

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3\(175\).28](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3(175).28)
УДК: 796.062.4:355.237.3

- Римар О.В.**
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури
Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського
Золочевський В.В.
кандидат педагогічних наук, доцент, професор кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і
спорту Харківського національного університету Повітряних Сил імені Івана Кожедуба
Зонов О.В.
заступник начальника кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту Військового
інституту танкових військ Національного технічного університету «Харківський політехнічний інститут»
Матвейко О.М.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, викладач кафедри фізичного виховання, спеціальної
фізичної підготовки і спорту Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного
Ткачук О.А.
старший викладач кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту Харківського
національного університету Повітряних Сил імені Івана Кожедуба
Людвик Т.В.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри фізичного виховання, спеціальної
фізичної підготовки і спорту Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного
Данилішин І.М.
викладач кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту Харківського національного
університету Повітряних Сил імені Івана

ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ЯК ОСНОВНИЙ ВИД ВІЙСЬКОВО-ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ КУРСАНТІВ

Готовність Збройних Сил до відсічі збройної агресії РФ визначається багатьма чинниками, одним з яких є навченість особового складу. На забезпечення високого рівня навченості особового складу спрямована діяльність усіх військових спеціалістів, зокрема і фахівців з фізичної підготовки. Це обумовлено тим, що розвиток фізичних якостей, формування та удосконалення військово-прикладних навичок та вмій військовослужбовців є запорукою ведення успішних бойових дій.

Автоматизація, комп'ютеризація військової техніки і зміни способів ведення бойових дій призвели до зменшення частки фізичних зусиль в управлінні нею і м'язової роботи в структурі професійно-бойової діяльності військовослужбовців у цілому і водночас збільшили рівень нервово-психічних навантажень і напружень, розширили спектр несприятливих факторів військово-бойової діяльності. Зв'язок фізичної підготовленості з бойовою діяльністю військовослужбовців деяких військових спеціальностей набув скритого, опосередкованого характеру.

Реформування освітніх закладів у Збройних силах України вимагає вирішення глобальних питань удосконалення та пошуку нових шляхів щодо вирішення завдань професійно-прикладної підготовки військовослужбовців. Ефективна діяльність курсантів освітніх закладів багато в чому залежить від їхньої професійно-прикладної підготовленості.

Одним з основних завдань, яким є навчання курсантів прийомам і способам забезпечення професійної та особистої безпеки в надзвичайних обставинах та в екстремальних умовах, полягає в удосконаленні навичок оволодіння вогнепальною зброєю, а також підвищення рівня стійкості до фізичних навантажень у навчальній та службовій діяльності.

Найважливішими компонентами професійної майстерності курсантів є фізична, професійно-прикладна, психологічна та вогнева підготовка, які належать до циклу фахових дисциплін та покликані сприяти готовності до збройного захисту, підтримання постійної готовності рішуче і вміло припиняти протиправні дії, використовуючи фізичну силу, спеціальні засоби та вогнепальну зброю.

Ключові слова: військово-професійна діяльність, фізична підготовка, військовослужбовці, рубіж, бойова діяльність.

O.Rymar, V.Zolochovskyi, O.Zonov, O.Matveiko, O.Tkachuk, T.Liudovyk, I.Danylishyn. Professional and applied physical training as the main type of military professional activity of cadets. Abstract. The readiness of the Armed Forces to repel the armed aggression of the Russian Federation is determined by many factors, one of which is the training of personnel. The activities of all military specialists, including physical training specialists, are aimed at ensuring a high level of personnel training. This is due to the fact that the development of physical qualities, formation and improvement of military-applied skills and abilities of servicemen is the key to successful combat operations.

Physical readiness is the physical condition of a serviceman characterized by appropriate bodily development, certain functional resources of the body and the required level of motor fitness, which ensures the successful performance of combat missions for the purpose.

Automation, computerization of military equipment and changes in the methods of warfare have led to a decrease in the share of physical effort in its control and muscle work in the structure of professional combat activity of servicemen in general, and at the same time increased the level of neuropsychological stress and tension, expanded the range of adverse factors of military combat activity. The connection between physical fitness and combat activity of servicemen of some military specialties has become hidden and indirect.

Reforming educational institutions in the Armed Forces of Ukraine requires addressing global issues of improvement and finding new ways to solve the problems of vocational training of military personnel. The effective performance of cadets in educational institutions largely depends on their professional and applied training.

