

## ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

# ОПТИМІЗАЦІЯ СИСТЕМИ КОНТРОЛЮ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ КУРСАНТІВ ВИЩИХ ВІЙСЬКОВИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ



*Петрук Андрій<sup>1</sup>, Романчук Сергій<sup>1</sup>, Афонін Вячеслав<sup>1</sup>,  
Анохін Євгеній<sup>1</sup>, Данилевич Мирослава<sup>2</sup>, Курбакова Світлана<sup>3</sup>*

<sup>1</sup>Національна академія сухопутних військ

<sup>2</sup>Львівський державний університет фізичної культури

<sup>3</sup>Українська військово-медична академія

**DOI:10.32540/2071-1476-2024-3-075**

### **Annotation**

**Introduction.** A mandatory element of the training system in Higher Military Educational Institutions (HMEIs) is the assessment and evaluation of cadets' physical fitness. This is carried out in accordance with the provisions of the Physical Training Instruction within the Ministry of Defense of Ukraine. Since the establishment of independent Ukraine, the governing documents on physical training have been refined in 1997, 2009, 2014, and 2021. The system for assessing the physical fitness of military personnel (cadets) has remained unchanged over all these years. It involves testing according to a specific list of exercises and evaluating performance based on developed standards. The functional state of the performers' bodies and their moral-psychological (motivational) condition were not taken into account. In our opinion, this is a significant shortcoming of the existing system for assessing and evaluating the physical fitness of military personnel, especially cadets in HMEIs.

**The aim of the study** is to develop an author's program to monitor first-year cadets' mastery of the discipline of «Physical Education and Special Physical Training» in higher military educational institutions (HMEIs).

**Materials and Methods of the Study.** The research was conducted at the Hetman Petro Sahaidachnyi National Army Academy. During the study, an analysis was performed on the educational programs of various higher military educational institutions, as well as the authors' physical training programs for cadets of different military specialties and branches of the military. To achieve the set objectives, methods of theoretical analysis and synthesis of literary sources, documentary materials, and practical implementation of control measures during cadets' training were utilized.

**Results.** The study revealed that the assessment and evaluation of the physical fitness of military personnel (cadets in HMEIs) is a mandatory element of the training system in all structures of the Armed Forces of Ukraine, including HMEIs. However, the assessment only covers the level of development of physical qualities and the degree of mastery of certain military-applied skills. We have developed and proposed certain adjustments to the system of physical fitness control for HMEI cadets. Specifically, control should be conducted in four areas: assessment of the level of physical fitness (based on a set of certain physical exercises); assessment of the functioning state of the cardiovascular system; assessment of the moral and psychological state (level of motivation for physical training); and assessment of the level of theoretical knowledge regarding the impact of physical exercises on human health.

**Conclusions.** Based on the analysis of the existing system for assessing physical fitness in HMEIs and the research materials on the educational activities of cadets, a new system for assessing and evaluating the physical fitness of HMEI cadets has been developed and proposed.

**Keywords.** Assessment and evaluation, physical training, cadets.

**Анотація**

**Вступ.** Обов'язковим елементом системи навчання у Вищому військовому навчальному закладі (ВВНЗ) є перевірка і оцінка фізичної підготовленості курсантів. Вона здійснюється згідно положень Інструкції з фізичної підготовки в системі Міністерства оборони України. За період існування незалежної України керівні документи з фізичної підготовки вдосконалювали у 1997, 2009, 2014 та 2021 роках. Система перевірки фізичної підготовленості військовослужбовців (курсантів) залишалась незмінною всі ці роки. Вона передбачала тестування за певним переліком вправ та оцінку виконання згідно розроблених нормативів. Функціональний стан організму виконавців, їх морально-психологічний (мотиваційний) стан не брався до уваги. На наш погляд це є суттєвим недоліком існуючої системи перевірки й оцінювання фізичної підготовленості військовослужбовців і, особливо, курсантів ВВНЗ.

**Мета дослідження** – розробити авторську програму контролю освоєння навчальної дисципліни «Фізичне виховання та спеціальна фізична підготовка» курсантами першого курсу навчання у ВВНЗ.

**Матеріал та методи дослідження.** Дослідження проводилися на базі Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного. В ході дослідження проводився аналіз освітніх програм різних ВВНЗ, авторські програми фізичної підготовки курсантів різних військових спеціальностей і родів військ. Для досягнення поставленої мети були застосовані методи теоретичного аналізу та узагальнення літературних джерел, документальних матеріалів, практики проведення контрольних заходів під час навчання курсантів.

**Результати.** В ході дослідження виявлено, що перевірка і оцінювання фізичної підготовленості військовослужбовців (курсантів ВВНЗ) є обов'язковим елементом системи навчання у всіх структурах ЗСУ, у тому числі, й у ВВНЗ. У той же час оцінці підлягає лише рівень розвитку фізичних якостей і ступінь оволодіння деякими військово-прикладними навичками. Нами розроблено і запропоновано ввести певні корективи у систему контролю фізичної підготовки курсантів ВВНЗ. А саме, контроль має проводитись за 4 напрямками: оцінювання рівня фізичної підготовленості (за комплексом певних фізичних вправ); оцінювання стану функціонування серцево-судинної системи; оцінювання морально-психологічного стану (рівень мотивації до занять фізичною підготовкою); оцінювання рівня теоретичних знань стосовно впливу занять фізичними вправами на рівень здоров'я людини.

**Висновки.** На основі аналізу існуючої системи перевірки фізичної підготовки у ВВНЗ, матеріалів досліджень науковців навчальної діяльності курсантів була розроблена і запропонована нова система перевірки і оцінки фізичної підготовленості курсантів ВВНЗ.

