

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ
УКРАЇНИ

Кваліфікаційна наукова
праця на правах рукопису

ПІДЛЕТЕЙЧУК РОМАН ВАСИЛЬОВИЧ

УДК 796.011.1-053.67:316.346.2

ДИСЕРТАЦІЯ
ПЕРЕДУМОВИ ФОРМУВАННЯ СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО
ВИХОВАННЯ МОЛОДІ, ЯК ОБ'ЄКТИВНИЙ ФАКТОР
ВДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

017 фізична культура і спорт

Подається на здобуття наукового ступеня доктора філософії.

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело

_____ Р.В. Підлетейчук

Науковий керівник Круцевич Тетяна Юріївна, доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор

Київ-2021

АНОТАЦІЯ

Підлетейчук Р.В. Передумови формування системи фізичного виховання молоді, як об'єктивний фактор вдосконалення фізичної підготовки військовослужбовців.

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 017 – Фізична культура і спорт. Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, 2021.

У дисертації досліджено проблемне поле удосконалення фізичної підготовки в Збройних силах України відповідно сучасним викликам, сутність та основні напрями реформування системи фізичного виховання молоді на різних етапах розвитку людства з урахуванням зовнішніх факторів та етнічних особливостей. Визначено системні підходи та шляхи впровадження основних принципів фізичного виховання молоді в провідних країнах НАТО для удосконалення фізичної підготовки до служби в Збройних силах України. Обґрунтовано і розроблено технологічну модель та інтегральну оцінку фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України.

Мета дослідження полягала у виявленні закономірностей формування військово-прикладної фізичної підготовки в різні історичні періоди для визначення позитивних тенденцій та рекомендацій щодо впровадження в національну систему фізичного виховання молоді та розробці інтегральної оцінки фізичної підготовленості, що сприяє здатності протидії викликам сучасного життя і готовності до служби в армії.

Завдання досліджень:

1. Дослідити проблемне поле удосконалення фізичної підготовки в Збройних силах України відповідно сучасним викликам.
2. Дослідити сутність та основні напрями реформування системи фізичного виховання молоді на різних етапах розвитку людства з урахуванням зовнішніх факторів та етнічних особливостей.

3. Визначити системні підходи та шляхи впровадження основних принципів фізичного виховання молоді в провідних країнах НАТО для удосконалення фізичної підготовки до служби в Збройних силах України.

4. Обґрунтувати і розробити технологічну модель та інтегральну оцінку фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України.

Об'єкт дослідження – фізична підготовка в системі фізичного виховання молоді.

Предмет дослідження – умови становлення і формування системи фізичного виховання молоді.

Наукова новизна одержаних результатів:

- визначені фактори, які впливали на виникнення і розвиток фізичної підготовки молоді до військової служби залежно від соціально-економічних, політичних, релігійних і технологічних умов на різних етапах розвитку світової спільноти;
- за допомогою ретроспективного аналізу систем підготовки воїнів в Україні на різних історичних етапах визначені шляхи вдосконалення військово-фізичної підготовки української молоді. а саме: реконструкція етнічної моделі військово-патріотичного виховання; виявлені найбільш дієві засоби військово-фізичної підготовки національного тіловиховання, які необхідно модифікувати відповідно до потреб і запитів суспільного життя сучасної України; широке впровадження у практику військово-фізичної підготовки молоді ігор (змагань) національного військово-спортивного спрямування – «Сокіл», «Джура», «Хортинг», «Патріот» та інших фізкультурно-патріотичних заходів;
- визначено, що спільним в організації військово-фізичної підготовки в арміях країн НАТО є наявність спеціальних курсів різної спрямованості. Уніфікація фізичної підготовки військ здійснюється як у середині збройних сил окремої країни, так і на рівні всього блоку НАТО в цілому. Основним засобом уніфікації фізичної підготовки слугує спорт;

- при різноманітності підходів щодо мети і завдань фізичної підготовки військовослужбовців у Збройних силах України і країнах НАТО, існують певні відмінності в організаційних формах військово-фізичної підготовки, і головне у відсутності в Україні засобів стимулювання мотивації до занять фізичною підготовкою і спортом військовослужбовців серед яких: матеріальне стимулювання досягнень високих результатів через масовий спорт, пільгові умови використання спортивних споруд всіх форм власності, підвищення вимог та контрольних нормативів, відсутність таблиць оцінок які стимулюють підвищення результатів фізичної підготовленості;
- обґрунтована і розроблена технологічна модель фізичної готовності молоді до служби у Збройних силах України, яка включає мету, завдання, напрями використання засобів фізичного виховання, форми організації занять та їх руховий компонент, методи контролю фізичної підготовленості молоді. Для практичної реалізації запропонованої моделі розроблена система інтегральної оцінки фізичної готовності молоді з чотирма компонентами (загальна фізична підготовленість, спеціальна, прикладна і функціональна);
- дістала подальший розвиток система експертних оцінок за методом Дельфі і сучасної теорії ієрархічних систем Сааті в практиці організації фізичного виховання молоді в умовах урочних і позаурочних формах занять;
- доповнено наукові дані щодо чинників, які обумовлюють низьку ефективність системи фізичної підготовки молоді до служби в армії, серед яких: криза національної системи фізичного виховання, яка не відповідає сучасним вимогам і міжнародним стандартам фізичної підготовленості людини; відсутність адекватного обґрунтування національної ідеї військово-патріотичного виховання; втрата інтересу юнаків до занять фізичною культурою, що обумовлене низькою педагогічних прорахунків (недостатній рівень підготовки вчителів з ЗСО в області фізичного виховання, відсутність індивідуального підходу до учнів, відсутність належної матеріальної бази для занять); недостатнє залучення юнаків допризовного віку до самостійних занять фізичною культурою і спортом; відсутність дієвих механізмів

духовного-тілесного розвитку особистості в процесі шкільного фізичного виховання.

У вступі обґрунтовано актуальність роботи, визначено мету, завдання, об'єкт і предмет дослідження, розкрито наукову новизну та практичну значущість отриманих результатів, визначено особистий внесок автора, зазначено дані щодо апробації роботи та впровадження отриманих результатів у практику, зазначено кількість публікацій.

У першому розділі «Проблеми і стан системи фізичної підготовки молоді до служби у Збройних силах України» зроблено аналіз стану фізичної підготовленості у Збройних силах України. Визначено критерії оцінки готовності до служби в армії в сучасних умовах, складові системи фізичного виховання у загальноосвітніх закладах. Проаналізовано систему фізичного виховання у закладах вищої освіти, стан фізичної підготовленості в військових навчальних закладах.

У другому розділі «Методи та організація дослідження» для вирішення мети та завдання дисертаційної роботи обґрунтовано використання методів дослідження, їх відповідність об'єкту, предмету, визначено організацію та порядок дослідження. Відповідно з метою і розв'язуваними задачами дослідження нами використано комплекс наступних методів: теоретичний аналіз, порівняння, систематизація й узагальнення матеріалів наукової, історичної, методичної літератури та керівних документів; експертне опитування, експертна оцінка; методи математичної обробки отриманих результатів.

У третьому розділі «Ретроспективний аналіз підготовки молоді до служби в армії на різних етапах розвитку світової спільноти» висвітлено основні напрями військово-фізичної підготовки провідних держав минулих часів. З'ясовані передумови становлення і розвитку військово-фізичної підготовки молоді у період Нового часу. Визначені особливості допризовної фізичної підготовки молоді у зарубіжних країнах у новітній час. Систематизовано підготовку воїнів в Україні на різних історичних етапах.

Проведено аналіз посткомуністичних принципів фізичної підготовки воїнів та їх еволюція після здобуття незалежності України.

Таким чином дослідження дозволило визначити позитивні і негативні приклади функціонування системи фізичної підготовки в різні історичні періоди.