One of the main tasks of teaching cadets the techniques and methods of ensuring professional and personal safety in emergency circumstances and in extreme conditions is to improve their firearms skills, as well as to increase the level of resistance to physical activity in training and service activities.

The most important components of the professional skills of cadets of educational institutions are physical, professional and applied physical, psychological and firearms training.

They belong to the cycle of professional disciplines and are designed to promote readiness for armed defense of the law, to maintain the constant readiness of future defenders to resolutely and skillfully stop illegal acts using physical force, special means and firearms.

Key words: *military professional activity, physical training, military personnel, frontier, combat activity.*

Постановка проблеми та її взаємозв'язок з важливими науковими та практичними дослідженнями.

Сучасні військова техніка та озброєння не виключили повністю зі структури військово-професійної діяльності військовослужбовців руховий компонент. Він присутній у діях військовослужбовців переважної більшості спеціальностей. В інтересах виконання бойових завдань військовослужбовці різних військових спеціальностей виконують різні за змістом і характером рухові дії [1, 4, 10].

У дослідженням низки науковців [7, 9, 12] встановлено, що енергетична вартість рухової діяльності військовослужбовців (без застосування індивідуальних засобів захисту) при відносно «комфортній» температурі повітря (21–26°C) становить 500–600 ккал/год, що перевищує енерговитрати працівників цивільних професій (гірників, мулярів, бетонників, вантажників), які ООН віднесені до категорії дуже важких, більше ніж вдвічі, а енерговитрати середньостатистичної людини чоловічої статі віком 18–29 років у повсякденному мирному житті – утричі.

У роботах Одерова А.М., Апанасенка Г.Л., Романчука С.В., Срьоменка Е.А. та ін. [2, 8, 13] зазначено, що зміст бойової діяльності особового складу більшості військових спеціальностей та умов, в яких вона відбувається, дає підстави стверджувати, що вона в усіх відношеннях є екстремальною і, як і раніше, вимагає від військовослужбовців значних м'язових зусиль, прояву на високому рівні відповідних фізичних якостей, прикладних рухових навичок; активізації значної кількості різноманітних органів і систем; залучення до роботи великої кількості морфофункціональних і психічних структур організму людини, а також що ефективність такої діяльності залишається тісно пов'язаною з рівнем фізичної підготовленості та функціональних можливостей організму особового складу.

Отже, систематичний розвиток та удосконалення будь-якої якості передбачає застосування на практичних заняттях новітніх засобів та методів фізичного вдосконалення воїнів, які забезпечують ефективне вирішення завдань військово-професійної діяльності.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. У дослідженнях багатьох вчених [5, 6] зазначається, що фізична підготовка, організована з дотриманням фізіологічних закономірностей розвитку людського організму, дозволяє підвищити ефективність військово-бойової діяльності військовослужбовців, покращити рівень їхнього здоров'я і за певних умов зменшити втрати особового складу. Дані емпіричних досліджень, опитування учасників бойових дій підтверджують факти про успішність виконання професійних прийомів військовослужбовцями різних спеціальностей з високим рівнем фізичної підготовленості порівняно з військовослужбовцями, які мають низький рівень фізичної тренуваності. Відмінно підготовлені військовослужбовці під час проведення маневру на полі бою виконують дії набагато швидше, ніж не підготовлені або недостатньо підготовлені. Під час наступальних дій під впливом навантажень ця різниця різко збільшується [1, 11].

Науковці Стасюк В., Бойко О., Гусак О. доводять, що належний рівень фізичної готовності дозволяє військовослужбовцям підвищити стійкість їх організму до значних фізичних і психічних перевантажень, кисневого голодування, перепадів температури, захитування тощо. Ці зміни стають міцним фундаментом високої працездатності, а також підвищення стійкості організму військовослужбовців до дії несприятливих чинників військово-професійної діяльності. Розвинені координаційні здібності військовослужбовців дозволяють легше і швидше оволодіти необхідними професійними рухами та діями та забезпечують їх успіх [6, 9, 11].

Таким чином, актуальним питанням залишається визначення та впровадження ефективних засобів професійно-прикладної фізичної підготовки з подальшого забезпечення успішного виконання завдань військово-професійної діяльності.

