставлення до фізичної культури особистості: самоусвідомлення, саморозвиток, самовиховання тощо.

Виходячи з мети нашого дослідження, вважаємо за доцільне введення до категорійного апарату понять “працездатність” та “ситуація успіху”.

Проблема працездатності майбутнього офіцера розглядається нами з тієї точки зору, що і рівень фізичної культури, і формування здорового способу життя як бажаних прогностичних результатів фізичної підготовки майбутнього офіцера забезпечують йому достатню працездатність як вимір обсягу, наповнення реалізації військово-професійних обов’язків під час військово-професійної діяльності. Крім цього, категорія працездатності тісно пов’язана з рівнем сформованості здорового способу життя; рівень працездатності цілком залежить від розвиненості в майбутнього офіцера фізичного й соціального здоров’я, психічного й емоційного здоров’я, а також здорового оточуючого середовища.

Поняття працездатності у вітчизняних нормативно-правових документах тлумачиться як здатність людини виконувати певну роботу, яка визначається рівнем її фізичних і психофізіологічних можливостей, а також станом здоров’я й професійною підготовкою. В. Кальниш вважає, що працездатність – це поєднання можливостей людини, наділеної спеціальними знаннями, навичками, якостями (у тому числі й фізичними), здійснювати цілеспрямовані дії, формувати процеси розумової діяльності [8].

Як бачимо, у самому визначенні закладено взаємозумовлюючі зв’язки між працездатністю й фізичною підготовленістю. Важливим вважаємо також те, що у визначенні цього терміна закладено поняття професійної підготовки, що спрямовує проблему працездатності в русло професійної педагогіки й формування професійної готовності. В. Кальниш пропонує власне визначення працездатності як мак-

симального вияву функціональних можливостей організму людини, який формується під впливом комплексу системотворчих чинників (професійно важливих якостей, здоров'я, віку, функціонального стану та ін.), взаємодія компонентів яких спрямована на досягнення корисного результату діяльності при компромісній збалансованості дії цих компонентів [8, с. 19].

Проблема працездатності тісно пов'язана з віковими й індивідуально-психологічними характеристиками особистості; зауважимо, що фізична підготовленість також детермінується вказаними характеристиками. Тому фізична підготовленість і працездатність мають переважно прямий кореляційний зв'язок, особливо якщо йдеться про військово-професійну діяльність. З іншого боку, з рівнем працездатності пов'язують поняття витривалості, втомлюваності, рухової активності тощо. Так, недостатня рухова активність спричинює негативні зміни у функціональних здатностях організму; з гіпокінезією пов'язують відхилення в стані серцево-судинної системи, гармонійних нервових процесах і т. д. Науковці зазначають, що оптимальні фізичні навантаження під час занять з фізичної підготовки сприяють збільшенню резервів організму людини, а тому зростає її професійна працездатність [9].

Отже, виходячи з вищевикладеного, ми визначаємо фізичну працездатність майбутнього фахівця як стан його потенційної готовності до здійснення професійної діяльності, що формується під впливом системотворчих чинників – стану здоров'я, сформованості фізичної підготовленості, спрямованості на професійну діяльність тощо.

Висновок. У процесі дослідження було доведено, що фізична підготовленість тісно пов'язана з іншими поняттями: фізичною культурою (частина загальнолюдської культури, сукупність досягнень людського суспільства в створенні й раціональному використанні спеціальних засобів, форм і методів фізичного вдосконалення особистості), фізичним вихованням (педагогічно організований процес розвитку фізичних якостей особистості), фізичним розвитком (процес зміни природних морфологічних властивостей людського організму), руховою активністю (природна або ж спеціально

організована рухова діяльність людини), а також функціонально-фізичною підготовленістю (результат фізичної підготовки, досягнутий за умови застосування спеціально організованого процесу розвитку фізичних якостей).

Здійснений нами аналіз досліджуваної проблеми дає можливість уточнити зміст формування фізичної підготовленості майбутнього фахівця. Отже, це комплексний, системний, поетапний, детермінований певними педагогічними умовами процес розвитку його фізичних знань, умінь, навичок та особистісних якостей, які за своєю спрямованістю мають завершений характер.

Перспективами подальших розвідок за обраним напрямом є уточнення мотиваційних підходів до оптимізації навчально-виховного процесу у вищому військовому навчальному закладі у контексті фізичної підготовки майбутніх фахівців.