До позитивних прикладів, які треба враховувати в сучасній системі фізичного виховання молоді в Україні можна віднести:

- державне керівництво системою фізичного виховання починаючи з дитинства (6-7 років);
- завданням фізичного виховання була всебічна фізична підготовка дітей і молоді, формування життєво необхідних умінь і навичок;
- фізичне виховання здійснювалось в різних формах, як в організованих так і в самостійних, в навчальних закладах і поза навчальних, а також в сім'ї;
- засобами фізичного виховання були різноманітні фізичні вправи, види спорту, військово-прикладні вправи, народні ігри і забави військового спрямування;
- обов'язкова військово-прикладна підготовка починаючи з підліткового віку.

До негативних факторів, які впливали на систему фізичного виховання молоді, яких треба уникати в організації сучасної системи фізичної підготовки і враховувати що, відсутність деяких вказаних факторів стримує функціонування системи, до них можна віднести:

- класовий підхід;
- ідеологізацію і політизацію системи фізичного виховання;
- відсутність на певних етапах розвитку суспільства нормативно правової бази системи фізичного виховання молоді;
- невизначеність критеріїв фізичної підготовленості молоді;
- відсутність системи оцінки фізичної підготовленості дітей і молоді відповідно періодів розвитку.

У четвертому розділі «Фізична готовність призовного контингенту українців до служби в збройних силах» проаналізовано концептуальні підходи до організації систем фізичної підготовки у збройних силах провідних держав-членів НАТО та України. Визначено особливості організації та змістове наповнення систем фізичної підготовки у збройних силах провідних держав-членів НАТО та України. Підсумовані наслідки політики девальвації фізичної підготовки у фізичному вихованні освітніх закладів України для громадян і держави. Висвітлені проблемні аспекти та шляхи вдосконалення фізичного виховання, здоров'я і психологічної підготовки юнаків призовного віку до умов військової служби. Розроблена оцінка фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України та обґрунтовані і розроблені акмеологічна та технологічна моделі фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України.

У п'ятому розділі «Аналіз та узагальнення результатів дослідження» визначено фактори, які впливали на виникнення і розвиток фізичної підготовки молоді до військової служби залежно від соціально-економічних і політичних умов на різних етапах розвитку світової спільноти; з'ясована хронологія розвитку та вдосконалення системних підходів з фізичної підготовки допризовної молоді на теренах України та інших країн світу стосовно ефективного забезпечення боєздатності армій. Визначені три групи даних тих що підтверджують, доповнюють та нових.

Отже, основними концептуальними положеннями модернізації підходів до організації та змістового наповнення діючих у збройних силах країн Північноатлантичного блоку й України систем фізичної підготовки є:

- інтенсифікація процесу фізичної підготовки;
- фундаментальний розвиток загальної фізичної підготовленості військовослужбовців;
- пріоритетний розвиток військово-прикладної спрямованості процесу фізичної підготовки;
- спортивна спрямованість процесу фізичної підготовки;

- забезпечення функціональної готовності організму кожного військовослужбовця до виконання функціональних службових та бойових завдань.

Скасування державних тестів і нормативів оцінки фізичної підготовленості населення України спричинило девальвацію фізичної підготовки у фізичному вихованні освітніх закладів України та негативно відбилось на фізичному стані громадян і, зрештою, на обороноздатності держави.

Кардинальні зміни, що відбуваються в усіх сферах життєдіяльності суспільства, вимагають нових підходів до виховання та соціалізації підростаючого покоління. Особливого значення набуває формування гармонійно розвиненої, суспільно активної, фізично досконалої, здорової особистості. Виховання здорового покоління з гармонійним розвитком фізичних і духовних якостей – одне з основних завдань сучасного суспільства.

Незадовільний рівень фізичної підготовленості призовного контингенту українців вимагає нагального перегляду та прийняття кардинальних змін щодо процесу підготовки молоді до служби в Збройних силах України, у напрямках:

- управління та сутності процесу фізичного вдосконалення призовного контингенту українців;
- визначення оптимальних шляхів забезпечення максимальної ефективності функціонування системи фізичного виховання до призовного контингенту;
- методології реалізації специфічних і неспецифічних функцій системи фізичного виховання призовного контингенту й шляхи досягнення нею корисних кінцевих результатів.

Сучасна модель середньо освітньої системи фізичної культури в Україні повинна включати такі основні складові: загальна фізична підготовка; спортивно-спрямована фізична підготовка; військово-прикладна

фізична підготовка. Визначене повноцінно забезпечить функціональну готовність серцево-судинної системи допризовної молоді до служби в Збройних силах України.

Для з'ясування думки фахівців фізичного виховання та спорту щодо складових моделі фізичної готовності призовного контингенту молоді до служби в збройних силах проведено експертне опитування й використано метод експертних оцінок (опитано 21 експерт). Було розроблено 2 анкети щодо організації навчального процесу з фізичного виховання та виявлення переваги однієї складової над іншою.

За результатами опрацювання анкет встановлено середньостатистичне відсоткове наповнення використання в навчальних програмах 9-11 класів засобів фізичної підготовки за складовими, що забезпечуватимуть фізичну готовність до служби в Збройних силах України за роками навчання.

Поєднання експертного оцінювання, методу сучасної теорії ієрархічних систем Т. Сааті та інформаційної програми, яка була розроблена О.М. Ольховим забезпечило визначення пріоритетності вагових коефіцієнтів кожної зі складових інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в збройних силах.

Отримані результати дозволили обґрунтувати й розробити акмеологічну модель готовності молоді до служби в Збройних силах України яка складається з наступних елементів:

ФГ – функціональна готовність серцево-судинної системи;

ВПФП – військово-прикладна фізична підготовленість;

СФП – спеціальна фізична підготовленість;

ЗФП – загальна фізична підготовленість.

Для практичної реалізації моделі була розроблена технологічна модель фізичної підготовки молоді в системі закладів загальної середньої освіти а також в самостійних і організованих заняттях у поза навчальний час. Модель складається з наступних компонентів: мети, завдань, спрямованості засобів фізичного виховання у відсотковому відношенні в 9-11 класах, форм

організації занять і рухового режиму, контролю фізичної підготовленості допризовної молоді, також запропоновані напрями використання засобів фізичного виховання, форми організації занять та їх руховий компонент, методи контролю фізичної підготовленості молоді.

Розроблено інтегральну оцінку фізичної підготовленості допризовної молоді до служби в Збройних силах України. Оцінка її складових компонентів: загальної фізичної підготовленості, спеціальної фізичної підготовленості, військово-прикладної підготовленості та функціонального стану, дозволить визначати напрям засобів для корекції фізичної підготовленості конкретного юнака для досягнення належного рівня фізичного стану в процесі фізичного виховання. Запропоновану систему налаштовано на 12 бальну оцінку, як в закладах загальної середньої освіти.

Підсумовуючи результати та висновки проведеної роботи стає зрозумілою модель фізичного виховання молоді до служби в Збройних силах України.

Практичне значення наукових результатів полягатиме в можливості застосування наукових положень і висновків дослідження у практичній діяльності вчителів фізичної культури школярів 9-11 класів; у можливості використання аналітичних висновків, щодо реформування за необхідністю системи підготовки воїнів; у реалізації стратегії європейської інтеграції України на національному рівні; у процесі викладання дисциплін з спеціальної фізичної підготовки у вищих навчальних закладах; під час написання навчальних посібників з теорії та практики фізичної підготовки; у процесі формування суспільної думки щодо важливості сучасних методів вдосконалення систем підготовки воїнів.

Ключові слова: фізичне виховання, фізична підготовка, збройні сили, допризовна підготовка, учні 9-11 класів.

ABSTRACT

R. V. Pidleteichuck. Prerequisites for the formation of a system of physical education of youth as an objective factor in improving the physical training of servicemen.

Thesis for the degree of Doctor of Philosophy in specialty 017 - Physical culture and sport. National University of Physical Education and Sport of Ukraine, Kyiv, 2021.

The dissertation explores the problem field of improving physical training in the Armed Forces of Ukraine in accordance with modern challenges, the essence and main directions of reforming the system of physical education of youth at different stages of human development taking into account external factors and ethnic characteristics. Systemic approaches and ways to implement the basic principles of physical education of youth in the leading NATO countries to improve physical training for service in the Armed Forces of Ukraine are identified. The technological model and integrated assessment of physical readiness of youth for service in the Armed Forces of Ukraine are substantiated and developed.

