

АДАПТАЦІЯ ПРИЗВАНИХ
ДО ВІЙСЬКОВО-ПРОФЕСІЙНОЇ
ДІЯЛЬНОСТІ ОФІЦЕРІВ



*Романчук Сергій¹, Яворський Андрій²,
Яворський Тарас³, Лесько Орест¹, Бобко Юрій¹*

Національна академія сухопутних військ
імені гетьмана Петра Сагайдачного¹

Львівський державний університет фізичної культури
імені І. Боберського²

Львівський національний медичний університет імені Д. Галицького³

Аннотація

В статті розглядаються механізми адаптації офіцерів, що виникають в процесі військово-професійної діяльності. Метою дослідження є встановлення значимості особистих умінь в структурі адаптації офіцерів до професійної діяльності. В дослідженні проводився опитування 27 офіцерів для встановлення значимості фізичної підготовки в системі адаптації офіцерів, що закінчили кафедру підготовки офіцерів запасу (КПОЗ) і 29 керівників фізичної підготовки і спорту військових частин.

Результати дослідження свідчать про те, що обобщене вміння складають систему особистої тренувальної і її адаптацію до умов нової ситуації і фізичного стану являється ознакою адаптованості офіцерів. Це вміння спрямоване на рішення конкретних завдань і подолання труднощів, що виникають в процесі військово-професійної діяльності.

Ключові слова: офіцер, адаптація, професійна діяльність, вміння, фізична підготовка.

Annotation

The article describes the mechanisms of the officers' adaptation that arise up in the process of military and professional activity. A research aim is to determine the significance of the personal skills in the structure of the officers' adaptation to professional activity. A poll of 27 officers was conducted in the research to determine the significance of physical training in the system of officers' adaptation who graduated from the department of reserve officers' preparation and 29 heads of physical training and sports of army units.

Research results show that a generalized skill to form personal training system and its adaptation to the conditions of the new situation and physical condition is an indication of the officers' adaptability. This skill is aimed at solving specific tasks and overcoming the difficulties that arise up in the process of military and professional activity.

Keywords: officer, adaptation, professional activity, skills, physical training.

Постановка проблеми та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями дослідження. За рішенням Президента України – Верховного Головнокомандувача Збройних Сил України у 2017 році на військову службу будуть призиватися офіцери, які навчалися за програмою підготовки офіцерів запасу.

Більшість визначеної категорії військовослужбовців не має досвіду навчання у військових навчальних закладах, строювої та служби за контрактом. Тому виникає проблема швидкої та якісної їх адаптації до умов військової служби.

Проблеми оптимізації процесу адаптації офіцерів, які закінчили кафедру підготовки офіцерів запасу (КПОЗ), до системи військових відносин є надзвичайно важливими. Вони вимагають наукового підходу до вирішення питань прискорення та активізації процесу адаптації офіцерів до нового для них способу життя і діяльності, оскільки складний і багатогранний процес входження у нову педагогічну систему детермінує залучення соціальних, біологічних резервів ще не до кінця



оформленого організму.

Дослідження проведено у відповідності до плану наукової і науково-технічної діяльності Міністерства оборони України в межах теми «Обґрунтування способів виживання військовослужбовців в екстремальних умовах», шифр «Вживання».

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблеми адаптації людини все частіше привертають увагу фахівців різних наук [1, 2, 3, 4]. Це пояснюється тим, що адаптація людини пов'язана з широким спектром соціальних, біологічних, психологічних, економічних закономірностей, які є не тільки в матеріальній, але й у духовній діяльності людини. Зокрема, у медичних науках поняття «здоров'я» трактується як здатність організму адаптуватися до умов зовнішнього середовища, а «хвороба» – як результат «зриву» адаптації [1, 5].

Адаптаційні реакції та закономірності формування адаптації до різних чинників найчастіше вивчаються в екстремальних умовах, що вимагають повної мобілізації функціональних резервів організму [4].