**Ключові слова.** Перевірка і оцінка, фізична підготовка, курсанти.

**Вступ.** Навчальна діяльність курсантів перших курсів у ВВНЗ традиційно привертає пильну увагу фахівців у сфері педагогіки та психології вищої військової школи. Вона розглядається не лише як предмет самостійного дослідження, але й тією чи іншою мірою вирішується у межах вивчення суміжних проблем: спадкоємності середньої та вищої школи, адаптації випускників середніх шкіл до умов навчання у військових закладах вищої освіти, формування культури та дисципліни навчальної праці курсантів, організації самостійної роботи курсантів та багато інших проблем.

Основне завдання ВВНЗ – підготувати для Збройних Сил України відданих українському народові, морально стійких, дисциплінованих, високопрофе-

сійних офіцерів, які володіють знаннями, уміннями та навичками, необхідними для успішного виконання завдань на первинних офіцерських посадах. У зв'язку з цим, важлива роль у вирішенні цих завдань відводиться фізичному вихованню курсантів як одному з основних засобів підвищення активності, збереження та зміцнення здоров'я.

На основі інтеграції наукових досліджень у галузі теорії і методики фізичного виховання та спорту, оздоровчої фізичної культури та підвищення продуктивності методів навчання досягається адаптованість системи фізкультурної освіти у вищому військовому навчальному закладі (ВВНЗ). Але, незважаючи на велику кількість розроблених за останні роки ефективних педаго-

гічних технологій, є низка дискусійних та невирішених проблем концептуально-методологічного та прикладного характеру з питань контролю та оцінювання знань та умінь курсантів в системі фізичної підготовки.

**Мета дослідження** – розробити авторську програму контролю освоєння навчальної дисципліни «Фізичне виховання, спеціальна фізична підготовка і спорт» на першому курсі навчання у ВВНЗ.

**Матеріал та методи дослідження:** У статті розглянуто умови ефективного формування та застосування системи контролю в опануванні курсу навчальної дисципліни «Фізичне виховання, спеціальна фізична підготовка і спорт». Для досягнення поставленої мети використовувались методи теоретичного аналізу та уза-

гальнення літературних джерел, документальних матеріалів, практики проведення контрольних заходів під час навчання курсантів.

Дослідження проводилися на базі Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного. В ході дослідження використовувались навчально-освітні програми різних вищих військових закладів (Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного, Житомирського військового інституту імені С.П. Корольова, Військового інституту танкових військ Національного технічного університету «Харківський політехнічний інститут», Військового інституту Київського національного університету імені Тараса Шевченка), авторські програми підготовки курсантів різних військових спеціальностей і родів військ.

Результати освітньої практики свідчать про суперечності між зростанням кількості авторських програм і неможливістю освоєння їх у повному обсязі в рамках навчального плану при виконанні державного освітнього стандарту, а також, – про невідповідність теоретико-практичного розділу робочих програм контрольнo-нормативному забезпеченню з дисципліни «Фізичне виховання, спеціальна фізична підготовка і спорт». У сфері фізичного виховання контроль передбачає лише тестування рівня фізичної підготовленості, з урахуванням результатів якого здійснюється атестація з дисципліни «Фізичне виховання, спеціальна фізична підготовка і спорт». Такий підхід не сприяє формуванню фізкультурної грамотності курсантів та усвідомленої потреби у руховій фізкультурно-спортивній діяльності.

Результати численних наукових досліджень свідчать, що проблема формування навчальної діяльності курсантів першого курсу у ВВНЗ традиційно привертає пильну увагу фахівців у сфе-

рі психології та педагогіки вищої військової школи. Вона вивчається не лише, як предмет самостійного розгляду, але й тією чи іншою мірою вирішується у межах дослідження суміжних проблем: спадкоємності вищої та середньої школи [10, 11, 12], адаптації випускників середніх шкіл до умов навчання у військових ЗВО [14, 15], формування культури та дисципліни навчальної праці курсантів [20], організації самостійної роботи курсантів [8] та багато інших проблем [1, 3, 6, 7].

Навчальна діяльність курсантів перших курсів супроводжується суттєвими труднощами загально навчального характеру, високим рівнем тривожності, низькою задоволеністю та повільною адаптацією до навчальної діяльності тощо. Часто це призводить до зниження рівня здоров'я або появи різноманітних порушень у діяльності органів і систем організму в цілому.

Наше дослідження присвячено контрольнo-оцінній ланці структури педагогічної діяльності у військовому навчальному закладі. У процесі навчання центральна нервова система (ЦНС) курсанта, отримує надзвичайно високе навантаження за цілим рядом об'єктивних і суб'єктивних факторів навчання, таких як: вік, стан здоров'я, середовище життєдіяльності та навчання, навчальне навантаження, відпочинок тощо. Це все відбивається на психофізіологічному стані курсантів. Крім того, слід враховувати: мотивацію до навчання, знання, працездатність, професійні здібності, нервово-психічну стійкість, темп навчальної діяльності, стомлюваність, психофізичні здібності, персональні якості, здатність адаптуватись до специфічних умов навчання у ВВНЗ [4, 5, 7, 8, 11].

На думку провідних вчених України, свої функції, що розвивають особистість, фізична культура найбільш повно реалізує через систему фізичного виховання, а в

умовах військового навчального закладу – через вивчення дисципліни «фізичне виховання, спеціальна фізична підготовка і спорт». Ефективність занять з фізичної підготовки у ВВНЗ в значній мірі залежить від змісту програм, за якими вони здійснюються [12, 16, 19].

Включення різних аспектів аналізу навчальної діяльності в цілісне уявлення про неї дає системний підхід, основні положення якого і за походженням, і змістом орієнтовані на інтегративні процеси. Повноцінна навчальна діяльність – завжди єдність і взаємообумовленість всіх її компонентів. Своєрідність, відмінна особливість навчальної діяльності курсантів полягає в тому, що вона завжди пов'язана з переходом юнака в нову дійсність, оволодінням кожним з її компонентів, здійсненням переходів від одного компонента до іншого. Саме це збагачує курсанта, перетворює його психіку, формує свідомість.

