

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

DOI: 10.26693/jmbs04.03.026

УДК 796. 062.4

Анохін Є.¹, Радкевич О.², Гусак О.²

ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ТА ЇЇ ЗАЛЕЖНІСТЬ ВІД ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ОФІЦЕРІВ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ ДО САМОВДОСКОНАЛЕННЯ

¹Національна академія сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного, Львів, Україна

²Житомирський військовий інститут ім. С. П. Корольова, Україна

asv-fpis@ukr.net

Рівень фізичної підготовленості офіцерів у Збройних силах України з кожним роком знижується. Це відбувається через недостатньою сформованістю ціннісного відношення до фізичного самовдосконалення ще під час навчання у військовому навчальному закладі. Мета – визначити динаміку фізичної підготовленості офіцерів після закінчення ВВНЗ в залежності від їх ціннісного ставлення до фізичного самовдосконалення. Методи та організація дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення; педагогічне спостереження; методи математичної статистики. Анкетування було організовано за анкетною, яка складалася з п'яти питань щодо відношення офіцерів до фізичного самовдосконалення. В анкетуванні взяли участь 94 офіцери перших і другий вікових груп. Сформовано дві групи офіцерів: ті що мають позитивне ставлення до фізичного вдосконалення ($n = 29$) та ті, що не займаються не мають сформованого ціннісного ставлення до фізичної підготовки ($n = 65$). Педагогічне тестування проводилося за вправами Настанови з фізичної підготовки, які характеризують розвиток основних фізичних якостей (сила, швидкість та витривалість).

Наші дослідження результатів фізичної підготовленості достовірно доводять, що в тих, хто мав сформоване ціннісне відношення до фізичного вдосконалення рівень розвитку основних фізичних якостей знижується, але дозволяє позитивно складати тести з фізичної підготовленості. Показники офіцерів, які не бажають займатися фізичними вправами достовірно гірші ($p < 0,001$) та призво-

дять до невиконання норм фізичної підготовки для даної категорії, а також до погіршення професійної підготовленості

Нами підтверджено результати багатьох вечних, що у період навчання у ВВНЗ в курсанта не виховується почуття особистої зацікавленості в регулярних заняттях фізичними вправами.

Визначено, що лише до 30% молодших офіцерів мають сформованість ціннісного відношення до фізичного вдосконалення після закінчення навчального закладу. Динаміка фізичної підготовленості офіцерів має негативну характеристику після третього року навчання у ВВНЗ ($p < 0,05$) та продовжується під час виконання обов'язків на посадах ($p < 0,001$). Позитивне відношення до фізичного вдосконалення офіцерів дозволяє підтримувати достатній рівень фізичної підготовленості протягом перебування у першій та другій вікових групах, а також сприяє перенесенню самовдосконалення на показники професійної підготовленості.

Ключові слова: самостійні заняття, фізична підготовка, самовдосконалення, ціннісне відношення, курсант, офіцер.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Роботу виконано згідно зведеного плану науково-дослідної роботи на 2016–2020 рр. Міністерства оборони України в межах теми «Розробка теоретично-методичних засад функціонування системи фізичної підготовки військовослужбовців Збройних Сил України», шифр «НФП-2020».

Вступ. Фізичній підготовці військовослужбовців, як одному з напрямків підвищення боєздатності Збройних Сил України завжди приділялася підвищена увага з боку військового керівництва різного рівня. Це обумовлено тим, що вона є не тільки найважливішим засобом вдосконалення бойової майстерності військовослужбовців, а й сприяє підвищенню резистентності їх організму до впливу несприятливих зовнішніх і внутрішніх факторів, забезпечує виховання морально-психологічних якостей військовослужбовця-професіонала [4, 6].

Загальним же результатом впливу фізичної підготовки на особовий склад, на наш погляд, має стати сформованість високого рівня їх фізичної готовності до вирішення завдань військової служби.