У своїх працях фахівці [6, 7, 3, 8, 9, 10] стверджують, що військовослужбовці працюють в умовах впливу несприятливих чинників таких, як: нервово-емоційне напруження, зміна добового біоритму, вестибулярне подразнення, несприятливий температурний режим, забрудненість повітря, що вимагають мобілізації резервів організму для збереження рівня професійної працездатності.

Учені В.М. Афонін, Л.М. Кізло, О.І. Попович та ін., (2010); О.М. Кокур, (2004), І.Л. Шлямар (2015) вважають, що професійна діяльність військовослужбовців супроводжується значними фізичними навантаженнями, до яких необхідно формувати готовність організму як до негативних чинників оточуючого середовища, а високий рівень фізичної

підготовленості сприяє прискоренню адаптації до негативних чинників [2, 4, 11, 12].

Незважаючи на значну кількість досліджень, що присвячені проблемі адаптації військовослужбовців до умов професійної діяльності, проведений аналіз свідчить, що проблема адаптації офіцерів-випускників до фізичних навантажень під час служби у ЗСУ розкрита недостатньо [6, 7, 3, 9, 13].

Таким чином, сьогодні актуально залишається проблема якісної підготовки військовослужбовців відповідно до сучасного рівня розвитку військової техніки, тактики, що вимагає від них не тільки високого рівня професійної підготовленості, але й максимально ефективного розвитку фізичних і психологічних якостей, оптимальних показників функціонального та фізичного станів, які забезпечують дотримання високого рівня професійної працездатності в умовах низької рухової активності в мирний час і у стресових ситуаціях в умовах бойових подій.

Мета дослідження – встановити значущість особистих умінь офіцерів в структурі їх адаптації до професійної діяльності.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення літератури та наукових досліджень, спостереження (опитування) та методи математичної статистики.

Основний матеріал дослідження. Адаптація до військово-професійної діяльності у військових частинах обумовлюється синхронним впливом цілого комплексу суб'єктивних і об'єктивних факторів. Оцінка ефективності механізмів адаптації офіцерів у початковий період військової служби з урахуванням показників на всіх рівнях регуляції функціональної адаптації дозволяє виносити об'єктивне судження про якість цього процесу з урахуванням її психологічної та соціальної вартості. Крім того, відсутність адекватних підходів до організації освітнього процесу негативно відбивається на процесі військово-професійної адаптації.

Тому при виборі змісту занять фізичною підготовкою з офіцерами доцільно попередньо вивчити систему особистих умінь під час проектування окремих компонентів фізичного тренування. Надалі необхідно акцентувати увагу на механізмах інтегрування особистих умінь у цілісну фізкультурну діяльність офіцерів. У цьому випадку методичний підхід буде таким: група експертів (начальники фізичної підготовки і спорту) виокремлюють і ранжують за значущістю певну сукупність особистих умінь. Далі, з урахуванням значущості відповідного уміння, ініціюється конкретний обсяг змісту занять. Ранжуванню осо-

Таблиця 1

Значення особистих умінь у структурі адаптації офіцерів до професійної діяльності, (n=27)

Ранг	Уміння	Відповіді респондентів (%)
1	Уміння справлятися з вимогами повсякденної професійної діяльності без додаткової втоми	63,0
2	Уміння швидко відновлювати фізичний стан	14,8
3	Уміння долати фізичне навантаження в екстремальних ситуаціях	11,1
4	Уміння усувати чинники, що спричиняють виникнення «негативного» фізичного стану	11,1



Таблиця 2

Значення особистих умінь, пов'язаних із фізичною підготовкою, в структурі адаптації офіцерів до професійної діяльності, (n=29)

Ранг	Уміння	Відповіді респондентів (%)
1	Уміння конструювати особистісно-орієнтовані ситуації розвитку та зміни в процесі занять	31,0
2	Уміння планувати фізичне навантаження	20,7
3	Уміння прогнозувати результати фізичної підготовки	17,2
4	Уміння здійснювати самооцінювання фізичного стану	13,8
5	Уміння конструювати рухові тести для самооцінювання фізичної тренуваності	10,4
6	Уміння конструювати різноманітні види самостійного фізичного тренування	6,9

бистих умінь експертами має передувати інструктаж, що пояснює особливості методики виокремлення комплексу умінь. Зокрема, експерти акцентували увагу на обліку власного досвіду проектування фізичної підготовки.