Одним із важливих складових системи фізичної підготовки курсантів є оцінювання рівня досягнутої фізичної підготовленості за певний проміжок часу. Вченими у галузі військової науки запропоновані багато різних варіантів оцінки результатів цілеспрямованої діяльності з розвитку і вдосконалення як окремих фізичних якостей, так і інтегрованої оцінки рівня фізичної підготовленості окремого курсанта чи групи в цілому. Але практика застосування запропонованих і затверджених систем оцінки рівня фізичної підготовленості курсантів виявляє певні їх недоліки. [2, 6, 17, 18].

Існуюча система фізичної підготовки у ЗСУ передбачає розділ перевірки і оцінки фізичної підготовленості військовослужбовців. Цей розділ присутній у всіх Настановах з фізичної підготовки (НФП) ЗСУ за період з 1991 р. по сьогоднішній день (НФП-1997, НФП-2009, ТНФП-2014, Інструкція з ФП МОУ-2021), затверджених міністрами оборони України

або Начальником Генерального штабу ЗСУ. У цьому розділі наголошується, що кожен військовослужбовець несе особисту відповідальність за рівень своєї фізичної підготовленості, а кожен командир (начальник) зобов'язаний знати, систематично перевіряти та оцінювати рівень фізичної підготовленості підпорядкованих йому військовослужбовців.

У ВВНЗ в кінці кожного парного семестру проводяться заліки з оцінкою, у кінці парних семестрів проводяться екзамени. Після закінчення навчання проводиться державний екзамен з фізичної підготовки, до змісту якого обов'язково включаються вправи на силу, витривалість, вправа на смугі перешкод, прийоми рукопашного бою та одна зі спеціальних або військово-прикладних вправ з програми навчання. На заліках та екзаменах перевіряється також рівень методичної підготовленості курсантів.

До програми семестрових екзаменів і залік з фізичної підготовки для курсантів, студентів, слухачів (усіх форм навчання) ВВНЗ, ВНП ЗВО, ЗФПВО включаються 4–5 вправ, що характеризують розвиток основних фізичних і спеціальних якостей і військово-прикладних рухових навичок та вмінь. Вони також перевіряються за рівнем теоретичних знань та організаційно-методичних навичок і вмінь. Зміст програми залік та екзаменів визначаються кафедрою фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту з урахуванням програми навчання.

Таким чином, до програми перевірки і оцінки фізичної підготовки ЗСУ входять тестування фізичної підготовленості курсантів за певним переліком контрольних вправ та визначення рівня методичної підготовленості курсантів, тобто їх вміння проводити з групою комплексів фізичних вправ.

Аналіз навчальних програм НАСВ, Військового інституту танкових військ Національного

технічного університету «Харківський політехнічний інститут», Житомирського військового інституту та інших свідчать, що навчальна дисципліна «Фізичне виховання, спеціальна фізична підготовка і спорт» є обов'язковим освітнім компонентом, а зміст навчальних програм не має суттєвих відмінностей. Для курсантів усіх військових спеціальностей [використовуються одні і ті ж засоби, методи, розділи теоретичної, методичної, практичної підготовки, форми організації занять і головне – форми і методи контролю і оцінки досягнень у фізичному вдосконаленні курсантів. Як правило, оцінюється в основному рівень розвитку фізичних якостей курсантів, оволодіння ними певними руховими навичками. Такий контроль передбачений всіма Настановами з фізичної підготовки ЗСУ і останньою Інструкцією з фізичної підготовки у ЗСУ 2021 року. У той же час не передбачено контролю і оцінки стану і змін функціональних можливостей організму курсантів, їх психічного розвитку в плані динаміки мотивації до занять фізичною культурою. А це, на думку багатьох дослідників, є основним показником рівня здоров'я молоді [6,10,15,]. Особливо важливо знати динаміку адаптації курсантів першокурсників до суттєвих змін в режимі їх повсякденного життя в умовах військової освіти.

Актуальність цієї проблеми бачиться в інтеграції найбільш продуктивних на даному етапі розвитку фізкультурної освіти спортивно орієнтованих здоров'язберігаючих технологій навчання у фізичному вихованні курсантів на основі релевантної інформації про запити, потреби та можливості суб'єктів освітнього процесу у сфері фізичної культури та спорту, а також завданнями оптимізації процесу адаптації курсантів до навчальної діяльності в умовах модернізації системи вищої освіти.

На основі вищевикладених теоретичних положень було розроблено програму цілеспрямованого формування системи контролю проходження курсу навчальної дисципліни «Фізичне виховання, спеціальна фізична підготовка і спорт» для курсантів першокурсників, що дозволяє швидше та з найменшими втратами адаптуватися до навчальної діяльності (табл. 1).

Запропонована програма розрахована на досягнення основної мети – озброїти курсантів спеціалізованими знаннями, вміннями і навичками з дисциплін, що вивчаються, які мають позитивний ефект у загальноосвітній підготовці та необхідні для майбутньої військової професійної діяльності.

Етапи в системі контролю мають переслідувати такі цілі: формування компонентів навчально-тренувальної діяльності курсантів у ВВНЗ; діагностика рівня сформованості фізичної культури курсанта; визначення функціонального рівня організму та пізнавальної активності кожного курсанта, що є необхідними елементами саморегуляції навчально-тренувальної діяльності та управління нею; вдосконалення навчально-тренувальної діяльності курсантів на наступних етапах навчання в умовах розвинутої самостійності, та наявності сталого високого рівня сформованості фізичної культури особистості.