The purpose of the research was to identify patterns of military-applied physical training in different historical periods to identify positive trends and recommendations for the introduction of national physical education of youth and develop an integrated assessment of physical fitness, which contributes to the ability to meet modern challenges and readiness for military service.

Research tasks:

1. Investigate the problem field of improving physical training in the Armed Forces of Ukraine in accordance with modern challenges.
2. To explore the essence and main directions of reforming the system of physical education of youth at different stages of human development, taking into account external factors and ethnic characteristics.

3. To identify systemic approaches and ways to implement the basic principles of physical education of youth in the leading NATO countries to improve physical training for service in the Armed Forces of Ukraine.
4. To substantiate and develop a technological model and an integrated assessment of the physical readiness of young people for service in the Armed Forces of Ukraine.

The object of research is physical training in the system of physical education of youth.

The subject of research – the conditions of establishment and formation of the system of physical education of youth.

Scientific novelty of the obtained results:

- identified factors that influenced the emergence and development of physical training of young people for military service, depending on socio-economic, political, religious and technological conditions at different stages of development of the world community;
- by means of the retrospective analysis of systems of preparation of soldiers in Ukraine at various historical stages ways of improvement of military and physical training of the Ukrainian youth are defined. Namely: reconstruction of the ethnic model of military-patriotic education; identified the most effective means of military and physical training of national physical education, which must be modified in accordance with the needs and demands of public life of modern Ukraine; wide introduction into the practice of military-physical training of youth of games (competitions) of the national military-sports direction - "Falcon", "Jura", "Horting", "Partriot" and other physical culture and patriotic events;
- it is determined that the common in the organization of military and physical training in the armies of NATO countries is the availability of special courses of various orientations. The unification of physical training of troops is carried out both within the armed forces of an individual country and at the level of the entire NATO bloc as a whole. The main means of unification of physical training is sports;

- with the diversity of approaches to the purpose and objectives of physical training of servicemen in the Armed Forces of Ukraine and NATO countries, there are some differences in organizational forms of military physical training, and most importantly in Ukraine's lack of incentives for physical training and sports, including: material stimulation of high results through mass sports, preferential conditions for the use of sports facilities of all forms of ownership, increase of requirements and control standards, lack of evaluation tables that stimulate the increase of physical fitness results;
- substantiated and developed technological model of physical readiness of youth for service in the Armed Forces of Ukraine, which includes the purpose, tasks, directions of use of means of physical education, forms of organization of classes and their motor component, methods of control of physical fitness of youth. For the practical implementation of the proposed model developed a system of integrated assessment of physical fitness of youth with four components (general physical fitness, special, applied and functional);
- the system of expert assessments by the method of Delphi and the modern theory of hierarchical systems of Saati in the practice of the organization of physical education of youth in the conditions of regular and extracurricular forms of employment has received the further development;
- supplemented scientific data on the factors that cause low efficiency of the system of physical training of young people for service in the army, including: the crisis of the national system of physical education, which does not meet modern requirements and international standards of physical fitness; lack of adequate substantiation of the national idea of military-patriotic education; loss of interest of young people in physical education, which is due to a number of pedagogical miscalculations (insufficient level of training of teachers with physical education in the field of physical education, lack of individual approach to students, lack of adequate facilities for classes); insufficient involvement of young men of pre-conscription age in independent physical culture and sports; lack of effective

mechanisms of spiritual and physical development of the individual in the process of school physical education.

The introduction substantiates the relevance of the work, defines the purpose, tasks, object and subject of research, reveals the scientific novelty and practical significance of the results, identifies the personal contribution of the author, provides data on testing and implementation of the results in practice, indicates the number of publications.

The first section "Problems and the state of the system of physical training of youth for service in the Armed Forces of Ukraine" analyzes the state of physical fitness in the Armed Forces of Ukraine. Criteria for assessing readiness for military service in modern conditions, components of the system of physical education in secondary schools are determined. The system of physical education in higher education institutions, the state of physical fitness in military educational institutions are analyzed.

In the second section "Methods and organization of research" to solve the purpose and objectives of the dissertation substantiates the use of research methods, their compliance with the object, subject, determines the organization and procedure of research. In accordance with the purpose and tasks of the research, we used a set of the following methods: theoretical analysis, comparison, systematization and generalization of materials of scientific, historical, methodological literature and guiding documents; expert survey, expert assessment; methods of mathematical processing of the obtained results.

In the second section "Methods and organization of research" to solve the purpose and objectives of the dissertation substantiates the use of research methods, their compliance with the object, subject, determines the organization and procedure of research. In accordance with the purpose and tasks of the research, we used a set of the following methods: theoretical analysis, comparison, systematization and generalization of materials of scientific, historical, methodological literature and guiding documents; expert survey, expert assessment; methods of mathematical processing of the obtained results.

Thus, the study identified positive and negative examples of the functioning of the system of physical training in different historical periods.

Positive examples that should be taken into account in the modern system of physical education of youth in Ukraine include:

- state management of the system of physical education since childhood (6-7 years);
- the task of physical education was a comprehensive physical training of children and youth, the formation of vital skills;
- physical education was carried out in various forms, both in organized and in independent, in educational institutions and out of school, as well as in the family;
- means of physical education were a variety of physical exercises, sports, military-applied exercises, folk games and military entertainment;
- compulsory military-applied training from adolescence.

The negative factors that influenced the system of physical education of young people, which should be avoided in the organization of a modern system of physical training and take into account that the lack of some of these factors hinders the functioning of the system, they include:

- class approach;
- ideologization and politicization of the system of physical education;
- the absence at certain stages of development of society of the legal framework of the system of physical education of youth;
- uncertainty of criteria of physical fitness of youth;
- lack of a system for assessing the physical fitness of children and youth according to the periods of development.

The fourth section "Physical readiness of the conscript contingent of Ukrainians for service in the Armed Forces of Ukraine" analyzes the conceptual approaches to the organization of physical training systems in the armed forces of the leading NATO member states and Ukraine. The peculiarities of the organization and content of the systems of physical training in the armed forces of the leading NATO member states and Ukraine are determined. The consequences

of the policy of devaluation of physical training in physical education of educational institutions of Ukraine for citizens and the state are summarized. The problematic aspects and ways to improve the physical education, health and psychological training of young conscripts for military service are highlighted. An integrated assessment of the physical readiness of young people for service in the Armed Forces of Ukraine and a model of physical readiness of conscripts for service in the Armed Forces of Ukraine have been developed.

The fifth section "Analysis and generalization of research results" identifies the factors that influenced the emergence and development of physical training of young people for military service depending on the socio-economic and political conditions at different stages of development of the world community; the chronology of development and improvement of system approaches to physical training of pre-conscription youth on the territory of Ukraine and other countries of the world concerning effective maintenance of combat capability of armies is clarified; acmeological and technological models of physical readiness of youth for service in the Armed Forces of Ukraine are substantiated and developed.

Thus, the main conceptual provisions for the modernization of approaches to the organization and content of the existing systems of physical training in the armed forces of the North Atlantic bloc and Ukraine are:

- intensification of the process of physical training;
- fundamental development of general physical fitness of servicemen;
- priority development of military-applied orientation of the process of physical training;
- sports orientation of the process of physical training;
- ensuring the functional readiness of the body of each serviceman to perform functional service and combat tasks.

The abolition of state tests and standards for assessing the physical fitness of the population of Ukraine has led to the devaluation of physical training in physical education of educational institutions of Ukraine and negatively affected the physical condition of citizens and, ultimately, the state's defense capabilities.

The radical changes taking place in all spheres of society require new approaches to the upbringing and socialization of the younger generation. Of particular importance is the formation of a harmoniously developed, socially active, physically perfect, healthy personality. Educating a healthy generation with the harmonious development of physical and spiritual qualities is one of the main tasks of modern society.

Unsatisfactory level of physical fitness of the conscript contingent of Ukrainians requires urgent review and adoption of radical changes in the process of preparing young people for service in the Armed Forces of Ukraine, in the areas:

- management and essence of the process of physical improvement of the conscription contingent of Ukrainians;
- determination of optimal ways to ensure the maximum efficiency of the physical education system to the prose contingent;
- methodologies for the implementation of specific and non-specific functions of the system of physical education of the conscript contingent and ways to achieve useful end results.