Дане твердження узгоджується з Концепцією фізичної підготовки в Збройних Силах України, в якій зазначено, що забезпечення фізичної готовності військовослужбовця успішно вирішувати завдання, поставлені перед ним військово-професійною діяльністю, є актуальним завданням, що стоїть перед збройними силами і проявом професіоналізму в цілому [4].

Фізична підготовка у військових частинах Збройних Сил України є невід'ємною частиною повсякденної діяльності військ, проводиться у різних формах, що передбачає наявність резерву педагогічних методів і засобів. У зв'язку з цим актуалізується питання про необхідність використання фізичної підготовки і її педагогічного потенціалу в якості механізму впливу на професіоналізацію військовослужбовців [1, 3, 7, 9].

Педагогічний потенціал фізичної підготовки визначається нами, як атрибут буття і притаманна фізичній підготовці сукупність параметрів, система сил та дія, які можна направити на формування професіоналізму військовослужбовців за певних педагогічних засобів і умов [8, 10].

З огляду на той факт, що розвиток і вдосконалення, людини обумовлено, перш за все, формуванням системи його потреб і цінностей, ієрархія яких характеризує цілісну особистість у всіх областях її діяльності, спонукає людину ставити проблеми, концентрувати зусилля на їх дозвіл» [4, 9], можна з упевненістю констатувати, що найважливішою умовою ефективності реалізації педагогічного потенціалу фізичної підготовки є розвиток ціннісного ставлення військовослужбовців до вдосконалення своєї професійної діяльності.

Вимоги до якості військових фахівців, рівня військово-професійної підготовленості, ефективності навчально-виховного процесу постійно зростають. Особливо гостро постає питання про якість підготовки молодих офіцерів. Це обумовлено швидкими темпами розвитку техніків, підвищенням її

бойових можливостей, змінами характеру й умов сучасного бою [2].

Одним з основних напрямків у рішенні питання більш якісної підготовки офіцерів варто вважати підвищення рівня індивідуальної фізичної підготовленості, що можливо при регулярному проведенні самостійних занять фізичними вправами. Тому варто приділяти більше уваги формуванню та підтримці на належному рівні ціннісного відношення військовослужбовців до занять фізичними вправами.

З ускладненням характеру військової праці та появою нових факторів, що змінюють звичайні умови діяльності, увага дослідників усе більше і більше спрямовується на проблеми підвищення, збереження працездатності військовослужбовців, швидкого їхнього відновлення, а також збереження здоров'я.

Підвищення і збереження працездатності досягається, насамперед, за рахунок чіткої регламентації самої професійної діяльності, забезпечення необхідних, комфортних умов, а також впровадження оптимального режиму праці і відпочинку особового складу. Крім того, важливим і ефективним засобом підвищення працездатності є також фізичні вправи [4].

У Настанові з фізичної підготовки 2014 року сказано, що фізична підготовка офіцерів спрямована на підтримку їхньої фізичної підготовленості відповідно до вимог військової служби, зміцнення здоров'я, загартовування, удосконалювання умінь у керівництві фізичною підготовкою, її організації і проведення.

Таким чином, дотримуючись чіткого виконання вимог, запропонованих керівними документами, і виконуючи необхідний комплекс фізичних вправ, офіцери не тільки можуть підтримувати свою фізичну підготовленість, але й удосконалити професійні якості.

У звітах Генерального штабу Збройних Сил України відзначається, що рівень фізичної підготовки офіцерів у Збройних силах України з кожним роком знижується. Більшість офіцерів не прибувають на заняття з фізичної підготовки, що визначені Наставою з фізичної підготовки, а самостійно займаються лише до 20% особового складу.

Це відбувається через відсутність належного керівництва і контролю з боку командирів до питань фізичної підготовки офіцерів, відсутності комплексу впливів на невиконання нормативних вимог, а також, на наш погляд найважливішого, недостатньою сформованістю ціннісного відношення до фізичного самовдосконалення ще під час навчання у військовому навчальному закладі.