Для встановлення системи значущості умінь адаптуватися до військової діяльності проводили опитування 27 офіцерів, які закінчили КПОЗ та мають адаптаційні труднощі. (табл. 1).

Зауважимо, що при відносній однаковості більшості умінь, абсолютна значущість притаманна вмінню справлятися з вимогами повсякденної професійної діяльності без додаткової втоми (63,0%). Насамперед, це детерміновано узагальненістю впливу цього уміння на успішність військово-професійної адаптації.

Слід зазначити, що труднощі в адаптації усвідомлюються офіцерами під час їх повсякденної діяльності і характеризуються суб'єктивною перевагою невміння організувати власну життєдіяльність в нових умовах, порівняно зі сформованим раніше поведінковим стереотипом. Необхідно відзначити, що наочно механізми адаптації проявляються в процесі пристосування до фізич-

них навантажень.

Тому сформовані уміння адаптуватися до різноманітних за характером фізичних навантажень є стимулом до «запуску» успішної військово-професійної адаптації. Механізми адаптації регулюють фізичний стан людини і можуть служити поясненням різних змін у ньому під впливом систематичних занять фізичною підготовкою.

Відзначаємо, що механізм адаптації «запускається» при виникненні вимог навколишнього середовища, або змін у самому організмі загалом. Зокрема, моделлю вимог можуть служити різні за величиною та характером фізичні навантаження.

Для встановлення значущості фізичної підготовки в адаптації офіцерів було проведено опитування 29 начальників фізичної підготовки і спорту військових частин. (табл. 2).

Так, експерти вважають найбільш значущими такі уміння: конструювати особистісно-орієнтовані ситуації і самозміни в процесі тренування (31,0%); планувати фізичне навантаження (20,7%), уміти прогнозувати результати фізичної підготовки (17,2%). Інші уміння характери-

зують технологічний аспект тренування і є наслідком засвоєння найбільш значущих умінь.

Під час тренування умовно виокремлюються два підпроцеси: перший – функціональні зміни в організмі у результаті рухової активності, другий – наявність умінь проектувати тренування. Взаємозв'язок цих підпроцесів характеризує суть адаптації офіцерів до зовнішніх впливів. Уміння конструювати особистісно-орієнтовані ситуації розвитку та зміни в процесі занять, уміння конструювати рухові тести для самооцінювання фізичної тренуваності та різноманітні види самостійного фізичного тренування відображають дидактичну структуру змісту занять фізичної підготовки офіцерів.

Логічна упорядкованість різних елементів процесу занять базується на дидактичній, методичній та організаційній підструктурах. Дидактична підструктура становить зміст навчання, методична – способи і методичні прийоми діяльності офіцерів, організаційна – умови, що оптимізують процес тренувань.

Висновки. Виявлено, що при відносній однаковості більшості умінь, абсолютна значущість притаманна вмінню справлятися з вимогами повсякденної професійної діяльності без додаткової втоми (63,0%).

Встановлено, що узагальнене вміння складати систему тренування і можливість її переформулювати з урахуванням нової ситуації фізичного стану є ознакою адаптованості офіцерів. Це вміння, насамперед, спрямоване на вирішення конкретних завдань і подолання труднощів, що виникають у процесі військово-професійної діяльності.

Перспективи подальших досліджень полягають у дослідженні взаємозв'язку рівнів фізичної, професійної та психологічної готовності офіцерів.