The modern model of the secondary education system of physical culture in Ukraine should include the following main components: general physical training; sports-oriented physical training; military-applied physical training. This will fully ensure the functional readiness of the cardiovascular system of pre-conscription youth for service in the Armed Forces of Ukraine..

To find out the opinion of physical education and sports experts on the components of the model of physical readiness of conscripts for service in the Armed Forces, an expert survey was conducted and the method of expert assessments was used (21 experts were interviewed). 2 questionnaires were developed on the organization of the educational process in physical education and identifying the advantages of one component over another.

According to the results of the questionnaires was found the average percentage of the use of physical training in the curricula of grades 9-11 by

components that will ensure physical readiness for service in the Armed Forces of Ukraine by years of study.

The combination of expert evaluation, the method of modern theory of hierarchical systems by T. Saati and the information program, which was developed by O.M. Olkhovyi provided the priority of weight coefficients of each of the components of integrated assessment of physical readiness of young people to serve in the Armed Forces.

The obtained results allowed to substantiate and develop an acmeological model of youth readiness for service in the Armed Forces of Ukraine, which consists of the following elements.:

FR – functional readiness of the cardiovascular system;

MAPF – military-applied physical fitness;

SPF - special physical fitness;

GPF – general physical fitness.

For the practical implementation of the model, a technological model of physical training of youth was developed in the system of general secondary education institutions as well as in independent and organized classes outside of school hours. The model consists of the following components: goals, tasks, orientation of physical education in percentage terms in grades 9-11, forms of organization of classes and moving regime, control of physical fitness of pre-conscription youth, also proposed areas of use of physical education, forms of organization of classes and their moving component, methods of control of physical fitness of youth.

An integrated assessment of physical fitness of pre-conscription youth for service in the Armed Forces of Ukraine has been developed. Assessment of its components: general physical fitness, special physical fitness, social fitness, military-applied training and functional status, will determine the direction of means to correct the physical fitness of a particular young man to achieve the appropriate level of physical condition in the process of physical education. The proposed system is set at 12 points, as in general secondary education.

Summarizing the results and conclusions of the work becomes clear model of physical education of youth for service in the Armed Forces of Ukraine.

The practical significance of the scientific results will be the possibility of applying the scientific provisions and conclusions of the study in the practical activities of physical education teachers for students in grades 9-11; the possibility of using analytical conclusions on the reform, if necessary, of the training system for soldiers; in the implementation of the strategy of European integration of Ukraine at the national level; in the process of teaching disciplines of special physical training in higher educational institutions; when writing textbooks on the theory and practice of physical training; in the process of forming public opinion on the importance of modern methods of improving the training of soldiers.

Keywords: physical education, physical training, armed forces, pre-conscription training, students of 9-11 grades.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Наукові праці, в яких опубліковано основні наукові результати дисертації

1. Круцевич Т., Саїнчук М., Підлетейчук Р. Причини політики девальвації фізичної підготовки в системі фізичного виховання в закладах освіти України. Спортивний вісник Придніпров'я. Науково-практичний журнал №1/2018 с. 169-175. Фахове видання України, яке включено до міжнародної науко метричної бази Index Copernicus (ISSN 2071-1476; eISSN 2071-1506). *Здобувачеві належить виявлення проблеми, участь у пошуку джерел інформації, опрацюванні результатів дослідження, співавторам - написання висновків, аналіз причини політики девальвації фізичної підготовки в системі фізичного виховання в закладах освіти України.*

2. Круцевич Т., Саїнчук М., Підлетейчук Р. Наслідки політики девальвації фізичної підготовки у фізичному вихованні освітніх закладів України для громадян і держави. Науковий часопис НПУ імені Драгоманова 2.2018 с.51-55. Фахове видання України, яке включено до міжнародної науко

метричної бази Index Copernicus (ISSN 2311-2220). *Дисертантом особисто проведено аналіз науково-методичної літератури, оброблено результати дослідження та сформульовано висновки. Внесок співавторів полягає у визначенні проблеми дослідження, аналізу наслідків реорганізації системи фізичного виховання і його впливу на стан здоров'я молоді України.*

3. Круцевич Т., Саїнчук М., Підлетьчук Р. Наслідки руйнації конструкту фізична підготовленість в архітектоніці предмету фізична культура. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. Науково-теоретичний журнал, 2.2018 с.102-109. Фахове видання України, яке включено до міжнародної науко метричної бази Index Copernicus (ISSN 1992-7908). *Здобувачеві належить участь в обробці матеріалів дослідження, оформленні публікації, співавторам належить – розроблення стратегії дослідження, аналіз і узагальнення його результатів.*

4. Підлетьчук Р. Характерні риси допризовної військово-фізичної підготовки молоді у зарубіжних країнах у другій половині ХХ століття. Науковий часопис НПУ імені Драгоманова 11(105)18 с.114-118. Фахове видання України, яке включено до міжнародної науко метричної бази Index Copernicus (ISSN 2311-2220).

5. Підлетьчук Р. Передумови виникнення й чинники розвитку військово-фізичної підготовки в античних державах. Спортивний вісник Придніпров'я. Науково-практичний журнал №2/2019 с. 122-134. Фахове видання України, яке включено до міжнародної науко метричної бази Index Copernicus (ISSN 2071-1476; eISSN 2071-1506).

6. Одеров А., Климович В., Підлетьчук Р., Добровольський В., Корчагін М. Особливості організації та змістовне наповнення системи фізичної підготовки у збройних силах держав – членів НАТО та України. Український журнал медицини, біології та спорту. Том 5 №2(24) 2020 с. 271-283. Фахове видання України, яке включено до міжнародної науко метричної бази Index Copernicus (ISSN 2415-3060; eISSN 2522-4972). *Здобувачем виявлена проблема дослідження, участь у пошуку джерел інформації, опрацьовані*

результати дослідження та сформульовані висновки, співавторам – досліджено особливості організації та змістовне наповнення системи фізичної підготовки у збройних силах держав – членів НАТО та України.

7. Romanchuk S., Anokhin E., Oderov A., Klymovyh V., Pidleteichuk R., Dobrovolskii V., Tychna I. The Impact of Mass Sports Work in Educational Institution on the Formation of Cadets' Value Attitude Towards Physical Education. SPORT MONT International Scientific Journal Vol. 18(2020), No.1 (1-120) p.81-86 (ISSN 1451-7485; eISSN 2037-0351). *Здобувачем доповнено перелік критеріїв впливу масової спортивної роботи на кадетів, прийнята участь в обговоренні результатів дослідження (дискусія), співавторами здійснено - обґрунтуванні проблеми, структуризовано науковий матеріал, сформулюванні висновки.*

Наукові праці, які засвідчують апробацію матеріалів дисертації.

1. Підлетьчук Р. Оцінювання фізичної підготовленості населення України як варіант залучення їх до спорту для всіх. Тези доповідей XI Міжнародної конференції молодих вчених НУФВСУ 2018 с.358-360

2. Круцевич Т., Семенко В., Підлетьчук Р. Особливості професійно-прикладної фізичної підготовки та психофізичної готовності здобувачів вищої освіти. Матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції НУОУ ім. Черняхівського 14-15.02.2019 с.180-181 *Дисертантом особисто проведено аналіз науково-методичної літератури, оброблено результати дослідження. Внесок співавторів полягає у визначенні проблеми та формулюванні висновків дослідження.*

3. Підлетьчук Р. Особливості допризовної військово-фізичної підготовки молоді у зарубіжних країнах у другій половині ХХ ст. Тези доповідей XII Міжнародної конференції молодих вчених НУФВСУ 2019 с.333-335

4. Підлетьчук Р. Особливості організації військово-прикладної фізичної підготовки в країнах НАТО Тези доповідей XIII Міжнародної конференції молодих вчених НУФВСУ 2020 с.209-211