**Дискусія.** Загальновідомо, що будь-який вид діяльності (у т.ч., й педагогічної) уключає мету, об'єкт, суб'єкт, результат і сам процес праці. Мета педагогічної діяльності – це формування якісно нової, гармонійно розвинутої особистості.

Вивчення різних проблем фізичного виховання, що розглядаються в науковій та методичній літературі інших держав (наприклад, в США), показало, що психологи, педагоги, медики вважають контроль одним з провідних

Таблиця 1

**Програма цілеспрямованого формування системи контролю за освоєнням курсу  
навчальної дисципліни «Фізичне виховання спеціальна фізична підготовка і спорт» для  
курсантів-першокурсників**

<b>Елементи</b>	<b>Мета</b>	<b>Завдання</b>	<b>Засоби</b>
1	2	3	4
Довузівська робота	- зниження гостроти протиріч між вимогами освітнього процесу та рівнем підготовленості випускників шкіл до продовження освіти у ВВНЗ	- підвищити рівень компетентності випускників шкіл у питаннях організації фізичного виховання у ВВНЗ; - пропонувати широкого включення практичних форм та методів навчання у ВВНЗ до навчального процесу старшокласників	- пропаганда серед вчителів шкіл форм та методів навчання у ВВНЗ; - педагогічний аналіз попереднього досвіду фізкультурної діяльності першокурсників; - пропагандистська робота здорового способу життя; - залучення учнів старших класів до занять фізичними вправами у спортивних секціях ВВНЗ
Проміжний етап	моніторингові дослідження стану здоров'я та фізичної підготовленості курсантів 1 курсу	- отримати інформацію, необхідну для вдосконалення навчального процесу першокурсників з метою визначення його відповідності реальним можливостям молодих курсантів; - інформувати курсантів з результатами моніторингу навчальної діяльності	- використання традиційної методики моніторингу стану здоров'я та фізичної підготовленості; - надання консультативної допомоги курсантам при появі конкретних проблем з фізичної підготовленості
перехідно-настановний етап	формування засад навчальної діяльності курсантів у рамках курсу дисципліни «Фізичне виховання спеціальна фізична підготовка і спорт»	- допомогти вчорашнім школярам швидше адаптуватися до нових умов життєдіяльності у ВВНЗ; - забезпечити необхідними знаннями у галузі фізичної культури та спорту; - сформувати і відпрацювати на заняттях потрібні вміння та навички, необхідні першокурсникам для здійснення основних функцій навчальної діяльності	- ознайомлення першокурсників із робочою програмою за спеціальністю; - роз'яснення в навчальному процесі питань лекційного курсу дисципліни; - узгодження основних понять дисципліни з поняттями програм інших дисциплін (психології, педагогіки та ін.)
Контрольно-коректувальна діяльність	визначення розвитку фізичних якостей курсантів, визначення стану функціональної підготовленості організму курсантів, визначення мотиваційно-психологічного стану курсантів	- здійснювати контроль формування фізичної підготовки курсантів; - проводити тести функціонального стану окремих систем організму курсантів; - отримувати інформацію про морально-психічний стан курсантів	- розробити комплекс вправ для моніторингу фізичної підготовленості курсантів; - поточна діагностика динаміки функціональної підготовленості курсантів; - підготовка психологічних опитувальників для курсантів - рекомендації науково-методичної літератури для курсантів

аспектів навчального процесу. Зазвичай, педагогічний контроль поділяють на тестування і оцінювання. Американські спеціалісти вважають оцінювання головним фактором, що впливає на процес

навчання в цілому. На відміну від інших предметів ефективність фізичного виховання визначається станом здоров'я, благополуччя і якості життя людини. Тому процес оцінювання результатів фізич-

ного виховання має довготривалі наслідки.

Американські вчені виділяють наступні завдання процесу оцінювання у фізичному вихованні:  
1. Мотивація, підвищення рівня

самооцінки учнів, орієнтація їх на досягнення успіхів; 2. Діагностика здібностей учня, визначення рівня підготовленості кожного юнака та групи в цілому; 3. Класифікація рівнів підготовленості юнаків (з метою поділення на підгрупи для оптимізації процесу навчання); 4. Визначення досягнень учнів за певний період (для оцінки ефективності обраної програми навчання, методики викладання, планування навчального процесу); 5. Визначення майбутнього прогресу учнів. Виконання цих завдань дає можливість спеціалісту фізичного виховання ефективно організувати процес фізичної підготовки певної групи учнів [22].

На думку американських спеціалістів, поняття фізична підготовленість включає кардіореспіраторну тренуваність, м'язову силу, витривалість, гнучкість і зросто-вагові співвідношення. Ну і природно, що без достатньої мотивації досягнути успіхів у фізичній підготовленості юнака досить складно [21,23].

Процес становлення фізично освіченої людини вимагає вирішення чотирьох основних завдань: 1. Досягнення високого рівня фізичної підготовленості. 2. Розвиток рухових вмінь та навичок. 3. Постійне підвищення (утримання) рівня функціонування систем організму. 4. Покращення пізнавальних здібностей та емоційної сфери, включаючи мотивацію рухової діяльності.

Для виконання цих завдань, на нашу думку, в систему перевірки фізичної підготовки курсантів першокурсників необхідно включити наступні елементи:

- Тестування фізичної підготовленості (сила, швидкість, витривалість, гнучкість);
- Визначення рівня функціонування серцево-судинної системи (проба Руф'є);
- Визначення рівня мотивації до занять фізичними вправами;

- Визначення рівня теоретичної підготовленості (розуміння процесів в організмі під час виконання фізичних вправ – письмові тести).

