
ОПТИМІЗАЦІЯ СИСТЕМИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ КУРСАНТІВ

Олег Ольховий, Володимир Климович, Сергій Романчук

Аннотация. Представлены пути оптимизации учебного процесса по физической подготовке курсантов. Для решения исследуемого аспекта применен системный подход как средство определения закономерностей и взаимосвязей составляющих системы физической подготовки. Определена взаимообусловленная совокупность способов оптимизации учебного процесса по физической подготовке курсантов для адаптации системы физической подготовки высших военных учебных заведений к современным требованиям тактики ведения воинскими подразделениями и частями боевых действий.

Ключевые слова: курсант, система, способ, физическая подготовка.

Abstract. To identify possible ways of optimization of the educational process of physical training of cadets. In order to solve the tested aspects the system approach is applied as a means of determining the patterns and relations of the components of physical training. Relational set of ways to optimize the educational process on physical training of cadets is determined for the adaptation of the system of physical preparation of higher military educational institutions to modern requirements of fighting tactics and by military units.

Keywords: cadets, system, method, physical training.

Постановка проблеми. Значну увагу науковців у практиці функціонування системи фізичної підготовки (ФП) вищих військових навчальних закладів (ВВНЗ) привертає проблема набуття курсантами належного рівня фізичної (загальної та спеціальної) підготовленості та військово-прикладної готовності в період отримання військової спеціальності у стінах військового вишу [4, 6, 9–14]. А складні умови перспективної професійної діяльності вимагають наявності у майбутніх офіцерів відмінного здоров'я, витривалості, сили, спритності, швидкості реакції, досконалої координації рухів, витримки, самоволодіння та інших важливих психофізіологічних якостей, що розвиваються у процесі занять з ФП.

Функціональні завдання, що постають перед кафедрами фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки та спорту визначають необхідність постійного пошуку способів оптимізації навчального процесу з ФП у ВВНЗ задля досягнення найбільш корисного кінцевого результату його функціонування [4, 6, 9–14]. Тому оптимізація системи ФП у ВВНЗ розглядається нами через призму адаптації цієї системи до чинних вимог тактики ведення військовими підрозділами та частинами бойових дій і впровадження спеціально спрямованих засобів фізичної підготовки для підвищення рівня військово-прикладної фізичної готовності майбутніх офіцерів до виконання професійних прийомів і дій. Це є вкрай актуальним науково-прикладним завданням дослідження, що виконується.

Дослідження проводиться згідно зі Зведеним планом НДР Міністерства оборони України на

2011–2016 рр. у межах теми «Формування професійних якостей майбутнього офіцера засобами фізичної підготовки під час навчання у військовому навчальному закладі» (номер держреєстрації 0106U010783).

Аналіз останніх досліджень і публікацій (Піддубний, 2003–2007; А. Маркушин, 2006–2010; Пронтенко, 2008; Боярчук, 2009; Паєвський, 2010; О. Петрачков, 2012; Романчук, 2007; Шевченко, 2010; Гусак, 2011; Кирпенко, 2007–2014) переконливо підтверджує вагоме значення ФП для забезпечення бойової готовності військ та успішності навчання майбутніх офіцерів ЗС України. У цих дослідженнях розглядаються науково-прикладні завдання, що пов'язані з ФП військовослужбовців на окремих етапах їхнього навчання [8, 9, 14].

Аналіз деяких досліджень (Бородіна, 2004–2010; Романчук, 2008–2015; Пронтенк, 2010; Круцевич, 2012, 2013; Ольховий, 2010–2014; Климович, 2011; Приступа, 2012; І. Шлямар, 2012–2015) показав, що за результатами функціонування сьогоденної системи ФП ВВНЗ у майбутніх офіцерів ЗС України недостатньо ефективно сформовані військово-прикладні рухові якості. Фізична підготовка курсантів різних спеціальностей у ВВНЗ здійснюється за програмами та методиками, що є типовими для усіх, фактично не відрізняються, у них не враховано специфіку перспективної професійної діяльності, що, як наслідок, знижує якість військово-прикладної та фахової готовності випускників військової школи [4, 6, 7, 10, 13]. Зазначене потребує нагального теоретико-методологіч-

ного обґрунтування сутності організації та структури військово-прикладної спрямованості системи ФП курсантів у період усього терміну отримання вищої військової освіти.

