

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МІНІСТЕРСТВО МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ
УПРАВЛІННЯ МОЛОДІ ТА СПОРТУ
ЛЬВІВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ВІЙСЬКОВОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО
ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЗАХІДНОЇ ПАРАНИ (БРАЗИЛІЯ)
ЛИТОВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ СПОРТУ
ЛЬВІВСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ЦЕНТР ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я
НАСЕЛЕННЯ «СПОРТ ДЛЯ ВСІХ»

ПРОБЛЕМИ АКТИВІЗАЦІЇ РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НАСЕЛЕННЯ



Матеріали XIV Міжнародної
науково-практичної конференції
(10–11 травня 2024 року)

За загальною редакцією Любові ЧЕХОВСЬКОЇ

Львів
ЛДУФК ім. Івана Боберського
2024

допомагає зберегти та передати наступним поколінням цінності й історію свого народу.

Висновок. Національні бойові мистецтва в Україні мають важливі в системі фізичного виховання й спорту, сприяють не лише фізичному, а й моральному й культурному розвитку особистості.

Список використаних джерел

1. Бачинська О. Козацтво в «післякозацьку» добу української історії (кінець XVIII – XIX ст.). Київ : Вища школа, 2011. 287 с.
2. Величкович М., Мартинюк Л. Український рукопаш го-пак : навч. посіб. Львів : Ліга-Прес, 2003. 152 с.
3. Гуржій О. І., Чухліб Т. В. Історія козацтва. Держава – військо – битви. Київ : Арії, 2012. 463 с.
4. Мандзяк О. С. Бойові традиції аріїв: на шляху до реалій українських бойових мистецтв. Тернопіль : Мандрівець, 2011. 272 с.
5. Поляков Г. М. Актуальність українського рукопашу „Спас” в сучасних умовах. *Основи теорії військової справи та бойових мистецтв : матеріали міжнарод. наук.-практ. конф.* Запоріжжя, 2007. С. 84–88.

УДК 796.012.3:623.4022

РУХОВІ НАВИЧКИ Й ФІЗИЧНІ ЯКОСТІ КУРСАНТІВ СПЕЦІАЛЬНОСТІ «АРТИЛЕРІЙСЬКА РОЗВІДКА»

Максим Бабич, Мар’ян Ковальчук, Андрій Мандюк

*Львівський державний університет фізичної культури
імені Івана Боберського, м. Львів, Україна*

Актуальність. Аналіз спеціальної літератури й керівних документів свідчить, що сучасний бій висуває до фізичної підготовки військовослужбовців артилерійських розвідувальних

підрозділів специфічні вимоги, а саме: здатність здійснювати тривалі піші пересування й швидкісні марш-кидки в умовах повного бездоріжжя, лісі, болотах, виконання завдань вночі та за будь-яких погодних умов. Пересування воїнів-розвідників ускладнюються потребою переносити із собою усе необхідне майно: зброю, спорядження, боєприпаси, прилади спостереження, БПЛА, засоби зв'язку тощо. Артилерійські розвідники діють переважно вночі, за будь-яких погодних умов, на різноманітній за рельєфом місцевості, за повного порушення добової періодики сну, відпочинку й харчування [1].

Мета дослідження – обґрунтувати потребу рухових навичок і фізичних якостей для курсантів спеціальності «артилерійська розвідка».

Результати дослідження. За обсягом рухової активності бойова діяльність особового складу артилерійських розвідувальних підрозділів є гіпердинамічною. Добові енерговитрати фахівців перевищують 7 тис. ккал, що в 3-4 рази перевищує енерговитрати людини в повсякденному житті. Така діяльність висуває виключно високі вимоги до фізичного стану. Найголовнішою фізичною якістю за структурою фізичної готовності розвідників є загальна витривалість. Але не менш важливою є витривалість статична й координація рухів. Це зумовлено тим, що для виконання специфічних військово-спеціальних завдань артилерійські розвідники вимушені тривалий час перебувати в незручній позі, у закритому просторі, у нервовому напруженні, що призводить до швидкої втоми [2]. Фізична підготовка в системі бойової підготовки військовослужбовців займає важливе місце як предмет бойової підготовки. Військовослужбовці з високим рівнем розвитку сили, витривалості, швидкості, спритності в умовах бойових дій (впливу значних фізичних і психічних навантажень) переважають за різними показниками військово-професійної діяльності військовослужбовців, у яких рівень цих якостей нижчий [3]. Дослідники О. В. Ролюк,