На думку фахівців [9, 13, 18], у рамках системи фізичного виховання, що склалася на сьогодні, колективам кафедр фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту ВВНЗ необхідно почати з реорганізації програмно-нормативного забезпечення навчального процесу за курсом «Фізичне виховання спеціальна фізична підготовка і спорт». Необхідно допомогти курсанту адаптуватися до нових умов та вимог освітнього процесу у ВВНЗ. Відсутність елементарних знань про свій організм, про роботу його функціональних систем, про вплив фізичного навантаження, нерозуміння процесів фізичного розвитку, втоми, відновлення – все це і є головними причинами невпевненості курсантів у досягненні успіху при виконанні контрольних вимог щодо фізичного виховання. У сфері фізичного виховання курсантів контроль передбачає лише тестування рівня фізичної підготовленості, з урахуванням результатів якого здійснюється атестація з дисципліни «Фізичне виховання, спеціальна фізична підготовка і спорт». Така практика не сприяє формуванню фізкультурної грамотності курсантів та усвідомленої потреби у руховій фізкультурно-спортивній діяльності [18]. Перевірка та оцінка фізичної підготовленості є одним з основних розділів всіх Наставов з фізичної підготовки у Збройних Силах України за попередні роки. Але, на наш погляд, базою досягнень у фізичному розвитку і фізичній підготовленості є можливості функціонування різних органів і систем організму людини. Тому дуже важливо визначати динаміку функціонального стану організму курсантів, особливо на першому році навчання у ВВНЗ.

Важливим показником готовності до фізичних навантажень і здоров'я курсанта є стан серцево-судинної системи. Дослідження системи кровообігу проводиться за допомогою функціональних проб з використанням фізичних навантажень, що дозволяє отримати об'єктивні дані про функціональний стан серцево-судинної системи й організму курсанта в цілому, виявити раніше порушення працездатності. Динамічні дослідження з використанням таких проб дозволяють спостерігати за тренуваністю курсантів, а також вивчати адаптацію серцево-судинної системи до змін умов зовнішньої середовища.

Визначальним компонентом організації навчально-виховного процесу у ВВНЗ часто є мотивація. Вона може бути внутрішньою або зовнішньою щодо діяльності, але завжди внутрішньо характеризує особистість як суб'єкта цієї діяльності. Поняття мотивації є одним з основних, що характеризують рушійні сили поведінки та діяльності людини.

О.М. Ольховий (2011), С.В. Романчук (2012) вважають, що фізичній підготовці у сучасних умовах освіти необхідно приділяти більше уваги та відводити їй особливе місце [7 13]. Пронтенко К.В. (2021), а також інші фахівці підкреслюють те, що заняття з фізичної підготовки курсантів ВВНЗ здебільшого спрямовані на розвиток фізичних якостей та набуття рухових умінь та навичок. При цьому формування мотивації до занять фізичними вправами і спортом у майбутніх офіцерів відбувається без належного планування, вважається, що мотивація присутня і зусиль для її підтримання прикладати не потрібно. Аналіз керівних документів з фізичної підготовки, наказів і розпоряджень з її організації у ВВНЗ дозволив стверджувати, що метою фізичної підготовки має бути забезпечення всебічної особистої фізичної готовності до

бойової діяльності, враховуючи військово-облікову спеціальність випускників, а також підготовленості їх до керування фізичним вдосконаленням військовослужбовців. Передумовою, що дає змогу досягти вказану мету, є випереджальне формування у майбутніх офіцерів мотиваційно-ціннісного ставлення до фізичної підготовки, орієнтацію на здоровий спосіб життя й фізичне самовдосконалення, виховання в особового складу потреби до регулярних та систематичних занять фізичними вправами та спортом.

Важливо сформулювати у курсантів мотиви, що необхідні їм для раціоналізації навчальної діяльності, підвищення ефективності педагогічних дій, що відрізняються високим ступенем інтересу до занять фізичною підготовкою та переконанням у їх доцільності. В цьому аспекті відзначається роль і значення спеціальної фізичної підготовки, що підпорядковується виконанню завдань з набуття військово-прикладних рухових навичок, розвитку спеціальних фізичних якостей, необхідних у вибраній військовій спеціальності), С.В. Романчук (2013), О. Петрачков (2007). Конкретні результати такої підготовки допомагають вирішити проблему

досягнення психологічної стійкості військовослужбовців під час ведення бойових дій, де вміння подолати велике емоційно-психологічне навантаження і фізичне напруження відіграє вирішальну роль. Тому одним із мотивуючих чинників має стати бажання бути готовим до екстремальних ситуацій, а, головне, впевненим в успішності своїх дій [20].

Таким чином, в сучасній науково-методичній літературі представлена достатня кількість робіт, присвячених проблемі фізичної підготовки курсантів ВВНЗ і формуванню їх мотиваційно-ціннісного ставлення до свого фізичного вдосконалення. В той же час, актуальним залишається проблема ефективної організації системи контролю фізичної підготовки курсантів перших курсів, формування у них мотивації до рухової активності і прогресу у фізичній підготовленості.

**Висновки.** Результати дослідження дозволили визначити, що проблема якісної підготовки курсантів перших курсів є актуальною і вимагає пошуку шляхів покращення програми адаптації курсантів до незвичних умов навчальної діяльності. Розроблена програма цілеспрямованого формування системи контролю за освоєнням

курсу навчальної дисципліни «Фізичне виховання спеціальна фізична підготовка і спорт» для курсантів-першокурсників має сприяти вдосконаленню процесу оволодіння програмою фізичної підготовки курсантів. Вона має включати тестування фізичної підготовленості курсантів, визначення рівня функціонування їх організму, мотивації до занять фізичними вправами та визначення рівня розуміння курсантами впливу фізичних вправ на здоров'я особистості.