Мета роботи – визначити динаміку фізичної підготовленості офіцерів після закінчення ВВНЗ в

залежності від їх ціннісного ставлення до фізичного самовдосконалення.

Методи та організація дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення (для вивчення результатів наукових досліджень вчених щодо піднятої проблеми); педагогічне спостереження (анкетування); методи математичної статистики (для обробки експериментальних даних та оцінювання достовірності).

Вивчення керівних документів, звітів, наукової літератури дозволило ознайомитися з проблемними питаннями фізичної підготовки молодих офіцерів. Аналіз звітів державних іспитів та контрольних перевірок з фізичної підготовки дозволив визначити показники фізичної підготовленості офіцерів на кожному році після закінчення військового навчального закладу.

Педагогічне спостереження (анкетування). Було організовано за анкету, яка складалася з п'яти питань щодо відношення офіцерів до фізичного самовдосконалення. В анкетуванні взяли участь 94 офіцери перших і другий вікових груп. Питання, що були поставлені офіцерам, були спрямовані на визначення рівня фізичної підготовленості і кількості, що самостійно займаються фізичною підготовкою. Анкетування дозволило поділити офіцерів на дві групи: ті що мають позитивне ставлення до фізичного вдосконалення ($n = 29$) та ті, що не займаються не мають сформованого ціннісного ставлення до фізичної підготовки ($n = 65$).

Педагогічне тестування проводилося за вправами Настанови з фізичної підготовки, які характеризують розвиток основних фізичних якостей (сила, швидкість та витривалість). Тестування проводилося під час щорічного оцінювання офіцерів на заняттях з фізичної підготовки фахівцями кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного.

Тестування курсантів проводилося за вправами фізичної підготовки, які визначені робочою програмою навчальної дисципліни «Фізичне виховання та спеціальна фізична підготовка» для кожного семестру навчання. Оцінювання фізичної підготовленості відбувалося згідно таблиці нарахувань балів в Настанові з фізичної підготовки у Збройних Силах України. До тестування було залучено 64 курсанта I курсу, 71 курсант – II курсу, 68 курсантів III курсу та 123 курсанта 4 курсу навчання.

Достовірність відмінностей між показниками вибірок перевірялась за допомогою критерію Стьюдента і вважались статистично значущою при $p \leq 0,05$. Обчислення результатів дослідження було проведено з використанням програми Microsoft Office Excel.

Результати дослідження. Система оцінювання фізичної підготовленості курсантів у ВВНЗ поділяється на три етапи: перший курс, другий курс, третій курс і старше. Це приводить до того, що курсант, перейшовши на четвертий курс навчання, не продовжує удосконалювати свої фізичні якості, а тільки їх підтримує, що приводить до значного погіршення рівня фізичної підготовки (рис. 1).

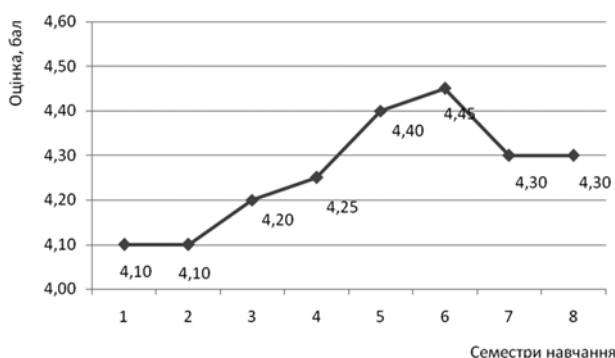


Рис. 1. Динаміка фізичної підготовленості курсантів під час навчання у навчальному закладі, бал

Аналіз результатів складання заліків та іспитів курсантами з фізичної підготовки визначив, що з першого семестру ($4,10 \pm 0,096$) відбуваються достовірно позитивні зміни до шостого семестру ($4,45 \pm 0,116$), ($t = 2,46$; $p \leq 0,05$). Починаючи з сьомого семестру виявлено негативну динаміку ($4,30 \pm 0,086$) відносно результатів фізичної підготовленості у шостому семестрі ($t = 1,56$; $p > 0,05$), яке продовжується до закінчення навчального закладу ($4,30 \pm 0,066$) ($t = 2,17$; $p < 0,05$). Зазначимо, що результати курсантів першого курсу навчання достовірно рівні результатам курсантів четвертого курсу ($t = 1,85$; $p > 0,05$).