Мета дослідження – проаналізувати та визначити ефективні засоби професійної прикладної фізичної підготовки.

Організація та методи дослідження. З метою вирішення завдань дослідження було використано тестування, педагогічний експеримент та методи математичної статистики. У дослідження взяло участь 100 курсантів Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного (м. Львів), які навчаються за спеціальністю “Управління діями підрозділів механізованих військ” у пункті постійної дислокації та на навчально-польовій базі. Під час дослідження були враховані розвиток основних фізичних якостей військовослужбовців, рівень психологічної підготовленості та основні

показники бойової підготовки. Перевірка показників здійснювалася за вправами згідно Інструкції з фізичної підготовки в системі Міністерства оборони України [3] та відповідно до Збірника нормативів бойової підготовки Сухопутних військ та "Курсу стрільб з стрілецької зброї та бойової техніки" – подолання єдиної смуги перешкод, стрільба з ПМ і АКМ, марш-кидок в обмундируванні зі зброєю на 5 км, рукопашний бій та вправи з бойового самбо. Для вирішення завдань, пов'язаних із ППФП курсантів, було використано спеціальні смуги перешкод, змодельовані на базі професіограм співробітників силових структур.

Виклад основного матеріалу дослідження. За результатами експерименту визначено ефективні вправи, які сприяють створенню необхідних професійно-прикладних фізичних якостей курсантів-піхотинців (табл. 1).

Таблиця 1

Раціональний розподіл засобів спрямованих на розвиток та вдосконалення професійно-прикладної фізичної підготовленості курсантів

№ з/п	Засоби ППФП	Часові показники (хв.)						Всього
		I иждень	II иждень	III иждень	IV иждень	V иждень	VI иждень	
1.	Подолання єдиної смуги перешкод	100	100	100	100	100	100	600
2.	Стрільба з ПМ та АКМ	40	40	40	40	40	40	240
3.	Марш-кидок на 5 км у повному спорядженні	15	15	15	15	15	15	90
4.	Прийоми РБ (бойового самбо)	50	50	50	50	50	50	300
5.	Спортивні та рухливі ігри	40	40	40	40	40	40	240
6.	Відновлювальне навантаження	15	15	15	15	15	15	90
Загальний об'єм навантаження (хв.)		260	260	260	260	260	260	1560

Виконання вправ розподілено на певні етапи, які включали виконання певних завдань з подолання єдиної смуги перешкод за **першим варіантом**: біг зі зброєю (автомат) 1200 м по пересіченій місцевості; подолання рову заввишки 2,5 м; подолання лабіринту та паркану заввишки 2 м; подолання відрізків та балок зруйнованого мосту, перестрибування через розрив та зіскокування на землю з кінця останнього відрізка балки; з положення стоячи знешкодити 2 або 3 супротивників та продовжити проходження смуги перешкод; подолання пролomu у цегляній стінці; біг 100 м по пересіченій місцевості до вогневого рубежу; виконання стрільби з табельної зброї (пістолет Макарова (ПМ)) трьома патронами по 3-х мішенях (відстань до мішеней - 25 метрів); стрільба з автомата Калашникова (АКМ) трьома патронами по 3-х мішенях (відстань до мішеней - 100 метрів); після закінчення стрільби - доповідь про виконання вправ.

За **другим варіантом** – біг з автоматом 1700 м по пересіченій місцевості; при наближенні до вогневого рубежу знешкодити і обеззброїти 2 або 3 умовних супротивників; на вогневому рубежі виконати стрільбу з ПМ і АКМ трьома патронами на ураження 3-х мішеней; після завершення стрільби - доповідь про завершення вправи.

За **третьім варіантом** – біг з автоматом 1000 м по пересіченій місцевості; подолання водної перешкоди шириною 25 м в обмундируванні та з автоматом; біг 100 м до вогневого рубежу; знешкодження 2 або 3 умовних супротивників; стрільба з автомата та пістолета (АКМ і ПМ) по 3 патрони на ураження 3х мішеней; доповідь про завершення вправи.

За результати дослідження та з метою визначення рівня спеціальної професійно-прикладної фізичної підготовленості курсантів ми врахували час проходження смуг перешкод за кожним варіантом (№ 1, 2, 3), кількість помилок, допущених під час обеззброєння умовного противника, результати та кількість уражень цілей під час стрільби з ПМ і АКМ та здійснили розрахунок значення коефіцієнтів стабільності показників професійно-прикладної фізичної підготовленості курсантів (табл. 2).