**Перспективи подальших досліджень** передбачають розроблення апробацію конкретних показників авторської системи контролю за освоєнням курсу навчальної дисципліни «Фізичне виховання спеціальна фізична підготовка і спорт» в умовах вищого військового навчального закладу (фізичні вправи, функціональні проби, прийоми оцінювання мотивації та теоретичних знань).

**Фінансування.** Наукова робота не має спеціального фінансування та виконана у відповідності до плану наукових досліджень Національної академії сухопутних військ імені гетьмана П.Сагайдачного.

**Конфлікт інтересів.** Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

## Література

1. Керівництво та організація форм фізичної підготовки у вищих військових навчальних закладах: Навчальний посібник / Ю.А.Бородін, М.Ф.Пічугін, В.М.Романчук та ін. – Житомир: ЖВІ НАУ, 2008. – 284 с.
2. Коваленченко В.Ф., Степаненко Р.В. Функціональний стан серцево-судинної системи організму юнаків в процесі адаптації до тривалих фізичних навантажень / Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Серія № 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / Фізична культура і спорт» зб.наукових праць / За ред. Г.М.Арзютова – К.: Вид-во НПУ імені М.П.Драгоманова, 2016. – Випуск №К 1 (70)16. – С.38-42.

## References

1. Leadership and organization of physical training forms in higher military educational institutions: A textbook / Yu.A. Borodin, M.F. Pichugin, V.M. Romanchuk, et al. – Zhytomyr: ZhVI NAU, 2008. – 284 p.
2. Kovalenchenko V.F., Stepanenko R.V Functional state of the cardiovascular system in young men during adaptation to prolonged physical exertion / Scientific Journal of the National Pedagogical University named after M.P. Dragomanov. Series №15. «Scientific and Pedagogical Problems of Physical Culture / Physical Culture and Sports» collection of scientific papers / Edited by G.M. Arzyutov – Kyiv: Publishing House of NPU named after M.P. Dragomanov, 2016. – Issue №K 1 (70)16. – Pp. 38-42.

3. Лошицька Т.І. Рухова активність юнаків-студентів призовного віку. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту:зб. Наук. Пр. за ред. Єрмакова С.С.- Харків:ХДАДМ (XXIII), 2004. № 6.-
4. Логінов Д.О. Сучасні підходи до організації та проведення фізичної підготовки курсантів і слухачів ВВНЗ /М.В.Кузнецов, А.С.Демків //матеріали міжнародної науково-практичної конференції «Вдосконалення системи фізичної підготовки у Збройних Силах України в умовах сьогодення та приведення її до сумісності зі стандартами Армії країн-членів НАТО». (Київ, 13-14 грудня 2016 року)./Мін-во оборони України. Національний університет оборони України імені Івана Черняховського. – К.:НУОУ, 2016.- С. 217-219.
5. Одеров А, Шлямар І, Балдецький А. Система перевірки та оцінювання фізичної підготовленості військовослужбовців Збройних сил іноземних держав. В: Приступа Є, редактор. Молода спортивна наука України. Зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини. Львів; 2013;17(2), с. 109-113.
6. Пронтенко К.В., Боярчук О.М., Гусак О.Д., Дзюба Т.Г., Михнюк О.В. Вивчення інтересів та мотивації курсантів першого курсу до занять спортом у процесі навчання. Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту Збройних Сил України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України. Збірник тез доповідей V Міжнародної науково-практичної конференції. Київ – 2021. С. 85-87
7. Романчук С.В. Фізична підготовка курсантів військових навчальних закладів Сухопутних військ Збройних Сил України : монографія. Львів: АСВ; 2012.408 с.
8. Саламаха О.Е. Фізична підготовленість, функціональний стан серцево-судинної системи як критерій оцінки стану здоров'я студентів НТУУ «КП» // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова.Серія №15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / Фізична культура і спорт» зб.наукових праць /За ред. Г.М.Арзютова – К.: Вид-во НПУ імені М.П.Драгоманова, 2016. – Випуск №К 1 (70)16. – С.165-168.
9. Серій О.А., Непомнящий О.В., Гром Т.А. Адаптація курсантів-зв'язківців до умов освітнього та професійного середовища через використання системи спеціальних фізичних вправ. Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту Збройних Сил України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної
3. Loshitska T.I. Motor activity of young male students of conscription age. Pedagogy, psychology, and medical-biological problems of physical education and sports: a collection of scientific papers edited by Yermakov S.S. – Kharkiv: KhDADM (XXIII), 2004. №6.
4. Loginov D.O. Modern approaches to the organization and conduct of physical training for cadets and students of HMEIs / M.V. Kuznetsov, A.S. Demkin // Materials of the international scientific-practical conference «Improving the physical training system in the Armed Forces of Ukraine in the present conditions and bringing it in line with NATO Army standards.» (Kyiv, December 13-14, 2016) / Ministry of Defense of Ukraine. The National Defense University of Ukraine was named after Ivan Chernyakhovsky. – Kyiv: NUOU, 2016. – Pp. 217-219.
5. Oderov A., Shlyamar I., Baldetskyi A. The system of testing and evaluation of the physical fitness of military personnel of foreign armed forces. In: Prys-tupa Y., editor. Young Sports Science of Ukraine. Collection of scientific papers on physical education, sports, and human health. Lviv; 2013; 17(2), Pp. 109-113.
6. Prontenko K.V., Boyarchuk O.M., Husak O.D., Dzyuba T.H., Mykhniuk O.V. Studying the interests and motivation of first-year cadets for sports during training. Modern trends and prospects for the development of physical training and sports of the Armed Forces of Ukraine, law enforcement agencies, rescue, and other special services on the way to Euro-Atlantic integration of Ukraine. Collection of abstracts of the V International Scientific and Practical Conference. Kyiv – 2021. Pp. 85-87.
7. Romanchuk S.V. Physical training of cadets of military educational institutions of the Land Forces of the Armed Forces of Ukraine: monograph. Lviv: ASV; 2012. 408 p.
8. Salamakha O.E. Physical fitness, functional state of the cardiovascular system as a criterion for assessing the health status of NTUU «KPI» students // Scientific Journal of the National Pedagogical University named after M.P. Dragomanov. Series №15. «Scientific and Pedagogical Problems of Physical Culture / Physical Culture and Sports» collection of scientific papers / Edited by G.M. Arzyutov – Kyiv: Publishing House of NPU named after M.P. Dragomanov, 2016. – Issue №K 1 (70)16. – Pp. 165-168.
9. Seriy O.A., Nepomnyashchyi O.V., Hrom T.A. Adaptation of communication cadets to educational and professional environments through the use of a system of special physical exercises. Modern trends and prospects for the development of physical training and sports of the Armed Forces of Ukraine, law enforcement agencies, rescue, and other special services on the way to Euro-Atlantic integration of