Наші дослідження довели, що у курсантів наприкінці навчання у військовому закладі недостатньо сформовано ціннісне відношення до різного самовдосконалення, враховуючи що, більшість часу у восьмому семестрі вони перебувають на військовому стажуванні та практиці. Відповідно, більшість випускників не переконані у самостійному фізичному вдосконаленні та не займаються без контролю зі сторони викладача з фізичної підготовки.

Розподіл офіцерів за віковими групами, де перша – до 25 років; друга – від 25 до 30 років і т.д., не стимулює молодих офіцерів до занять фізичною підготовкою і спортом. Випускник ВВНЗ, у середньому 21–22 роки, що має оцінку «відмінно» або «добре», згідно з таблицею, набирає 140 і 125 балів відповідно. Прийшовши у війська, через місяць після випуску, вимоги до нього падають: на «відмінно» 135 і 120 балів на «добре». Таким чином,

до 25 років офіцер може здавати нормативи без додаткових занять. А при досягненні 25 років переходить у другу вікову групу, де вимоги ще нижче («відмінно» – 125, «добре» – 110), що дозволяє виконувати вимоги без удосконалення своїх фізичних навичок.

Це, у свою чергу, призводить не тільки до погіршення фізичної підготовленості курсантів, а й не стимулює офіцерів – випускників військових навчальних закладів до занять фізичною підготовкою, як у системі індивідуальної підготовки, так і самостійно, що призводить до відсутності росту в професійній діяльності.

За результатами державних іспитів з фізичної підготовки середній бал курсантів військових навчальних закладів складає $4,3 \pm 0,06$ бали. Випускники виконують вправи військово-спортивного комплексу в середньому вище рівня оцінки «добре» (біг на 100 м – $14,1 \pm 0,03$ с, підтягування – $15,0 \pm 0,2$ разів, подолання смуги перешкод – $130,1 \pm 1,7$ с, біг на 3 км – 743 ± 12 с). А за результатами оглядів спортивно-масової роботи у військових частинах офіцери першої вікової групи показують результати $14,8 \pm 0,06$ с, $11,2 \pm 0,3$ разів, $139,8 \pm 2,2$ с, 777 ± 23 с відповідно. Наочно видно, що за два-три роки служби результати достовірно погіршуються ($p \leq 0,05-0,001$). Це показує відсутність належної уваги з боку молодих офіцерів до удосконалювання своїх фізичних якостей.

У Національній академії сухопутних військ був зроблений аналіз динаміки зміни фізичної підготовленості молодих офіцерів (до 30 років) залежно від рівня ціннісного відношення до самостійного фізичного вдосконалення (табл. 1).

За результатами анкетування ми розділили опитаних офіцерів на дві групи: перша – що займаються самостійно, друга – що займаються за програмою бойової підготовки.

Першу групу, за результатами анкетування, склали 29 офіцерів, що складає тільки 30,4% від загального числа, з них більшість (86,2%) почали додатково займатися фізичною підготовкою ще під час навчання в навчальному закладі.

Було визначено, що середні результати основних фізичних якостей офіцерів, хто почав займатися ще у навчальному закладі достовірно кращі ніж офіцерів, які мають низьке ціннісне відношення до фізичного самовдосконалення ($p < 0,05-0,01$) вже на перших роках служби на посадах у військових частинах (табл. 1).