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ.....	24
ВСТУП.....	25
РОЗДІЛ 1. ПРОБЛЕМИ І СТАН СИСТЕМИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ МОЛОДІ ДО СЛУЖБИ У ЗБРОЙНИХ СИЛАХ УКРАЇНИ.....	32
1.1. Стан фізичної підготовленості у Збройних силах України.....	34
1.2. Критерії оцінки готовності до служби в армії в сучасних умовах....	41
1.3. Сучасний стан фізичної підготовки як складова.....	49
1.4. Система фізичного виховання у закладах вищої освіти.....	55
1.5. Стан фізичної підготовленості курсантів військових навчальних закладів.....	65
Висновки до розділу 1.....	75
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕНЬ	
2.1. Методи дослідження.....	77
2.2. Організація досліджень.....	77
РОЗДІЛ 3. РЕТРОСПЕКТИВНИЙ АНАЛІЗ ПІДГОТОВКИ МОЛОДІ ДО СЛУЖБИ В АРМІЇ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ РОЗВИТКУ СВІТОВОЇ СПІЛЬНОТИ	
3.1. Військово-фізична підготовка у стародавній Греції.....	89
3.2. Військово-фізична підготовка у Римській імперії.....	95
3.3. Військово-фізична підготовка в епоху Середньовіччя.....	100
3.4. Передумови становлення і розвитку військово-фізичної підготовки молоді у період Нового часу.....	108
3.5. Особливості допризовної фізичної підготовки молоді у зарубіжних країнах у новітній час.....	119
3.6. Система підготовки воїнів в Україні на різних історичних етапах.	130
3.7. Аналіз посткомуністичних принципів фізичної підготовки воїнів та їх еволюція після здобуття незалежності України.....	146
Висновки до розділу 3.....	153

РОЗДІЛ 4. ФІЗИЧНА ГОТОВНІСТЬ ПРИЗОВНОГО КОНТИНГЕНТУ УКРАЇНЦІВ ДО СЛУЖБИ В ЗБРОЙНИХ СИЛАХ УКРАЇНИ

4.1. Концептуальні підходи до організації систем фізичної підготовки у збройних силах провідних держав-членів НАТО та України.....	156
4.2. Особливості організації та змістове наповнення систем фізичної підготовки у збройних силах провідних держав-членів НАТО та України.....	165
4.3. Наслідки політики девальвації фізичної підготовки у фізичному вихованні освітніх закладів України для громадян і держави.....	184
4.4. Проблемні аспекти та шляхи вдосконалення фізичного виховання, здоров'я і психологічної підготовки юнаків призовного віку до умов військової служби.....	189
4.5. Оцінка фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України.....	194
4.6. Модель фізичної готовності призовного контингенту українців до служби в Збройних силах України.....	201
Висновки до розділу 4.....	210
РОЗДІЛ 5. АНАЛІЗ ТА УЗАГАЛЬНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕНЬ.....	213
ВИСНОВКИ.....	233
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	240
ДОДАТКИ.....	278

УМОВНІ ПОЗНАЧЕННЯ

АТО - антитерористична операції

ВВНЗ - вищий військовий навчальний заклад

ВНЗ - вищий навчальний заклад

ВПС - військово-повітряні сили

ВМС - військово-морські сили

ЄКТС - єдина кредитно-трансферна система

ЗСУ - Збройні Сили України

ЗВО - заклад вищої освіти

КВП / ЦВНЗ - кафедри військової підготовки вищих навчальних закладів.

МОН - Міністерство освіти і науки України

МОЗ - Міністерство охорони здоров'я

МОЗ - Міністерство охорони здоров'я

НАТО - Північноатлантичний альянс

НФП - настанова з фізичної підготовки у Збройних силах України

НЦД - нейроциркуляторні дистанції

СОУ - Сили оборони України

СУЗМ - Міжнародна рада військового спорту

ФП - фізична підготовка

ВСТУП

Актуальність теми. В умовах масштабного застосування Збройних сил України, щодо стримування гібридної агресії на сході нашої країни, Європейської інтеграції, яка є основою зовнішньополітичної ідентичності України, особливої ваги набуває модернізація держави, формування ефективних та дієвих Збройних сил України. За цих умов створення нової дієвої системи фізичної підготовки молоді є одним із головних елементів базового фундаменту, який забезпечить високу ефективність Збройним силам України при використанні їх за призначенням.

Зважаючи на ці обставини, особливо актуальним є дослідження та формування надійних теоретико-методологічних основ, порівнюючи системи фізичної підготовки провідних країн світу на різних історичних етапах; адаптацію досвіду країн членів НАТО, на основі своєї інтегрованої з посткомуністичних країн системи та аналізу методів, вплив яких сприятиме реформуванню і поєднанню фізичної підготовки Збройних сил України до європейських стандартів, відштовхуючись від свого, не менш ефективного, історично перевіреного, практичного досвіду.

За останні роки питання щодо організації фізичної підготовки у Збройних силах України привертає увагу фахівців і дослідників у зв'язку з реорганізацією останніх. Однак, більшість робіт присвячена системі фізичної підготовки курсантів Вищих військових навчальних закладів. (Н.В. Москаленко, (2020); А. Одеров, М. Корчагін та ін., 2020). Однією з фундаментальних праць, де науково обґрунтовується концепція професійно спрямованої системи фізичної підготовки у ВВНЗ, є дисертація О.М. Ольхового (2013). Автор визначає невідповідність наявного рівня практичної готовності випускника до виконання завдань за професійним призначенням. На проблему невідповідності чинної системи фізичної підготовки курсантів – майбутніх офіцерів сухопутних військ Збройних сил України звертав увагу С.В. Романчук (2013). Досліджень, які стосувались удосконалення

спеціальної фізичної підготовки курсантів за окремими спеціальностями та родів військ досить багато. Це роботи В.М. Романчука (2007), К.В. Пронтенко (2009) стосовно фізичної підготовки курсантів ВВНЗ технічного профілю; фізичну підготовку у ВНЗ МВС досліджували І.П. Закорко (2001), О.А. Ярещенко (2009), а курсантів сухопутних військ такі автори, як: О.А. Зарічанський (2002); Ю.М. Антошків (2006); О.Г. Піддубний (2003); А.І. Маракушин (2006); В.В. Паєвський (2010); І.С. Овчарук (2008).

На спеціальну фізичну підготовку офіцерського складу збройних сил звертали увагу такі дослідники, як: В.М. Красота (2008); О.М. Ольховий (2007); Л.М. Ішичкіна (2005); В.О. Мельник (2019).

Не залишилися поза увагою і питання змісту організації фізичної підготовки жінок-військовослужбовців з урахуванням їх біологічних особливостей динаміки фізичної працездатності і вимог професійної діяльності (О.О. Ярмошук, 2002; О.Г. Шалєпа, 2002; О.І. Тьорло, 2008; О.М. Боярчук, 2010; В.Б.Добровольський, 2019).

У всіх дослідженнях йде мова про те, що курсанти першого року навчання мають досить низьку фізичну підготовленість і протягом навчання у ВВНЗ не всі можуть досягти належного рівня розвитку спеціальних фізичних якостей для виконання професійних обов'язків (Н.В. Москаленко, М.В. Корчагін, 2020).

Що стосується питання удосконалення фізичної підготовки допризовної молоді, то можна говорити про недостатню розробленість даної проблематики. Виключенням є дисертаційні дослідження О.Ю. Дикого (2018) та О.С. Хоменка (2019), в яких розглядаються можливість удосконалення фізичної підготовленості старшокласників і студентів засобами військово-прикладного багатоборства в процесі позаурочної діяльності (секційних занять).

На нашу думку, одним з шляхів підвищення ефективності підготовки допризовної молоді до служби в армії є вивчення світового й національного

історичного досвіду організації військово-фізичної підготовки молоді для обґрунтування шляхів оптимізації цього процесу в сучасних умовах.

У доступних дослідженнях останніх років ми не знаходимо таких, які стосувалися б історичних передумов формування військово-прикладної фізичної підготовки в Україні. Остання дисертаційна робота з цього напрямку була захищена Я.В. Тимчаком у 1998 році і стосувалася періоду IX – XVIII століття.