Список використаної літератури

1. Дьяченко М. И. Психологические проблемы готовности к деятельности / М. И. Дьяченко, Л. А. Кандыбович. – Мн. : Изд-во БГУ, 1976. – 176 с.
2. Вітвицька С. С. Практикум з педагогіки вищої школи : навчальний посібник за модульно-рейтинговою системою навчання для студентів магістратури / С. С. Вітвицька. – К. : Центр навчальної літератури, 2005. – 396 с.
3. Дубасенюк О. А. Теорія і практика професійної виховної діяльності педагога : [монографія] / О. А. Дубасенюк. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. Івана Франка, 2005. – 367 с.
4. Калинина И. А. Психологическая готовность студентов к профессиональной деятельности и ее взаимосвязь с успешностью обучения (на примере экономического вуза) : автореф. дисс. на соискание ученой степени канд. психол. наук : спец. 19.00.07 “Педагогическая психология” / И. А. Калинина. – Москва, 2007. – 24 с.
5. Сисоева С. О. Педагогічна творчість : [монографія] / С. О. Сисоева. – К. : Книжкове видавн. “Каравела”, 1998. – 150 с.
6. Сінкевич С. В. Формування ціннісного ставлення курсантів вищих військових закладів освіти до вивчення іноземної мови : дис. ... канд. пед. наук : 20.02.02 / Сінкевич Сергій Валентинович. – Хмельницький, 2002. – 190 с.

7. Карпов В. Ю. Социально-личностное воспитание студентов в процессе физкультурно-спортивной деятельности : учебное пособие / В. Ю. Карпов, В. А. Щеголев, Ю. Н. Щедрин. – Санкт-Петербург : ИТМО, 2006. – 250 с.

8. Кальниш В. В. К вопросу об определении понятий работоспособность и трудоспособность / В. В. Кальниш // Український журнал з проблем медицини праці. – 2009. – № 1(17). – С. 13–23.

9. Шайхуллин Т. Д. Методика комплексного применения средств физической подготовки для повышения уровня работоспособности летчиков-инструкторов армейской авиации / Т. Д. Шайхуллин // Ученые записки. – 2009. – № 6(52). – С. 93–98.

Рецензент – кандидат психологічних наук, доцент Журавльов В. В.

Стаття надійшла до редакції 14.10.2015

Фигура О. В. Физическая подготовленность как необходимый элемент профессиональной подготовки офицера Государственной пограничной службы Украины

Статья посвящена уточнению понятия “физическая подготовленность” как необходимого элемента профессиональной готовности офицеров.

Ключевые слова: *физическая подготовленность, профессиональная готовность.*

Fihura O. V. Physical Fitness as a Necessary Element of the SBGSU Officer's Professional Training

The aim of the article is to clarify the notion of “physical fitness” as an element of the specialists’ general professional readiness.

The notion of professional readiness of a future border guard officer has been defined as an indicator of formation of his special knowledge and skills which together with a set of formed personal qualities make it possible to effectively carry out military and professional activities under modern conditions.

The article reveals the category of “physical fitness of a future officer” which is regarded as professional and personal growth of the future military specialist which is formed in the process of military training.

General structural and functional components of physical training of the future officers are proposed in the unity of physical qualities (strength, endurance, speed, agility), valeological culture of an individual, orientation of the future military experts towards healthy style of life and ability to withstand harmful habits.

Physical fitness is regarded as a part of the overall structure of professional readiness and can be analyzed at three main stages of the educational process, namely:

initial phase of training (1st year cadets) foresees that the cadets will master professional abilities and skills through the outrunning development of physical habits and movement skills that would become important in the professional military career of the officer;

consolidation stage of military and professional skills and habits (2-3d year cadets) foresees the creation of conditions for educational activity at the optimal physical load; physical training herewith contributes to psycho-physiological basis provision for military and professional working capacity; whereupon creation of situations of success in the process of physical training is of great importance;

stage of improvement of professional skills (4-5th year cadets) foresees final formation of the future officers' physical fitness to their military and professional activities under real conditions and access to the processes of "self" concerning their attitude towards the development of physical culture of an individual: self-awareness, self-development, self-education, etc.

Keywords: *physical fitness, professional readiness.*