- інтеграції України. Збірник тез доповідей V Міжнародної науково-практичної конференції. Київ – 2021, С. 371-375.
10. Сидорченко К.М., Стоянов Р.В. Важливість мотиваційно-ціннісного ставлення курсантів до занять з фізичної підготовки. Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту Збройних Сил України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України. Збірник тез доповідей V Міжнародної науково-практичної конференції. Київ – 2021. с.130-132
  11. Сухорада Г.І., Фіногенов Ю.С. Актуальні питання фізичної підготовки у Збройних Силах України в умовах сьогодення. Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки і спорту у Збройних Силах України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України: Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції (Київ, 14-15 лютого 2019 р.) / Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського; за заг. ред. В.Свистун, О.Петрачкова.- К, НУОУ, 2019. С.129-134.
  12. Сухорада Г.І., Тверітнев В.І., Радкевич О.М. Визначення змісту контрольно-перевірочних комплексів у системі фізичної підготовки особового складу державної служби спеціального зв'язку та захисту інформації України. Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки і спорту у Збройних Силах України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України: Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції (Київ, 14-15 лютого 2019 р.) / Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського; за заг. ред. В.Свистун, О.Петрачкова.- К, НУОУ, 2019. С.70-71.
  13. Федак С.С., Небожук О.Р., Байдала В.Р. Визначення рівня фізичної підготовленості курсантів першого курсу навчання вищих військових навчальних закладів. Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту Збройних Сил України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України. Збірник тез доповідей V Міжнародної науково-практичної конференції. Київ – 2021. С. 143-145
  14. Федак С.С., Федак Г.О. Мотивація майбутніх військовослужбовців до занять фізичною підготовкою. Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту Збройних Сил України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України. Збірник тез доповідей V Міжнародної науково-практичної конференції. Київ – 2021, С. 371-375.
  10. Sydorchenko K.M., Stoyanov R.V. Importance of motivational and value attitude of cadets towards physical training classes. Modern trends and prospects for the development of physical training and sports of the Armed Forces of Ukraine, law enforcement agencies, rescue, and other special services on the way to Euro-Atlantic integration of Ukraine. Collection of abstracts of the V International Scientific and Practical Conference. Kyiv – 2021. Pp. 130-132.
  11. Sukhorada H.I., Finogenov Yu.S. Current issues of physical training in the Armed Forces of Ukraine in modern conditions. Modern trends and prospects for the development of physical training and sports in the Armed Forces of Ukraine, law enforcement agencies, rescue and other special services on the way to Euro-Atlantic integration of Ukraine: Materials of the International Scientific and Practical Conference (Kyiv, February 14-15, 2019) / National Defense University of Ukraine named after Ivan Chernyakhovsky; edited by V.Svistun, O.Petrachkov. – Kyiv, NUOU, 2019. Pp. 129-134.
  12. Sukhorada H.I., Tveritniev V.I., Radkevych O.M. Determination of the content of control and test complexes in the system of physical training of personnel of the State Service of Special Communications and Information Protection of Ukraine. Modern trends and prospects for the development of physical training and sports in the Armed Forces of Ukraine, law enforcement agencies, rescue and other special services on the way to Euro-Atlantic integration of Ukraine: Materials of the International Scientific and Practical Conference (Kyiv, February 14-15, 2019) / National Defense University of Ukraine named after Ivan Chernyakhovsky; edited by V.Svistun, O.Petrachkov. – Kyiv, NUOU, 2019. Pp. 70-71.
  13. Fedak S.S., Nebozhuk O.R., Baydala V.R. Determining the level of physical fitness of first-year cadets of higher military educational institutions. Modern trends and prospects for the development of physical training and sports of the Armed Forces of Ukraine, law enforcement agencies, rescue, and other special services on the way to Euro-Atlantic integration of Ukraine. Collection of abstracts of the V International Scientific and Practical Conference. Kyiv – 2021. Pp. 143-145.
  14. Fedak S.S., Fedak H.O. Motivation of future military personnel to engage in physical training. Modern trends and prospects for the development of physical training and sports of the Armed Forces of Ukraine, law enforcement agencies, rescue, and other special services on the way to Euro-Atlantic