Однак є фундаментальні праці історії фізичного виховання з найдавніших часів і до початку XIX ст. науковців А.В. Цьося і Н.А. Деделюк (2014), Н.Є. Пангелової (2010), Є.Н. Приступи (1995).

У зв'язку з цим, наразі є актуальним питання щодо визначення тенденцій розвитку форм, змісту, принципів формування фізичної підготовки в системі фізичного виховання молоді в різні історичні періоди для визначення ефективних шляхів підвищення боєздатності Збройних сил України у сучасних умовах сьогодення.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дослідження проводиться згідно Зведеного плану НДІНУФВСУ на 2016-2020рр. за темою 3.1. «Теоретико - методичні основи вдосконалення програмно-нормативних засад фізичної підготовки дітей, підлітків і молоді» (№ державної реєстрації 0111U001626).

Роль автора як співвиконавця теми стосувалась визначенню історичних передумов формування військово-прикладної підготовки молоді в системі фізичного виховання, та розробці системи інтегральної оцінки готовності молоді до служби в армії.

Мета дослідження. Полягає у виявленні закономірностей формування військово-прикладної фізичної підготовки в різні історичні періоди для визначення позитивних тенденцій та рекомендацій щодо впровадження в національну систему фізичного виховання молоді та розробці інтегральної оцінки фізичної підготовленості, що сприяє здатності протидії викликам сучасного життя і готовності до служби в армії.

Задачі дослідження:

Для досягнення мети у дисертаційній роботі передбачається визначення таких завдань:

1. Дослідити проблемне поле удосконалення фізичної підготовки в Збройних силах України відповідно сучасним викликам.
2. Дослідити сутність та основні напрями реформування системи фізичного виховання молоді на різних етапах розвитку людства з урахуванням зовнішніх факторів та етнічних особливостей.
3. Визначити системні підходи та шляхи впровадження основних принципів фізичного виховання молоді в провідних країнах НАТО для удосконалення фізичної підготовки до служби в Збройних силах України.
4. Обґрунтувати і розробити технологічну модель та інтегральну оцінку фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України.

Об'єкт дослідження: Фізична підготовка в системі фізичного виховання молоді.

Предмет дослідження: Умови становлення і формування системи фізичного виховання молоді.

Методи дослідження: Аналіз даних та узагальнення науково-методичної літератури та документальних матеріалів; метод системного аналізу; хронологічний, історико - логічний метод; описовий метод для дослідження проблемного поля удосконалення системи фізичної підготовки молоді до служби в Збройних силах України, передумов розвитку системи військово-прикладної фізичної підготовки на різних історичних етапах розвитку суспільства та в розвинутих країнах НАТО. Експертне опитування за методом Дельфі та методом сучасної теорії ієрархічних систем Т.Сааті. Програму використано за допомогою пакета програм Delphi 5.0 під керуванням операційної системи Windows. Такий підхід був використаний для вирішення завдання стосовно розробки технологічної моделі та інтегральної оцінки фізичної підготовленості молоді до служби в Збройних силах України.

Наукова новизна одержаних результатів дослідження полягає в тому, що вперше:

- визначені фактори, які впливали на виникнення і розвиток фізичної підготовки молоді до військової служби залежно від соціально-економічних, політичних, релігійних і технологічних умов на різних етапах розвитку світової спільноти;
- за допомогою ретроспективного аналізу систем підготовки воїнів в Україні на різних історичних етапах визначені шляхи вдосконалення військово-фізичної підготовки української молоді. а саме: реконструкція етнічної моделі військово-патріотичного виховання; виявлені найбільш дієві засоби військово-фізичної підготовки національного тіловиховання, які необхідно модифікувати відповідно до потреб і запитів суспільного життя сучасної України; широке впровадження у практику військово-фізичної підготовки молоді ігор (змагань) національного військово-спортивного спрямування – «Сокіл», «Джура», «Хортинг», «Патріот» та інших фізкультурно-патріотичних заходів;
- визначено, що спільним в організації військово-фізичної підготовки в арміях країн НАТО є наявність спеціальних курсів різної спрямованості. Уніфікація фізичної підготовки військ здійснюється як у середині збройних сил окремої країни, так і в цілому, на рівні всього блоку НАТО. Головним засобом уніфікації фізичної підготовки слугує спорт;
- при різноманітності підходів щодо мети і завдань фізичної підготовки військовослужбовців у Збройних Силах України і країнах НАТО, існують певні відмінності в організаційних формах військово-фізичної підготовки, і головне у відсутності в Україні засобів стимулювання мотивації до занять фізичною підготовкою і спортом військовослужбовців серед яких: матеріальне стимулювання досягнень високих результатів через масовий спорт, пільгові умови використання спортивних споруд всіх форм власності, підвищення вимог та контрольних нормативів, відсутність таблиць оцінок які стимулюють підвищення результатів фізичної підготовленості;

- обґрунтована і розроблена технологічна модель фізичної готовності молоді до служби у Збройних Силах України яка включає мету, завдання, напрями використання засобів фізичного виховання, форми організації занять та їх руховий компонент, методи контролю фізичної підготовленості молоді. Для практичної реалізації запропонованої моделі розроблена система інтегральної оцінки фізичної готовності молоді з чотирма компонентами (загальна фізична підготовленість, спеціальна, прикладна і функціональна);
- дістало подальший розвиток система експертних оцінок за методом Дельфі і сучасної теорії ієрархічних систем Сааті в практиці організації фізичного виховання молоді в умовах урочних і позаурочних формах занять;
- доповнено наукові дані щодо чинників, які обумовлюють низьку ефективність системи фізичної підготовки молоді до служби в армії, серед яких: криза національної системи фізичного виховання, яка не відповідає сучасним потребам і міжнародним стандартом фізичної підготовленості людини; відсутність адекватного обґрунтування національної ідеї військово-патріотичного виховання; втрата інтересу юнаків до занять фізичною культурою, що обумовлене низькою педагогічних прорахунків (недостатній рівень підготовки вчителів з ЗСО в області фізичного виховання, відсутність індивідуального підходу до учнів, відсутність належної матеріальної бази для занять); недостатнє залучення юнаків допризовного віку до самостійних занять фізичною культурою і спортом; відсутність дієвих механізмів духовного-тілесного розвитку особистості в процесі шкільного фізичного виховання.

Практичне значення очікуваних наукових результатів полягатиме в можливості застосування наукових положень і висновків дослідження у практичній діяльності вчителів фізичної культури учнів 9-11; у можливості використання аналітичних висновків, щодо реформування за необхідністю системи підготовки воїнів; у реалізації стратегії європейської інтеграції

України на національному рівні; у процесі викладання дисциплін з спеціальної фізичної підготовки у закладах вищої освіти; під час написання навчальних посібників з теорії та практики фізичної підготовки; у процесі формування суспільної думки щодо важливості сучасних методів вдосконалення системи допризовної підготовки молоді.

Матеріали дослідження були впроваджені в навчальний процес: НУФВСУ в розділ дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання»;

ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»;

ВВНЗ «Академія сухопутних військ» м. Львів;

ЗОШ I-III ступенів смт. Чорноморське Одеської області;

ЗОШ I-III ступенів м. Долина Івано-Франківської області.

Особистий внесок здобувача у спільних публікаціях, полягає у визначенні мети, завдань дослідження, використанні методів дослідження, аналізі наукових даних, формулюванні висновків.

Апробація результатів дослідження зійснювалась у участі у наступних конференціях:

XI Міжнародної конференції молодих вчених НУФВСУ 2018 м Київ; II Міжнародної науково-практичної конференції НУОУ ім. Черняховського 14-15.02.2019 м.Київ; XII Міжнародної конференції молодих вчених НУФВСУ 2019 м.Київ; XIII Міжнародної конференції молодих вчених НУФВСУ 2020 м. Київ

Структура та обсяг дисертації. Дисертаційна робота викладена на 291 сторінках машинописного тексту, складається зі вступу, 5 розділів, загальних висновків, списку використаних джерел, та додатку. Обсяг основного тексту дисертації складає 214 сторінок друкованого тексту. Робота ілюстрована 15 таблицями, 11 малюнками. Список використаних джерел містить 368 праць з них 18 іноземних.