Наведене тестування офіцерів доводить, що під час служби на офіцерських посадах відбувається негативна динаміка в обох групах. Проте, в групі офіцерів, які мають сформоване ціннісне відношення до фізичного самовдосконалення показники з підтягування на перекладині та бігу на 100 м достовірно гірші, ніж на першому році служби тільки в 29–30 років ($t = 2,56; t = 2,57; p > 0,05$).

У вправі на витривалість результати зазначених офіцерів не мають достовірної різниці за визначений період служби ($t = 1,90; p > 0,05$).

Показники офіцерів, які віднесені до другої групи (ті, хто не мають сформованого ціннісного відношення до фізичного вдосконалення) мають достовірно погіршення результатів з підтягування на перекладині вже на п'ятому році служби ($t = 2,09; p < 0,05$) та в подальшому також погіршуються до $10,9 \pm 0,8$ рази ($t = 3,39; p < 0,01$). Результати бігу

Таблиця 1 – Динаміка фізичної підготовленості офіцерів в залежності від сформованості ціннісного відношення до фізичного вдосконалення

Групи	Роки служби на офіцерських посадах							
	1	2	3	4	5	6	7	8
Підтягування на перекладині, рази								
1 група (n = 29)	16,1 ± 0,6	15,4 ± 0,6	15,0 ± 0,8	14,7 ± 0,5	14,4 ± 0,8	14,4 ± 0,6	14,3 ± 0,7	14,1 ± 0,5
2 група (n = 65)	14,1 ± 0,5	13,7 ± 0,6	13,5 ± 0,6	12,8 ± 0,5	12,3 ± 0,7	12,0 ± 0,9	11,6 ± 0,6	10,9 ± 0,8
Біг на 100 м, с								
1 група (n = 29)	13,8 ± 0,11	13,9 ± 0,12	14,0 ± 0,1	14,0 ± 0,1	14,1 ± 0,012	14,1 ± 0,13	14,1 ± 0,12	14,2 ± 0,11
2 група (n = 65)	14,3 ± 0,12	14,5 ± 0,12	14,8 ± 0,13	14,8 ± 0,11	15,0 ± 0,1	15,1 ± 0,11	15,1 ± 0,11	15,2 ± 0,13
Біг на 3 км, с								
1 група (n = 29)	721 ± 11,2	736 ± 9,7	737 ± 10,1	746 ± 9,9	750 ± 10,5	753 ± 11,2	754 ± 9,9	751 ± 11,1
2 група (n = 65)	755 ± 12,1	788 ± 10,7	784 ± 9,8	790 ± 8,7	811 ± 7,9	824 ± 10,1	826 ± 11,1	838 ± 12,0

на 100 м офіцерів другої групи також достовірно погіршуються вже з третього року служби ($t = 3,07$; $p < 0,01$) та на восьмому році дорівнюють $15,2 \pm 0,13$ с, що достовірно гірше вихідних даних ($t = 5,01$; $p < 0,001$). Подібна динаміка спостерігається при тестуванні вправи на витривалість (біг на 3км). Достовірно погіршення результатів офіцерів виявлено вже на другому році служби ($t = 2,04$; $p < 0,05$) та підтверджено на восьмому році ($t = 4,87$; $p < 0,001$).

Результати ж офіцерів у віці 29–30 років достовірно доводять, що в тих, хто мав сформоване ціннісне відношення до фізичного вдосконалення рівень розвитку основних фізичних якостей знижується, але дозволяє позитивно складати тести з фізичної підготовленості. Показники офіцерів, які не бажать займатися фізичними вправами достовірно гірші ($p < 0,001$) та призводять до невиконання норм фізичної підготовки для даної категорії, а також до погіршення професійної підготовленості.

Обговорення. Порівнюючи отримані дані з перевірки фізичної підготовки в процесі служби на офіцерських посадах, ми підтвердили дослідження О. М. Ольхового та О. В. Петрачкова, що офіцери, що самостійно займаються фізичною підготовкою і спортом у процесі навчання, здобувають необхідні навички і продовжують ці заняття під час військово-професійної діяльності у військах [4, 6].