Таблиця 2

Коефіцієнт стабільності показників, що визначають рівень ППФП курсантів

№ з/п	Найменування варіантів виконання вправ	Значення коефіцієнту стабільності
<i>Часові показники виконання подолання спеціальної смуги перешкод</i>		
1.	Варіант № 1	0,963
2.	Варіант № 2	0,939
3.	Варіант № 3	0,919
<i>Помилки, допущені під час обеззброєння умовного противника у процесі виконання подолання спеціальної смуги перешкод</i>		
1.	Варіант № 1	0,73
2.	Варіант № 2	0,75

3.	Варіант № 3	0,71
<i>Результати та кількість уражень цілей під час стрільби з ПМ і АКМ у процесі виконання подолання спеціальної смуги перешкод</i>		
1.	Варіант № 1 ПМ	0,77
	Варіант № 1 АКМ	0,81
2.	Варіант № 2 ПМ	0,77
	Варіант № 2 АКМ	0,78
3.	Варіант № 3 ПМ	0,81
	Варіант № 3 АКМ	0,83

Висновки. Таким чином, проведене дослідження дає змогу нам стверджувати, що удосконалення процесу професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів має здійснюватися з урахуванням цілей та завдань військово-професійної діяльності та супроводжуватися вихованням внутрішньої мотивації майбутніх захисників до систематичних занять з фізичної, тактичної, та вогневої підготовки, коригуванням їхнього психофізіологічного стану. Комплексний інтегративний зміст та раціональне використання засобів професійно-прикладної фізичної підготовки у підсумку дасть змогу надати необхідні знання для виховання високорозвинутого компетентного фахівця ЗС України, сформувати в них спеціальні та професійні компетенції, спеціальні рухові вміння та навички, розвинути фізичні та психологічні якості.

Література

1. Воронцов О., Романчук С., Роліук О., Яворський А. Фізичні навантаження військовослужбовців у сучасному бою. *Український журнал медицини, біології та спорту*. 2017;(90):47-52. <http://dx.doi.org/10.26693/jmbs02.07.047> [Ukrainian].
2. Єрьоменко Е.А. Формування бойової готовності та психологічне забезпечення успішної діяльності спортсмена-диноборця. *Збірник наукових статей*. Дніпропетровськ : ДДІФКіС, 1999. С. 56-72 с [Ukrainian].
3. Інструкція з фізичної підготовки в системі Міністерства оборони України. *Наказ Міністра оборони України від 05.08.2021 р. № 225*. Київ, 2021. 234 с [Ukraine].
4. Одеров А., Романчук С., Людовик Т., Фіщук І., Свищ Я., Пилипчак І., Дух Т., Лашта В. Удосконалення спеціальних якостей військовослужбовців засобами фізичного виховання. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. Вип. 26 (2022). С.135-140 doi: 10.32626/2309-8082.2022-26.135-140.
5. Одеров А.М., Лещінський О.В., Первачук О.І., Бабич М.О. та ін. Якість військово-професійної підготовки курсантів - як складова успішного виконання спеціальних завдань. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова*. 2023;3(161). С. 131-135 [http://dx.doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.03\(161\).30](http://dx.doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.03(161).30) [Ukrainian].
6. Одеров А.М., Первачук О.І., Лесько О.М., Пилипчак В.В. Романів І.В. Андрейчук В.Я. Губа А.В. Тимочко О.І. Паєвський В.В. Аналіз показників психологічних якостей військовослужбовців під впливом чинників військово-професійної діяльності. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова*. 2023; 6(166)23. С. 113-117. [http://dx.doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.6\(166\).24](http://dx.doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.6(166).24) [Ukrainian].
7. Петрачков О.В. Вплив факторів на ефективність процесу бойової підготовки військовослужбовців Сухопутних військ. *Науковий вісник НУБіП України*. 2013. 192(2). С. 66–72 [Ukrainian].
8. Романчук С.В. Дослідження фізичної підготовленості військовослужбовців під час ведення бойових дій. *Науковий часопис НПУ ім. М.П.Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2015. Вип. 3К1 (56) 15. С. 316–9 [Ukrainian].
9. Стасюк В.В. Система соціально-психологічного забезпечення функціонування аеромобільних підрозділів в умовах збройних конфліктів : дис...д-ра психолог. наук: 19.00.05 / Стасюк Василь Васильович – К., 2005. 435 с [Ukrainian].
10. Klymovych V., Oderov A., Korchagin M., Olkhovyi O., Romanchuk S., Motivation of forming students healthcare culture on principles of interdisciplinary integration. *SportMont Journal*. 2019;17(3):79-83. <http://dx.doi.org/10.26773/smj.191017> [Montenegro].
11. Oderov A., Kuznetsov M., Romanchuk S., Pohrebniak D., Indyka S., Bielikova N.: Analysis of the level of physical fitness of cadets of the Military College of Sergeants at the stage of primary, *Sport i Turystyka. Środkowoeuropejskie Czasopismo Naukowe*.2022; 5(1): 93-102 [Poland].
12. Oderov A., M.Korchagin, S.Romanchuk, et.al. Correlation of Physical Fitness and Professional Military Training of Servicemen. *SportMont Journal*. 2020; 18(2): 79-82. <http://dx.doi.org/10.26773/smj.200612> [Montenegro].
13. Romanchuk S., Oderov A., Nebozhuk O. et.al. Analysis of the dynamics of physical development of cadets as a result of the application of crossfit equipment. *Slobozhansky scientific and sports bulletin*. 2022; 26 (4): 133-140. <http://dx.doi.org/10.15391/snsv.2022-4.006> [Ukrainian].