Мета дослідження – визначення шляхів оптимізації навчального процесу з ФП курсантів для адаптації системи ФП ВВНЗ до сучасних вимог тактики ведення військовими підрозділами (частинами) бойових дій.

Результати дослідження та їх обговорення.

Сьогодні фактично всі сучасні науки сформовано за системним підходом, важливим аспектом якого є вироблення нового принципу його використання – створення єдиного та більш оптимального підходу для його пізнання та застосування до будь-якого досліджуваного процесу, з гарантією отримання повної інформації та цілісного уявлення.

Системний підхід як форма застосування теорії пізнання до вивчення явищ і процесів, що відбуваються в навколишньому світі, – це один з найбільш складних напрямів методології дослідження, фундаментом якого постає аналіз об'єкта дослідження (у нашому випадку системи ФП) як сукупної цілісності взаємопов'язаних компонентів (складових, елементів) із взаємозв'язками, що виникають між ними та зовнішнім середовищем [1, 2, 6, 10]. Проведення такого аналізу передбачає проходження невід'ємних етапів, основними з яких є:

- визначення системоутворюючого та системоорганізуючого факторів процесу чи явища;

- визначення концептуального підґрунтя системи, що формується завдяки меті, завданням і принципам;

- схематичний опис системи шляхом виділення її підсистем, компонентів, елементів, складових, визначення ієрархії, взаємозв'язків і взаємозалежності між ними та, як результат, структуризація та формування моделі системи, що досліджується;

- практична апробація сформованої моделі системи для визначення її ефективності.

Сам системний підхід як спосіб організації певних дій чи виду діяльності, засіб виявлення закономірностей і взаємозв'язків з метою їх більш ефективного використання загалом постає не лише методом вирішення завдань, а й їх визначення. Тож розгорнуте застосування системного підходу включає обов'язковість дослідження та практичного використання наступних системних напрямів [1–3, 6, 10]:

- функціонального – виявлення функцій задля виконання яких створюються, діють чи існують відповідні системи;

- цільового – науково-теоретичне чи науково-прикладне визначення та взаємоузгодження мети і завдань для досягнення системою певного результату;

- компонентно-елементного – виявлення складових, з яких сформовано чи формується певна система;

- комунікаційного – виявлення зовнішніх зв'язків даної системи з системами інших рівнів;

- структурного – визначення внутрішньої будови (моделі) та з'ясування внутрішніх взаємозв'язків і взаємозалежності між елементами досліджуваної системи;

- інтеграційного – визначення сукупності якісних властивостей системи, що забезпечують її цілісність і особливість;

- ресурсного – визначення потрібних для забезпечення функціонування системи ресурсів;

- історичного – з'ясування передумов виникнення, пройдені етапи, сучасний стан, ймовірні перспективи та варіанти розвитку досліджуваної системи.

Саме застосовуючи наведені системні напрями ми досліджували можливість та доцільність оптимізації системи ФП курсантів протягом усього терміну навчання у ВВНЗ шляхом адаптації до сучасних вимог тактики ведення військовими підрозділами і частинами бойових дій.

Оптимізація системи ФП у функціональному відношенні, її підсистем, компонентів і складових здійснюється на основі наявності, зростання, ускладнення та історичного розвитку системоутворюючого фактора, яким у нашому випадку постає корисний кінцевий результат її функціонування – підготовка офіцера з максимально високим рівнем військово-прикладної готовності до виконання службово-бойових функцій за професійним призначенням [3, 5, 6, 10].

Сама ж ефективність функціонування системи ФП ВВНЗ значно залежить не тільки від її внутрішніх ресурсів, а й від зовнішнього впливу сукупності об'єктивних і суб'єктивних чинників, що створюють пряму чи непряму, стимулюючу чи пригнічуючу дію на стан її функціонування у цілому чи на її окремі компоненти, що свідчить про наявність системоорганізуючої ознаки. До таких чинників відносять [6, 10]: ступінь організованості навчально-виховного процесу ВВНЗ; фактична кількість часу, що відводиться на навчальну дисципліну «Фізичне виховання, спеціальна фізична підготовка і спорт»; наявність і рівень підготовленості педагогічних кадрів; стан готовності навчально-матеріальної бази до проведення ФП.