Проведений нами аналіз ефективності професійної діяльності молодих офіцерів показав, що офіцери, що самостійно займаються фізичною підготовкою, частіше відзначалися в наказах, як відмінно виконуючі свої службові обов'язки, при несенні служби в добових нарядах, варті тощо.

Нами визначено, що серед опитаних офіцерів 65% вважають, що заняття під час навчання у ВВНЗ, стимулювали їх до додаткових занять. Інші відзначали такі аргументи, як приклад курсового офіцера, ради друзів, перегляд телепередач і читання літератури тощо, що підтверджує результати досліджень С. В. Романчука, О. М. Лойка, М. В. Кузнецова [1, 2, 9].

Отримані результати підтверджують дослідження О. С. Овчарука про необхідність формуван-

ня бажань до самостійних занять фізичною підготовкою і спортом ще під час навчання у військово-навчальному закладі [5].

Відповімо на запитання: «Чи у всі офіцери мають достатній рівень фізичної підготовленості?». Нами доведено, що нажалі не усі. Як уже доведено в численних спостереженнях (К. В. Пронтенка, А. М. Одерова, С. В. Романчука, О. М. Ольхового), зниження рівня фізичної підготовленості відбувається ще в курсантів старших курсів у ВВНЗ. Воно продовжується і з прибуттям в частину в період становлення молодого офіцера [3, 4, 7, 10].

На наш погляд, такому положенню сприяє кілька фактів. У період навчання у ВВНЗ в курсанта не виховується почуття особистої зацікавленості в регулярних заняттях фізичними вправами. Фізична підготовка для нього організовується викладачем – з його особистої ініціативи, що у принципі, не потрібно. Як результат, в офіцера – випускника ВВНЗ відсутня сформованість ціннісного відношення до фізичного вдосконалення, що призводить до негативної динаміки фізичної підготовленості під час виконання обов'язків на посадах передбачених офіцерською службою.

Висновки

1. Визначено, що лише до 30% молодших офіцерів мають сформованість ціннісного відношення до фізичного вдосконалення після закінчення навчального закладу.
2. Динаміка фізичної підготовленості офіцерів має негативну характеристику після третього року навчання у ВВНЗ ($p < 0,05$) та продовжується під час виконання обов'язків на посадах ($p < 0,001$).
3. Позитивне відношення до фізичного вдосконалення офіцерів дозволяє підтримувати достатній рівень фізичної підготовленості протягом перебування у першій та другій вікових групах, а також сприяє перенесенню самовдосконалення на показники професійної підготовленості.

Перспективи подальших досліджень. В перспективі ми плануємо розробити програму формування ціннісного відношення курсантів військових навчальних закладів до фізичного вдосконалення під час годин спортивно-масової роботи.

References

1. Kuznetsov MV, Afonin VM, Fedak SS. Fizychnyi stan kursantiv – kandydativ do pidrozdiliv Syl spetsialnykh operatsiy Zbroynykh syl Ukrainy. *Molodizhnyi naukovyi visnyk Skhidnoyevrop nats un-tu imeni Lesi Ukrainky*. 2016; 24: 30–4. [Ukrainian]
2. Loiko OM. Tendentsii izmeneniya soderzhaniya fizicheskoi podgotovki voennosluhashchikh mekhanizirovannykh podrazdeleniy Sukhoputnykh voisk Vooruzhennykh Sil Ukrainy. *Aktualnye problemy ohnevoi, taktyko-spetsyalnoi y professyonalno-prykladnoi fizycheskoi podgotovky: materyaly II Mezhdunar konf 2014 Nov 28*. Mohylev: Mohylev institut MVD; 2014. s. 249–52. [Russian]
3. Oderov A, Shlyamar I, Baldetskyi A. Systema perevirky ta otsinyuvannya fizychnoi pidhotovlenosti viyskovosluzhbovtziv Zbroynykh syl inozemnykh derzhav. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy*. 2013; 17(2): 109–13. [Ukrainian]
4. Olkhovyi OM. Kontseptsiya profesiyno spryamovanoi systemy fizychnoi pidhotovky kursantiv. *Suchasnyi stan ta perspektyvy rozvytku fizychnoi pidhotovky viyskovosluzhbovtziv v systemi boyovoho navchannya viysk (syl) Zbroynykh*