- V Міжнародної науково-практичної конференції. Київ – 2021. С. 145-146.
15. Anohin Y, Romanchuk S, Tychyna I, Lesko O, Dukh T, Shlyamar I, Lototskyi I. Comparative analysis of the motivation of the military academy students in different years of study towards their own physical improvement. *Journal of Physical Education and Sport*. 2022;22(8):1854-8. DOI:10.7752/jpes.2022.08233.
16. Klymovych V, Olkhovyi O, Romanchuk S, Adoption of youth's bodies to educational conditions in higher educational institutions», *Journal of Physical Education and Sport*. 2016;3;1:620–2. DOI: 10.7752/jpes.2016.s1098.
17. Kuznetsov M, Oderov A, 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*. 2022;5;1:93-102.
18. Oderov A, Klymovych V, Korchagin M, Olkhovyi O, Romanchuk S. The Influence of the System of Physical Education of Higher Educational School on the Level of Psychophysiological Qualities of Young People. *SportMont*. 2019; 17(2):93-7. doi: 10.26773/smj.190616.
19. Oderov A, Romanchuk S, Fedak S, Kuznetsov M, Petruk A, Dunets-Lesko A, et al. Innovative approaches for evaluating physical fitness of servicemen in the system of professional training. *Journal of Physical Education and Sport*. 2017;17(1):23-7. doi:10.7752/jpes.2017.s1004.
20. Romanchuk S, Tychyna I, Oderov A, Petruk A, Hunchenko V, Otkydach V, Ponomarov V, Korchagin M, Homaniuk S, Ishchenko Y, Zonov O. Impact of Military-Applied Sports On Cardiorespiratory Indicators of Cadets in Military Higher Education Institutions. *Journal of Physical Education and Sport*. 2024;24(2):338-45. <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2024.02040>
21. Romanchuk S, et al. The impact of mass sports work in educational institution on the formation of cadets' value attitude towards the physical education. *SportMont*. 2020;18;1:81-6. doi: 10.26773/smj.200214.
22. Romanchuk SV, Oderov AM, Klymovych VB. Effectiveness of assistance to systems of physical training of positive dynamics of incidental indicators of professional activity of military specialists. Baltija Publishing; 2021.
23. Dunham P. Evaluation for Excellence a Systematic Approach //JOPERD. – 1986.- №57(6).-P.34-36.60.
24. Miller D.K. Measurement by the Physical Educator: Why and How. – Madison Brown and Benchmark. 1994. – 381 p.
- integration of Ukraine. Collection of abstracts of the V International Scientific and Practical Conference. Kyiv – 2021. Pp. 145-146.
15. Anohin Y, Romanchuk S, Tychyna I, Lesko O, Dukh T, Shlyamar I, Lototskyi I. Comparative analysis of the motivation of the military academy students in different years of study towards their own physical improvement. *Journal of Physical Education and Sport*. 2022;22(8):1854-8. DOI:10.7752/jpes.2022.08233.
16. Klymovych V, Olkhovyi O, Romanchuk S, Adoption of youth's bodies to educational conditions in higher educational institutions», *Journal of Physical Education and Sport*. 2016;3;1:620–2. DOI: 10.7752/jpes.2016.s1098.
17. Kuznetsov M, Oderov A, 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*. 2022;5;1:93-102.
18. Oderov A, Klymovych V, Korchagin M, Olkhovyi O, Romanchuk S. The Influence of the System of Physical Education of Higher Educational School on the Level of Psychophysiological Qualities of Young People. *SportMont*. 2019; 17(2):93-7. doi: 10.26773/smj.190616.
19. Oderov A, Romanchuk S, Fedak S, Kuznetsov M, Petruk A, Dunets-Lesko A, et al. Innovative approaches for evaluating physical fitness of servicemen in the system of professional training. *Journal of Physical Education and Sport*. 2017;17(1):23-7. doi:10.7752/jpes.2017.s1004.
20. Romanchuk S, Tychyna I, Oderov A, Petruk A, Hunchenko V, Otkydach V, Ponomarov V, Korchagin M, Homaniuk S, Ishchenko Y, Zonov O. Impact of Military-Applied Sports On Cardiorespiratory Indicators of Cadets in Military Higher Education Institutions. *Journal of Physical Education and Sport*. 2024;24(2):338-45. <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2024.02040>
21. Romanchuk S, et al. The impact of mass sports work in educational institution on the formation of cadets' value attitude towards the physical education. *SportMont*. 2020;18;1:81-6. doi: 10.26773/smj.200214.
22. Romanchuk SV, Oderov AM, Klymovych VB. Effectiveness of assistance to systems of physical training of positive dynamics of incidental indicators of professional activity of military specialists. Baltija Publishing; 2021.
23. Dunham P. Evaluation for Excellence a Systematic Approach //JOPERD. – 1986.- №57(6).-P.34-36.60.
24. Miller D.K. Measurement by the Physical Educator: Why and How. – Madison Brown and Benchmark. 1994. – 381 p.

**Афонін Вячеслав**

Національна академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного  
м. Львів, вул. Героїв Майдану, 32, 79026  
email: v.afonin1938@gmail.com  
<http://dx.doi.org/0000-0002-6577-3739>

**Романчук Сергій**

Національна академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного  
м. Львів, вул. Героїв Майдану, 32, 79026  
email: romanchukserg13@gmail.com  
<http://dx.doi.org/0000-0002-2246-6587>

**Петрук Андрій**

Національна академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного  
м. Львів, вул. Героїв Майдану, 32, 79026  
email: andpetruk@ukr.net  
<http://dx.doi.org/0000-0002-2776-8285>

**Анохін Євген**

Національна академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного  
м. Львів, вул. Героїв Майдану, 32, 79026  
email: aedlv59@gmail.com  
<http://dx.doi.org/0000-0001-5921-8774>

**Данилевич Мирослава**

Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського  
м. Львів, вул. Тадеуша Костюшка, 11, Львів, 79000  
email: mdanylevych@ukr.net  
<http://dx.doi.org/0000-0002-1285-392X>

**Курбакова Світлана**

Українська військово-медична академія  
м. Київ, вул. Князів Острозьких, 45/1, корпус 33, 01015  
email: sveta1966alina@gmail.com  
<http://dx.doi.org/0000-0002-0429-8065>