РОЗДІЛ 1

ПРОБЛЕМИ І СТАН СИСТЕМИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ МОЛОДІ ДО СЛУЖБИ У ЗБРОЙНИХ СИЛАХ УКРАЇНИ

Воєнна доктрина України головною метою воєнної політики України визначає створення умов для відновлення територіальної цілісності держави, її суверенітету і недоторканності в межах державного кордону України [309].

Фізична готовність є обов'язком для військовослужбовців. Статут внутрішньої служби Збройних сил України (ЗСУ) серед загальних обов'язків військовослужбовців: 1) у статті 13 визначає, що «військовослужбовець зобов'язаний додержуватися вимог безпеки, вживати заходів до запобігання захворюванню, травматизму, повсякденно підвищувати фізичну загартованість і тренуваність, утримуватися від шкідливих для здоров'я звичок»; 2) у статті 59 в обов'язках командира (начальника) встановлено, що він зобов'язаний організувати культурно-освітню роботу, створювати умови для зміцнення здоров'я та фізичного розвитку; 3) у статті 128 визначено, що рядовий (матрос) зобов'язаний повсякденно загартовувати себе, вдосконалювати свою фізичну підготовку» [293].

Основними завданнями програми з фізичної підготовки є зміцнення здоров'я військовослужбовців, розвиток фізичних здібностей, вдосконалення рухових умінь і навичок, що сприяє різнобічній професійній підготовці військових фахівців [229]. Кандидати, визначені придатними за станом здоров'я для прийняття на військову службу за контрактом, проходять перевірку рівня фізичної підготовки, професійної придатності до конкретної посади тощо [119].

На законодавчому рівні прийнятими є необхідні нормативні документи, які регулюють систему підготовки громадян до служби у ЗСУ на випадок мобілізації або війни, різних категорій населення: допризовної молоді (школярі і студенти) [250, 251], призовників, резервістів, мобілізованих і запасу [247, 248]. Однак, питання ефективної системи фізичної підготовки

цього різноманітного мобілізаційного ресурсу залишається відкритим і дуже слабо вирішеним, що вимагає більш детального вивчення питання.

Більше того, науковці чинну методичну систему фізичної підготовки вважають недостатньо ефективною. Вона обов'язково потребує суттєвих змін, побудованих на сучасних тенденціях розвитку військової освіти в умовах особливого періоду з урахуванням практичного досвіду антитерористичної операції (АТО) на сході України та науково-методичного досвіду провідних іноземних армій [176].

Проблеми професійної підготовки та виховання військовослужбовців залишаються актуальними в педагогічній теорії і практиці. Розв'язання її неможливе без удосконалення фізичного виховання військовослужбовців, яке обумовлене такими процесами, як професіоналізація, інтеграція української системи освіти в європейське освітнє середовище [93]. Українські вчені у відповідних працях окреслювали і продовжують шукати дієві шляхи покращення процесу вдосконалення фізичної підготовки в армії, зокрема через фізичне виховання в збройних силах [323]. Постійно відбуваються наукові конференції, які присвячені фізичній підготовці військовослужбовців. Якщо у 2003-му році та 2004-му році у Національному університеті фізичного виховання і спорту України пройшли відкриті науково-методичні конференції «Фізична підготовка військовослужбовців», які стосувались більше українського війська, то в 2016 р. у Національному університеті оборони України імені Івана Черняховського відбулась конференція «Вдосконалення системи фізичної підготовки у Збройних силах України в умовах сьогодення та приведення її до сумісності зі стандартами армій країн-членів НАТО». Міністерство Оборони України наказом № 129 від 03.03.2017 «Про затвердження змін до Положення про Управління фізичної культури і спорту Міністерства оборони України» бере на себе функцію із розвитку фізичної культури і спорту у Збройних силах України [246].

В зв'язку з гібридним конфліктом який відбувається на території України, великого значення постало питання щодо пошуку ефективної системи фізичної підготовки як військовослужбовців, так і молоді придатної до служби в Збройних силах України.

1.1.Стан фізичної підготовленості військовослужбовців у Збройних силах України

Значний негативний вплив на результати перших тижнів і місяців проведення АТО, як констатує І.С. Руснак, «...чинив низький рівень бойової підготовки особового складу підрозділів, залучених до АТО. Тим більше, що вагому частку сил, котрі брали безпосередню участь в АТО, становили недостатньо навчені добровольчі підрозділи» [276, с.10].³ оголошенням часткової мобілізації держава зіткнулася з таким явищем: з одного боку – високий морально-психологічний підйом і готовність громадян захищати Батьківщину, але з іншого – низький військовий вишкіл, особливо тих , хто не проходив військової служби[26].

Зміни характеру військових дій призвели до «...нових вимог до бойової готовності військовослужбовців, яка стала показником не тільки підготовки військ до безпосередній участі до військових дій, а й ефективності в різних видах військової праці, в тому числі й у фізичній підготовці» [79]. С. В. Романчук зазначає: «Фізична підготовка впливає на всі компоненти боєздатності військовослужбовців» [275, С. 8-9.]. Успіх у результатах бойових дій в значній мірі залежить від фізичного стану військовослужбовців, основними складовими є фізичний розвиток та фізична підготовленість[45, 46]. Фізична підготовка за всю історію розвитку людства завжди була одним із основних засобів бойової підготовки військ, складовою частиною, яка забезпечувала боєздатність збройних сил у цілому. На сьогодні в концепції виховної роботи в Збройних силах України фізична підготовка є загальновійськовою дисципліною, тісно пов'язаною з процесом

професійного становлення військовослужбовців, яка сприяє вирішенню специфічних завдань бойової підготовки [229].

Фізична підготовка розглядається вченими як один із найважливіших компонентів повної бойової готовності, як обов'язковий чинник для реалізації психічної і технічної готовності військ[42, 272, 296], як засіб адаптації до військово-професійної діяльності [78, 230, 314, 341].

Фізична підготовка в провідних країнах світу розглядається як компонент бойової підготовки військ та головний фактор реалізації їх технічної та психологічної готовності. Тенденція підвищення військово-прикладної спрямованості фізичної підготовки посилюється з кожним роком. В різних країнах існують свої стандарти, які залежать від конкретних умов цих країн, але рівень підготовки військовослужбовців повинен відповідати загальному стандарту НАТО для виконання спільних завдань[203].

У Настанові з фізичної підготовки у Збройних силах України за 1997 р. говориться, що фізична підготовка в ЗСУ займає належне місце в системі бойової підготовки військ[181]. У виданні «Біла книга-2016. Збройні сили України»[32] показано суттєве збільшення видатків на підготовку війська, зокрема фізичну, в порівнянні із іншими роками. Тобто, значення для сучасного війська фізичної підготовки лише зростає і цьому приділяється відповідна увага і фінансування.

Більше того, Постановою Кабінету Міністрів України від 9 грудня 2015 р. № 1045 «Про затвердження Порядку проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України» зроблено кроки в напрямі розробки протягом 2016 р. тестів і нормативів для проведення щорічного оцінювання населення України з фізичної підготовленості та забезпечення, починаючи з 2017 р. проведення його щорічного оцінювання. Метою щорічного тестування є визначення та підвищення рівня фізичної підготовленості населення України, створення належних умов для фізичного розвитку різних груп населення, зміцнення здоров'я, сприянню здатності до високопродуктивної рухової активності, захисту територіальної цілісності

України і суверенітету, а також допомозі у вихованні патріотизму і громадянської позиції. Проведення щорічного оцінювання для студентської та учнівської молоді навчальних закладів усіх типів, не зажаючи на форми власності, особового складу збройних сил та інших військових формувань, утворених відповідно до законів, правоохоронних органів, рятувальних та інших силових структур, є обов'язковим [234].

Т.Ю. Круцевич, С.В. Трачук наголошують: «На рівні виконавчої влади (Кабінету міністрів України) про якість фізичної підготовленості населення та її контроль, що є обов'язковим значенням у процесі фізичного виховання, розпочали мовлення не так давно у (2015 році). Згадали, що фізичне виховання виконує важливі педагогічні, політичні та соціальні функції й щільно зв'язане з освітою, культурою, наукою, охороною здоров'я, військовою справою та матеріальним виробництвом» [141, с.185].