Для адаптування системи ФП до сучасних вимог тактики ведення військовими підрозділами і частинами бойових дій нами враховано основні способи оптимізації навчального процесу, тобто ті дії педагога, що свідомо спрямовані на підвищення ефективності навчання при економній затраті часу та пов'язаних з цим зусиль [2, 12]. Підкреслимо, що мова йде не про окремі способи оптимі-

зації, а саме про систему способів, що охоплюють всі основні компоненти навчального процесу – його завдання, зміст, методи, засоби, форми організації, аналіз результатів навчання тощо. Тільки в тому випадку, коли ми виявимо оптимальні варіанти всіх зазначених складових, можна буде забезпечити оптимізацію системи ВВНЗ шляхом адаптації процесу ФП курсантів до сучасних вимог тактики ведення військовими підрозділами і частинами бойових дій.

Враховуючи результати здійсненого аналізу науково-періодичних видань [1–14], на наш розсуд, основними шляхами оптимізації навчального процесу з ФП у ВВНЗ, для адаптації системи ФП курсантів до сучасних вимог тактики ведення військовими підрозділами і частинами бойових дій, постає використання нижченаведених взаємозумовлених способів.

Комплексне планування завдань навчальної дисципліни «Фізичне виховання спеціальна фізична підготовка та спорт», розділів, тем і їхнього змісту на основі вивчення особливостей перспективної професійної діяльності військових фахівців. Побудова та зміст навчальних і робочих навчальних програм з ФП, при цьому, повинні ґрунтуватися на типових програмах ФП з обов'язковим відображенням системи вимог до конкретного майбутнього фахівця та поетапному інтегрованому взаємозумовленні з іншими професійними навчальними дисциплінами. Тобто модель системи ФП курсантів повинна бути вагомо наповнена складовими, що вирішуватимуть завдання з набуття професійної готовності конкретного військового фахівця.

Конкретизація завдань розділів, тем і їхнього змісту за роками навчання та семестрами на основі вивчення особливостей формування професійної готовності майбутніх фахівців і наявного рівня фізичної підготовленості курсантів. Відомо, що значущість основних фізичних якостей для успішного оволодіння спеціальністю не залишається постійною, вона змінюється від курсу до курсу. Тому конкретизація завдань навчання пов'язана також з виділенням серед них найбільш важливих. Цей напрям оптимізації передбачає поетапне формування фізичної готовності майбутніх військових фахівців.

Вибір найбільш раціональних методів, форм і засобів ФП повинен бути заснованим на закономірностях і принципах навчання та виховання, оцінці порівняльних можливостей різноманітних форм, методів, засобів навчання для вирішення навчально-виховних завдань. Саме цьому ми приділяємо центральну увагу в дослідженнях з оптимізації процесу ФП курсантів.

Важливою умовою у виборі методів, форм і засобів є встановлення наявного рівня фізичної під-

готовленості курсантів, завдяки якому викладач визначає характер і величину фізичного навантаження на організм курсантів. Однак, щоб отримати належний ефект від навчального заняття, необхідно враховувати поєднання певних інтенсивності та обсягу фізичного навантаження, що викликають ті чи інші фізіологічні зрушення та зміни в організмі курсантів. Використанням військово-прикладної спрямованості навчально-виховного процесу з ФП дозволить передбачити спрямованість фізіологічних змін в організмі курсантів залежно від обраних значень основних характеристик фізичного навантаження.

Для досягнення максимального ефекту фізичного розвитку курсантів на навчальних заняттях, необхідно використовувати диференційований підхід, що передбачає оптимальне поєднання групових та індивідуальних форм навчання і вдосконалення. Суть його полягає в проведенні основної частини навчальних занять не зі штатними відділеннями, а у підгрупах курсантів, які є приблизно тотожними за рівнем фізичної підготовленості.

Використання тренажерів чи окремих засобів ФП для конкретних груп військових спеціальностей дозволить впроваджувати методи програмованого навчання, що передбачають точне дозування фізичного навантаження в ході навчального заняття й одночасне отримання при цьому цілком точних відомостей про функціональний стан тих, хто займається. В сьогоденні використання тренажерів чи окремих (спеціально-спрямованих) засобів ФП в круговому тренуванні досить точно дозволяє дозувати навантаження та вирішувати питання індивідуального впливу засобами ФП на організм курсантів.