С. В. Романчук доводять, що військово-професійне навчання (опанування певного обсягу військово-прикладних, спеціальних навичок) не може проходити успішно без достатнього розвитку фізичних якостей, які потрібні для вміння швидко пересуватися на місцевості, долати різні перешкоди, плавати (зокрема й в обмундируванні зі зброєю), здійснювати тривалі марші [4]. Дослідження рівня фізичної підготовленості військовослужбовців артилерійських розвідувальних підрозділів (курсантів) проводили О.М. Ольховий, В.Б. Климович які вивчали способи підтримання рівня фізичної підготовленості військовослужбовців в умовах бойових дій. Попри наявність публікацій, присвячених зазначеній темі, питання динаміки фізичної підготовленості військовослужбовців науковці ще не досліджили. Сьогодні динаміка розвитку фізичних якостей і формування військово-прикладних рухових навичок у військовослужбовців становить інтерес із кількох важливих сторін: по-перше, дає можливість виявити об'єктивні дані розвитку фізичних якостей, стан сформованості військово-прикладних рухових навичок у військовослужбовців з різним ступенем підготовленості, а також дає змогу спостерігати за рівнями їх підготовки за фаховими дисциплінами; по-друге, варіативність розвитку фізичних якостей і формування військово-прикладних рухових навичок допомагає виявити їх закономірні співвідношення в процесі вдосконалення; по-третє, дає можливість вчасно вносити корективи, добирати адекватні засоби й методи для розвитку формування, потрібні на певному рівні тренування фізичних якостей і військово-прикладних рухових умінь та навичок [5].

Досвід війни засвідчив, що за однакових умов перемогу в бою одержує той, хто має перевагу в питаннях артилерійської розвідки. Ба більше воєнна історія має велику кількість прикладів, коли перевага у артилерійській розвідці давала змогу отримувати перемогу над значно сильнішим противником. Сучасний бій, який характеризується високою маневреністю,

швидкістю, різкими змінами обстановки, ще більше підвищує роль і значення артилерійської розвідки. Дії артилерійського розвідника в близькості з противником, як правило, тривають не один день. Це вимагає від них здатності ефективно виконувати різноманітні дії в умовах втоми, яка зростає після великих фізичних навантажень і психічних напружень. Для збереження високої ефективності бойової діяльності впродовж усього часу виконання бойового завдання артилерійські розвідники повинні максимально економно витратити свої фізичні сили (руховий потенціал) [4].

Важливою специфічною особливістю бойової діяльності артилерійських розвідників є дії відділеннями (розрахунками) лише по декілька осіб. Це вимагає високої індивідуальної підготовленості військовослужбовців і водночас міцної згуртованості особового складу [5]. Одним зі способів доставлення підрозділів артилерійської розвідки до місця виконання завдання є їх пересування на різних рухомих засобах (автомобілем, велосипедом, квадроциклом, човном тощо). Тому вимоги, що висувуються до розвідників, повною мірою стосуються й особового складу розвідувальних артилерійських підрозділів.

Висновок. Отже, доведено потребу формування рухових навичок і фізичних якостей для курсантів, від яких залежить успіх їх професійної діяльності.

Список використаних джерел

1. Ольховий О., Климович В., Романчук С. Оптимізація системи фізичної підготовки курсантів. *Теорія і методика фізичного виховання і спорт.* 2016. № 2. С. 38–42.

2. Мельник В. О., Романчук С. В. Структура та зміст «супутнього фізичного тренування» курсантів ВВНЗ. *Фізична активність, здоров'я і спорт.* 2018. № 2(32). С. 93–99.

3. Приступа Є. Н., Романчук С. В. Військові багатоборства та військово-прикладні види спорту в системі підготовки фахівців

Збройних Сил України. *Вісник Кам'янець-Подільського нац. ун-ту імені Івана Огієнка: зб. наук. пр.* Кам'янець-Подільський, 2012. Вип. 5. С. 223–230.

4. Ролюк О. В., Романчук С. В., Петрук А. П. Особливості змісту фізичної підготовки військовослужбовців розвідувальних підрозділів. *Новітні технології – для захисту повітряного простору: зб. наук. конф.*, Харків, 2016.

5. Попович О. І., Федак С. С., Романчук С. В. Спеціальна фізична підготовка як засіб адаптації до стрес-факторів навчально-бойової і бойової діяльності військовослужбовців. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2010. № 11. С. 88–91.

UDC 796.011:373.2

KULTURA FIZYCZNA W KONTEKŚCIE WYCHOWANIA WCZESNOSZKOLNEGO

Dariusz Skalski¹, Damian Kowalski², Bogdan Kindzer²

*¹Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu
im. Jędrzeja Śniadeckiego, Gdańsk, Poland*

*²Lwowski Państwowy Uniwersytet Kultury Fizycznej
im. Iwana Boberskiego, Lwow, Ukraine*

Wstęp. Rozwój dziecka jest bardzo ważny. Pierwszym etapem w rozwoju dziecka jest etap w domu rodzinnym. Dziecko od urodzenia zmienia się. Rozwija się psychicznie, emocjonalnie, ale przede wszystkim fizycznie. Dzieci rosną, kształtują im się mięśnie, wydłużają kończyny dolne i górne. Im dziecko staje się starsze tym staje się wyższe i bardziej rozwinięta, ale żeby tak się stało trzeba odpowiednio kierować tokiem rozwoju swoich pociech. Najpierw w domu rodzinnym pierwszą aktywnością fizyczną jest zabawa [6]. Dzieci bawią się przy wykorzystaniu różnych przedmiotów, ale z badań własnych, które przeprowadziłam na potrzeby