References

1. Vorontsov O., Romanchuk S., Roliuk O., Yavorskyi A. Fizychni navantazhennia viiskovosluzhbovtziv u suchasnomu boiu [Physical Exercise of Military Personnel in Modern Combat]. *Ukrainskyi zhurnal medytsyny, biologii ta sportu*. 2017; (90): 47-52. <https://10.26693/jmbs02.07.047> [Ukrainian].
2. Yeromenko E. A. Formuvannia boiovoi hotovnosti ta psykholohichne zabezpechennia uspishnoi diialnosti sportsmena-yedynobortsia [Formation of combat readiness and psychological support of successful activity of a martial artist]. *Zbirnyk naukovykh statei*. Dnipropetrovsk : DDIFKiS, 1999. pp. 56-72 [Ukrainian].
3. Instruksiiia z fizychnoi pidhotovky v systemi Ministerstva oborony Ukrainy [Instruction on physical training in the system of the Ministry of Defense of Ukraine]. *Nakaz Ministra oborony Ukrainy vid 05.08.2021. № 225*. Kyiv, 2021. p. 234 [Ukraine].

4. Oderov A., Romanchuk S., Liudovik T., Fishchuk I., Svyshch Ya, Pylypchak I., Dukh T., Lashta V. (2022). Udoskonalennia spetsialnykh yakosti viiskovosluzhbovtziv zasobamy fizychnoho vykhovannia [Improvement of special qualities of military personnel by means of physical education]. *Bulletin of Kamianets-Podilskiy Ivan Ohienko National University*. 26 (2022), pp. 135-140. doi: 10.32626/2309-8082.2022-26.135-140 [in Ukrainian].
5. Oderov A.M., Leshchynskiy O.V., Pervachuk O.I., Babych M.O. ta in. Yakist viiskovo-profesiinoi pidhotovky kursantiv - yak skladova uspishnoho vykonannia spetsialnykh zavdan [The quality of military professional training of cadets as a component of successful performance of special tasks]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P. Drahomanova*. 2023; 3(161): 131-135 [http://dx.doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.03\(161\).30](http://dx.doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.03(161).30) [Ukrainian].
6. Oderov A.M., Pervachuk O.I., Lesko O.M., Pylypchak V.V. Romaniv I.V. Andreichuk V.Ia. Huba A.V. Tymochko O.I. Paievskiy V.V. Analiz pokaznykh psykholohichnykh yakosti viiskovosluzhbovtziv pid vplyvom chynnykh viiskovo-profesiinoi diialnosti [Analysis of indicators of psychological qualities of servicemen under the influence of factors of military and professional activity]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P. Drahomanova*. 2023;6(166)23: 13-117. [http://dx.doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.6\(166\).24](http://dx.doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.6(166).24) [Ukrainian].
7. Petrachkov O.V. Vplyv faktoriv na efektyvnist protsesu boiovoi pidhotovky viiskovosluzhbovtziv Sukhoputnykh viisk. [The Influence of Factors on the Effectiveness of the Combat Training Process of the Land Forces] *Naukovyi visnyk NUBiP Ukrainy*. 2013. 192(2). С. 66–72 [Ukrainian].
8. Romanchuk S.V. (2015). Doslidzhennia fizychnoi pidhotovlenosti viiskovosluzhbovtziv pid chas vedennia boiovykh dii [Study of physical fitness of military personnel during combat operations]. *Scientific journal of the Drahomanov National Pedagogical University*. 2015, 3K1(56), pp. 316–9 [Ukraine].