Обґрунтування найбільш оптимального темпу навчання – раціональний розподіл часу на окремі розділи, теми та коригування змісту та обсягу фізичного навантаження під час проведення всіх форм ФП.

Враховання, крім двох загальноприйнятих критеріїв (фізичної та методичної, теоретичної та методичної) підготовленості як критерію фізичного стану, що є показником ряду фізіологічних параметрів (реакція ЧСС на фоні фізичного навантаження тощо), який характеризуватиме функціональні можливості організму курсантів і динаміку їхнього фізичного розвитку.

Висновки. За результатами здійснених досліджень визначено взаємозумовлену сукупність способів, застосування якої призведе до оптимізації процесу навчання з ФП у ВВНЗ та надасть якісно нову для викладача систему способів оптимізації навчального процесу з ФП і, як результат, адаптовану до сучасних вимог тактики ведення військовими підрозділами (частинами) бойових дій оптимальну систему ФП ВВНЗ.

Перспективою подальших досліджень є визначення концептуального підґрунтя, формування та апробація адаптованої до сучасних вимог тактики ведення військовими підрозділами і частинами бойових дій моделі системи ФП курсантів ВВНЗ.

Література

1. Анохин П. К. Узловые вопросы теории функциональных систем / П. К. Анохин. – М. : Медицина, 1980. – 196 с.
2. Бабанский Ю. К. Избранные педагогические труды / Ю. К. Бабанский. – М.: Педагогика, 1989. – 560 с.
3. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання / Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімп. л-ра, 2008. – Т. 2. – 367 с.
4. Бородин Ю. А. Фізична підготовка курсантів у вищих військових навчальних закладах інженерно-операторського профілю: монографія / Ю. А. Бородин. – К.: НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2009. – 417 с.
5. Красота В. М. Передумови формування системи військово-прикладної фізичної підготовки курсантів / В. М. Красота // Молода спортивна наука України: зб. наук. пр. – Л.: ЛДУФК, 2014. – Т.4, вип. 18. – С. 53–57.
6. Ольховий О. М. Теоретико-методичні основи професійно-спрямованої ФП курсантів ВВНЗ ЗС України: [монографія] / О. М. Ольховий. – Х.: ХУПС, 2012. – 286 с.
7. Паевский В. В. Роль физической подготовки в совершенствовании задач и функциональных особенностей учебно-боевой деятельности личного состава подразделений ППО Сухопутных войск / В. В. Паевский, О. А. Шевченко // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту: зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Х., 2004. – № 9. – С. 53–62.
8. Петрачков О. В. Професійно-прикладна підготовка курсантів у навчальному центрі сухопутних військ із застосуванням удосконалених нормативів фізичної підготовленості: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.04 / О. В. Петрачков. – Хмельницький, 2012. – 20 с.
9. Попов А. Г. Професійно-прикладна фізична підготовка курсантів вищих воєнних навчальних закладів на основі моделювання умов бойової діяльності: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / А. Г. Попов. – Нижній Новгород, 2009. – 151 с.
10. Романчук С. В. ФП курсантів військових навчальних закладів Сухопутних військ ЗС України : [монографія] / С. В. Романчук. – Л.: АСВ, 2012. – 367 с.
11. Романчук С. Порівняльний аналіз фізичної підготовленості курсантів ВВНЗ Сухопутних військ різних спеціальностей // С. Романчук, І. Шлямар, В. Климович // Молода спорт. наука України. – 2012. – Т. 2. – С. 166–170.
12. Романчук С. В. Вимоги сучасного бою до фізичної підготовленості військовослужбовців Сухопутних військ. Сер. 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): [зб. наук. пр.] / С. В. Романчук, О. І. Попович // Наук. час. нац. пед. ун-ту ім. М. П. Драгоманова.– К., 2010. – Вип. 7. – С. 262–266.
13. Таран В. С. Совершенствование профессионально-прикладной физической подготовки курсантов высших военных учебных заведений / В. С. Таран, С. В. Романчук // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наук. монографія / за ред. С. С. Єрмакова. – Х., 2007. – № 12. – С. 130–133.
14. Шевченко О. А. Специальная направленность поэтапного формирования физических качеств военных специалистов ПВО Сухопутных войск / О. А. Шевченко // Физическое воспитание студентов творческих специальностей: сб. науч. ст. / под ред. С. С. Єрмакова. – Х., 2007. – № 1. – С. 161–167.