Література

1. Апанасенко Г.Л. Индивидуальное здоровье: сущность, механизмы, проявления / Г.Л. Апанасенко // Физкультура в профилактике, лечении и реабилитации. – 2006. – № 1. – С. 66-69.
2. Кокун О.М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення професійної діяльності / О.М. Кокун. – Київ : Міленіум, 2004. – 265 с.
3. Ольховий О.М. Вплив військово-професійної діяльності на фізичну підготовленість, розвиток, фізичний та функціональний стан військовослужбовців-операторів / О.М. Ольховий, М.В. Корягін, В.М. Красота // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2010. – № 12. – С. 89–94.
4. Підготовка військовослужбовців до дій в незвичних умовах навколишнього середовища : навч.-метод. посіб. / [В.М. Афонін, Л.М. Кізло, О.І. Попович та ін.]. – Львів : АСВ, 2010. – 125 с.
5. Магльований А.В. Системне уявлення про здоров'я людини / А. Магльований, О. Дуліба // Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні : зб. наук. пр. – Рівне: РВЦ Міжнар. ун-ту «РЕГІ» ім. академіка Степана Дем'янчука, 2003. – Ч. 1. – С. 192–196.
6. Бородин Ю.А. Эффективность физической подготовки в системе военно-профессионального обучения и пути ее повышения / Ю.А. Бородин // Физическое воспитание студентов творческих специальностей : сб. науч. тр. / под ред. С.С. Ермакова. – Харьков : ХГАДИ (ХХПИ), 2003. – № 10. – С. 60-76.
7. Одеров А.М. Методики перевірки та оцінювання фізичної підготовленості військовослужбовців – як складова їх професійної підготовки [Електронний ресурс] / А.М. Одеров, Д.О. Логінов // Вісник Чернігів. нац. пед. ун-ту. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – Чернігів, 2013. – Вип. 112(2). – С. 203–207. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/j-pdf/VchdpuPN_2013_112\(2\)_48.pdf](http://nbuv.gov.ua/j-pdf/VchdpuPN_2013_112(2)_48.pdf).
8. Романчук С.В. 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 фізичного виховання, спорту та здоров'я людини. – Львів, 2015. – Вип. 19, т. 2. – С. 325-329.
9. Романчук С. Фізична підготовка як системоутворюючий чинник підтримки боєздатності військовослужбовців в умовах спекотного клімату / С. Романчук // Здоров'єсберегаючі технології, фізическая реабилитация и рекреация в высших учебных заведениях : сб. ст. III Международ. науч.-практ. конф. – Белгород ; Красноярск ; Харьков, 2010. – С. 20–24.
10. Федак С.С. Фізична підготовка як засіб адаптації військовослужбовців до дій в незвичних умовах / С.С. Федак // Перспективи розвитку озброєння і військової техніки Сухопутних військ : тези доп. Міжнар. наук.-техн. конф. – Львів, 2013. – С. 273-274.
11. Шлямар І.Л. Перевірка й оцінка фізичної підготовленості курсантів військових навчальних закладів Сухопутних військ / І.Л. Шлямар, С.В. Романчук, Є.А. Іщенко // Роль фізичної культури і спорту у гармонійному розвитку учнівської та студентської молоді : [зб. наук. пр.]. – Івано-Франківськ, 2012. – С. 178-186.
12. Romanchuk S. Peculiarities of officers' fitness shape / Serhii Romanchuk, Andriy Yavorsky // Journal of Physical Education and Sport. – 2015. – Vol. 15 (3), art. 66. – P. 441-445.
13. Попович О.І. Спеціальна фізична підготовка як засіб адаптації до стрес-факторів навчально-бойової і бойової діяльності військовослужбовців / О.І. Попович, С.С. Федак, С.В. Романчук // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2010. – № 11. – С. 88-91.