9. Stasiuk V.V. Systema sotsialno-psykholohichnoho zabezpechennia funktsionuvannia aeromobilnykh pidrozdiliv v umovakh zbroinykh konfliktiv [The system of social and psychological support for the functioning of airmobile units in armed conflicts] : *dys...d-ra psykholoh. nauk*: 19.00.05 / Stasiuk Vasyl Vasylovych – K., 2005:435 [Ukrainian].
10. Klymovych V., Oderov A., Korchagin M., Olkhoviy O., Romanchuk S., Motivation of forming students healthcare culture on principles of interdisciplinary integration. *SportMont Journal*. 2019;17(3):79-83. <http://dx.doi.org/10.26773/smj.191017> [Montenegro].
11. Oderov A., M.Korchagin, S.Romanchuk, et al. Correlation of Physical Fitness and Professional Military Training of Servicemen. *SportMont Journal*. 2020; 18 (2), 79-82. <http://dx.doi.org/10.26773/smj.200612> [Montenegro].
12. Oderov A., Kuznetsov M., Romanchuk S., Pohrebniak D., Indyka S., Bielikova N. Analysis of the level of physical fitness of cadets of the Military College of Sergeants at the stage of primary, *Sport i Turystyka. Srodkowoeuropejskie Czasopismo Naukowe*.2022; 5(1): 93-102 [Poland].
13. Romanchuk S., Oderov A., Nebozhuk O. et al. Analysis of the dynamics of physical development of cadets as a result of the application of crossfit equipment. *Slobozhansky scientific and sports bulletin*. 2022; 26 (4): 133-140. <http://dx.doi.org/10.15391/snsv.2022-4.006> [Ukrainian].

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3\(175\).29](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3(175).29)

УДК: 378.013+613.11+611.672+612.06

Самокиш І.І.
доктор педагогічних наук, професор,
професор кафедри гуманітарних та соціально-економічних дисциплін Військової академії, м. Одеса
Діскаленко С.І.
старший викладач кафедри фізичної культури і спорту
Державного університету інтелектуальних технологій і зв'язку, м. Одеса
Шандіцева П.М.
старший викладач кафедри фізичної культури і спорту
Державного університету інтелектуальних технологій і зв'язку, м. Одеса
Децик Т.Е.
старший викладач кафедри фізичної культури і спорту
Державного університету інтелектуальних технологій і зв'язку, м. Одеса
Макаров М.Л.
старший викладач кафедри фізичної культури і спорту
Державного університету інтелектуальних технологій і зв'язку, м. Одеса
Гордієнко Д.В.
викладач кафедри фізичної культури і спорту
Державного університету інтелектуальних технологій і зв'язку, м. Одеса

КОМПЛЕКСНЕ ФУНКЦІОНАЛЬНЕ ТЕСТУВАННЯ НА ОСНОВІ ФІЗИЧНОГО НАВАНТАЖЕННЯ ЗІ ЗМІНОЮ ПОТУЖНОСТІ ЗА ЗАМКНЕНИМ ЦИКЛОМ ДЛЯ СТУДЕНТІВ ЗВО

На основі аналізу науково-методичної літератури було визначено, що у навчально-виховному процесі фізичного виховання у вищих навчальних закладах в якості моніторингу функціональних можливостей студентів в основному використовуються тестування з фізичної підготовленості. Також має місце застосування в оцінюванні функціональних можливостей функціональних проб та тестувань за допомогою дозованих фізичних навантажень з метою встановлення фізичної працездатності. У світлі опублікованих даних є помітною спірність думок у визначенні