References

1. Anokhin P. K. Key issues of the theory of functional systems / P. K. Anokhin. – Moscow: Meditsina, 1980. – 196 p.
2. Babansky U. K. Optimization process learning / U. K. Babansky // Selected pedagogical works. – Moscow: Pedagogika, 1989. – 560 p.
3. Krutsevych T. U. Theory and methods of physical education. 2 tome / T. U. Krutsevych. – Kyiv: Olimpiyska literatura, 2008. – 367 p.
4. Borodin U. A. Physical preparation of cadets of higher military educational institutions of engineering and operator type: monograph / U. A. Borodin. – Kyiv: NEA Dragomanov, 2009. – 417 p.
5. Krasota V. M. Prerequisites of forming a system military-applied physical preparation of students / V. M. Krasota // Moloda sportyvna nauka Ukrainy: Coll. Sci. Works. – Lviv: LSUPC, 2014. – Vol. 4, iss. 18. – P. 53–57.
6. Olkhovyi O. M. Theoretical and methodical foundation of cadet physical training professionally directed of high military educational institutions. [monograph] / O. M. Olkhovyi. – Kyiv: AFUK, 2012. – 286 p.

7. *Payevsky V. V.* The role of physical training in the improvement of tasks and functional features of training and combat activities of the personnel of the air defense of the Ground Forces / V. V. Payevsky, O. A. Shevchenko // *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fiz.vykhovannia i sportu* / edited by S. S. Iermakova. – Kharkov, 2004. – N 9. – P. 53–62.

8. *Petrachkov O. V.* The professionally-applied training of cadets at the training center of the Land Forces with application of the advanced norms of physical preparedness: author's abstract for Ph.D. in Pedagogics: 13.00.04 / O. V. Petrachkov. – Khmelnytskyi, 2012. – 20 p.

9. *Popov A. G.* Professional applied cadets physical training of higher military educational institutions on the basis of modeling the conditions of combat activities : dissertation of Ph.D. in Pedagogics.: 13.00.04 / A. G. Popov. – Nizhniy Novgorod, 2009. – 151 p.

10. *Romanchuk S. V.* Cadets' physical training of military educational establishments of the Land Forces of Ukraine : [monograph] / S. V. Romanchuk. – Lviv.: ALF. – 2012. – 367 p.

11. *Romanchuk S. V.* Comparative analysis of physical fitness of university cadets of various specialties of Land Forces // S. Romanchuk, I. Shlyamar, V. Klimovich // *Moloda sportyvna nauka Ukrainy*. – 2012. – Vol. 2. – P. 166–170.

12. *Romanchuk S. V.* The requirements of the modern battlefield to military physical training Ground Forces / S. V. Romanchuk, O. Popovich // *Scie. J. Nat. ped. Univ Dragomanov. A series of 15 scientific-pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports): [Collected Works]*. – Kyiv, 2010. – Production. 7. – P. 262–266.

13. *Taran V. S.* Improving the professional-applied physical preparation of cadets of higher military educational institutions / V. S. Taran, S. V. Romanchuk // *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fiz.vykhovannia i sportu* / ed. by S. S. Iermakova. – Kharkiv, 2007. – N 12. – P. 130–133.

14. *Shevchenko O. A.* specifically designed stage formation of the physical qualities of military specialists of air defense of the Ground Forces / O. A. Shevchenko // *Physical Education students creative – specialties: Collection of scientific articles.* / ed. by S. Iermakova. – Kharkiv, 2007. – N 1. – P. 161–167.

Харківський університет Повітряних Сил імені І. М. Кожедуба, Харків
skZirka@email.ua

Надійшла 05.02.2016

Національна академія сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного, Львів
klimovichvolodymyr@gmail.com
Romanchukserg@mail.ru