- syl ta inshykh sylovykh struktur Ukrainy. Materialy nauk-metod konf. Kyiv: MOU. 2013 Nov 28–29. 2013: 21–30. [Ukrainian]*
5. Ovcharuk IS, Sydorchenko KM. Analiz fizychnoho stanu kursantiv 1-ho kursu fakultetu Viiskovoho Instytutu na pochatkovomu etapi navchannia. Pedahohika, psyholohiia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu. 2010; 11: 72-6. [Ukrainian]
 6. Petrachkov OV. Naybilsh informatyvni pokaznyky fizychnoi ta profesiynoi pidhotovlenosti viyskovykh fakhivtsiv. *Naukovyi chasopys Nats ped un-tu imeni MP Drahomanova. Seriya: Pedahohichni nauky: realiyi ta perspektyvy.* 2009; 14: 161–5. [Ukrainian]
 7. Prontenko KV. *Udoskonalennia fizychnoi pidhotovlenosti kursantiv operatorskykh spetsialnostei zasobamy hyrovoho sportu na etapi pervynnoho navchannia:* Abstr. PhDr. (Physical Ed&Sport.). Lviv derzh un-t fiz kultury. Lviv; 2009. 22 s. [Ukrainian]
 8. Romanchuk SV. *Fizychna pidhotovka kursantiv viyskovykh navchalnykh zakladiv Sukhoputnykh viysk Zbroynykh Syl Ukrainy: monohrafiya.* Lviv: ASV; 2012. 408 p. [Ukrainian]
 9. Romanchuk SV. *Teoretyko-metodolohichni zasady fizychnoi pidhotovky kursantiv viyskovykh navchalnykh zakladiv Sukhoputnykh viysk Zbroynykh syl Ukrainy:* Dis. Dr. Sci. (Physical Ed&Sport.). Lviv; 2013. 540 p. [Ukrainian]
 10. Shevchenko OO. *Udoskonalennia profesiynoi pratsezdatsnosti viyskovykh fakhivtsiv protypovitrianoi oborony sukhoputnykh viysk zasobamy fizychnoi pidhotovky:* Abstr. PhDr. (Physical Ed&Sport.). Lvivskiy derzhavnyi universytet fizychnoi kultury. Lviv; 2010. 20 s. [Ukrainian]

УДК 796. 062.4

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ И ЕЁ ЗАВИСИМОСТЬ ОТ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ ОФИЦЕРОВ ВООРУЖЁННЫХ СИЛ УКРАИНЫ К САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ

Анохин Е., Радкевич О., Гусак О.

Резюме. Уровень физической подготовленности офицеров в Вооружённых Силах Украины с каждым годом снижается. Это происходит из-за недостаточной сформированности ценностного отношения к физическому самосовершенствованию ещё во время обучения в вузе.

Цель – определение динамики физической подготовленности офицеров после окончания вузов в зависимости от ценностного отношения к физическому самосовершенствованию.

Методы и организация исследования: теоретический анализ и обобщение, педагогическое наблюдение, методы математической статистики. Анкетирование было организовано по анкете, которая включала пять вопросов относительно отношения офицеров к физическому самосовершенствованию. В анкетировании принимали участие 94 офицера первой и второй возрастной групп. Сформировано две группы офицеров: офицеры, имеющие позитивное отношение к физическому совершенствованию и регулярно занимающиеся физической подготовкой ($n = 29$); и офицеры, с несформированным ценностным отношением к физической подготовке, и не занимающиеся своим физическим совершенствованием ($n = 65$). Педагогическое тестирование проводилось по упражнениям Наставления по физической подготовке.

Результаты исследования. Наши исследования результатов физической подготовленности офицеров достоверно доказывают, что у офицеров, которые имели сформированное ценностное отношение к физическому совершенствованию, уровень развития основных физических качеств снижается, но позволяет положительно сдавать тесты с физической подготовленности. Показатели офицеров, которые не желают заниматься физическими упражнениями, достоверно хуже ($p < 0,001$) и приводит к невыполнению норм физической подготовки для данной категории, а также к ухудшению профессиональной подготовленности. Нами подтверждены результаты многих учёных, что в период обучения в вузе у курсантов не воспитывается чувство личной заинтересованности в регулярных занятиях физическими упражнениями.

Выводы. Определено, что лишь 39% молодых офицеров имеют сформированное ценностное отношение до физического совершенствования после окончания вуза. Динамика физической подготовленности офицеров имеет отрицательную характеристику после третьего курса обучения в вузе ($p < 0,05$) и продолжается вовремя выполнения обязанностей на офицерских посадах ($p < 0,001$). Положительное отношение к физическому совершенствованию офицеров разрешает поддерживать достаточный уровень физической подготовленности на протяжении нахождения в первой и второй возрастной группе, а также способствует переносу физического самосовершенствования на показатели профессиональной подготовленности.

Ключевые слова: самостоятельные занятия, физическая подготовка, самосовершенствование, ценностное отношение, курсант, офицер.

UDC 796.062.4

Physical Training and its Dependence on Officers' of the Armed Forces of Ukraine Attitude to Self-Improvement

Anokhin Ye., Radkevich O., Gusak O.

Abstract. The level of physical training of officers in the Armed Forces of Ukraine is decreasing each year. This is due to the lack of physical self-improvement formation even while studying in a military education institution.

The purpose of the study was to determine the dynamics of the physical training of officers after graduating from a higher military education institution, depending on their attitude to physical self-improvement.

Material and methods: theoretical analysis and generalization (for studying the results of scientific researches of scientists regarding the raised problem); pedagogical observation (questionnaire); methods of mathematical statistics (for the processing of experimental data and evaluation of reliability). 94 officers of the first and second age groups participated in the questionnaire. Two groups of officers were formed: those who had positive attitude towards the physical self-improvement ($n = 29$) and those who are not engaged in any physical activity and do not have a formed attitude to physical training ($n = 65$). Pedagogical testing was carried out following the instructions of the Physical Training Guidelines, which characterized the development of basic physical qualities (strength, speed and endurance).

Results and discussion. The obtained results of officers' physical preparedness at the age of 29–30 firmly proved that those who had good attitude towards physical self-improvement decreased the level of basic physical qualities development, but passed the test on physical preparedness well enough. The results of officers who do not want to practice physical activity were significantly worse ($p < 0.001$) and led to non-compliance with the standards of physical training for the target category.

We confirmed the results of many scholars who stated that during the period of studying at higher military education institution, a cadet did not cultivate a feeling of personal interest in regular physical exercises. As a result, an officer who graduated from a higher military education institution has no value attitude to physical self-improvement, which leads to the negative dynamics of physical preparedness, while performing officer's duties.

Conclusions. The study showed that only up to 30% of junior officers had good attitude to physical perfection after graduating an educational institution. The dynamics of physical preparedness of the officer has negative characteristics after the third year of study at a higher military education institution, and continues during the performance of officer's duties.

Positive attitude to physical self-improvement of officers allows maintaining a sufficient level of physical preparedness in the first and second age groups, also contributes to the transfer of physical self-improvement to indicators of professional preparedness.

Keywords: independent classes, physical training, self-improvement, value attitude, cadet, officer.

The authors of this study confirm that the research and publication of the results were not associated with any conflicts regarding commercial or financial relations, relations with organizations and/or individuals who may have been related to the study, and interrelations of coauthors of the article.

Стаття надійшла 28.01.2019 р.

Рекомендована до друку на засіданні редакційної колеґії після рецензування