Про важливе значення фізичної підготовленості фахівців у збройних силах провідних країн світу (США, Англії, Німеччини) можна судити за результатами вивчення та узагальнення досвіду підготовки фахівців з фізичної культури і спорту в зарубіжних країнах, здійсненого А.Магльованим, А.Петрук та ін. (2015). Авторами визначено, що посиленню мотивації до підвищення рівня фізичної підготовленості сприяє жорстка система військово-професійного навчання і великий «відсів» претендентів на військову службу, що становить 20–35%. При цьому відсоток «відсіву» за низьким рівнем фізичної підготовленості, особливо на першому етапі навчання, сягає 75% [167].

Натомість в Україні на середину 2000-х років, як показано в роботах Бородіна Ю.А. [40], Романчука В. М., Романчука С. В., Старчука А. А. [267], Фіногенова Ю.С., Жембровського С. М. [167] та інших, більшість офіцерів не відвідують заняття з фізичної підготовки, а кількість офіцерів, які займаються самостійно не перевищує 20%.

В офіцерів, які додатково не займаються фізичною підготовкою, зниження результатів фізичної підготовленості продовжується і під час

служби офіцерських посадах. В офіцерів, у яких сформовані бажання та інтерес до систематичних занять фізичними вправами ще під час навчання у вищому військовому навчальному закладі (ВВНЗ) і які продовжують додатково займатись після випуску, результати залишаються стабільно високими [168].

Balcerzyk R. [355], Romanchuk S. [364], Яворський А. І. [347], Климович В.Б. та ін.[123], Красота В.М. та ін. (2012) [139], Корчагін М.І. та ін. [132], Федак С.С. (2015) [309] у процесі відповідних досліджень встановили наявність взаємозв'язку між успішним виконанням службових обов'язків і рівнем фізичної підготовленості.

В.В. Косарчуком та М.І. Хижняком (2014) проведено вивчення стану здоров'я та фізичного розвитку осіб рядового складу мобілізаційного резерву на етапі вступу (молоде поповнення) та проходження строкової військової служби (військовослужбовців строкової служби) у ЗС України в 2001-2013 рр. Ними встановлено, що серед осіб рядового складу мобілізаційного резерву на етапі вступу за середнім багаторічним показником превалювали військовослужбовці, які за станом здоров'я були здоровими і складали 1-шу групу ($71,97 \pm 0,28\%$ військовослужбовців); 2-га група – практично здорові, становила $22,93 \pm 0,17\%$ військовослужбовців; 3-тя група – потребували систематичного медичного нагляду, була найменшою і дорівнювала $5,10 \pm 0,14\%$ обстежених серед молодого поповнення. На етапі вступу серед осіб рядового складу мобілізаційного резерву (молодого поповнення військовослужбовців строкової служби) за показниками фізичного розвитку в 2001-2013 рр. переважали військовослужбовці, які мали добрий стан фізичного розвитку ($55,07 \pm 0,30\%$ військовослужбовців); середній стан фізичного розвитку мали $42,27 \pm 0,30\%$ військовослужбовців; недостатньо розвинутий фізичний стан мали $2,65 \pm 0,10\%$ військовослужбовців. На етапі проходження строкової військової служби в Збройних силах України в 2001-2013 рр. серед осіб рядового складу мобілізаційного резерву превалювали військовослужбовці, які мали високий рівень здоров'я і складали 1-шу групу,

(77,89±0,18% військовослужбовців); 2-га група – практично здорові – становила 17,69±0,17% військовослужбовців; 3-тя група – потребували систематичного медичного нагляду, була найменшою і дорівнювала 4,42±0,09% військовослужбовців[135]. (2014)

В.І. Кучер (2016), проаналізувавши матеріали десятирічної звітності медичної служби частин щодо щорічної загальної первинної захворюваності військовослужбовців Збройних сил України, виявив, що за період із 2004 року по 2013 рік, загальна первинна захворюваність військовослужбовців ЗСУ строкової служби виросла більше ніж, у 2 рази. Відбулося достовірне ($p<0,05$) зростання загальної первинної захворюваності військовослужбовців ЗСУ строкової служби, що підтверджує лінія тренда ($RI=0,6758$) [157].

Вітчизняні вчені, які займалися вивченням стану здоров'я військовослужбовців Збройних сил України, починаючи із середини 1990-х років фіксують негативну багаторічну динаміку в загальній захворюваності військовослужбовців ЗСУ. Поганий фізичний стан (фізичне здоров'я, фізична підготовленість) військовослужбовців кардинально знижує боєздатність Збройних сил України [57, 63].

Про низький рівень розвитку окремих фізичних якостей, зокрема, витривалості у військовослужбовців обох статей повідомляють Піддубний О.Г. [213], Маракушин А.І. [172], Боярчук О.М. [46], Ярмошук О.О.[350].

О.М. Боярчук (2010) встановив, що рівень фізичної підготовленості військовослужбовців – жінок усіх вікових груп є низьким. Серед перевірених військовослужбовців – жінок – 50,1% мають незадовільний рівень фізичної підготовленості, а середні показники розвитку швидкісних якостей та витривалості у жінок третьої, четвертої та п'ятої вікових груп не відповідають нормативу оцінки «задовільно». Показники фізичного розвитку та функціонального стану військовослужбовців жіночого контингенту різних вікових груп знаходяться у межах, нижчих за середні ($P<0,05-0,001$). Доведено, що найгірші показники функціонального стану і здоров'я мають жінки старших вікових груп (понад 35 років) ($P<0,001$) [46].

Г.П. Грибан зі співавторами (2014) причинами низької фізичної підготовленості дівчат та погіршення стану їх здоров'я називають недостатню увагу до питань фізичного виховання в сім'ях і загальноосвітніх школах [72].

Ю.А. Бородін і Г.В. Сухорада (2004) появу проблем із фізичною підготовленістю військовослужбовців вбачають в корекції нормативів з окремих вправ, які відбулися у 1997 році у настанові з фізичної підготовки Збройних сил України (НФП) (аналіз охоплює діапазон 1925-2000 рр.). У НФП-97 відзначається тенденція зниження нормативних вимог до розвитку сили і певного підвищення до розвитку якості швидкості зі збереженням, в основному, вимог до розвитку витривалості. У настанові з фізичної підготовки (НФП-97) практично відсутні критерії оцінки ефективності самого процесу фізичної підготовки (ФП) курсантів, таких, як систематичність та ефективність всіх її форм, а також якість використання часових ресурсів, що відводяться на ФП. Це дуже часто призводить до того, що цілеспрямований систематичний педагогічний процес іноді підміняється штурмівщиною, «натаскуванням» курсантів перед черговим оглядом спортивно-масової роботи [40].

А. І. Яворський (2016) вважає чинну програму фізичної підготовки, її зміст і методику проведення занять такою, що не дозволяє підтримувати належного рівня підготовленості в офіцерів, які мають вже сформовані рухові навички. Більш того, вона не дозволяє формувати або вдосконалювати фізичні якості в офіцерів, котрі до початку служби не мали належного рівня підготовленості. Цей висновок зроблений після перевірки рівня загальної фізичної підготовленості офіцерів в процесі проведення дисертаційного, дослідження [346]. Отже, питання вдосконалення програми фізичної підготовки для ЗСУ залишається актуальним.

О.М. Ольховий, Ю.С. Фіногенов (2015) за результатами теоретичного обґрунтування мети та завдань, адаптованої до вимог сучасності концепції фізичної підготовки у Збройних силах України наполягають на проектуванні

цільової концептуальної основи системи ФП у військах (силах), спрямованої на вирішення наступних основних завдань:

- розвиток та вдосконалення фізичних якостей військовослужбовців: сили, витривалості, швидкості, спритності та гнучкості;

- прискорення адаптації військовослужбовців до умов військової служби та підвищення військово-спеціальної підготовленості, покращення фізичного розвитку, підвищення працездатності та службової активності, забезпечення професійного довголіття, зміцнення здоров'я та профілактика захворювань;

- розвиток та вдосконалення спеціальних фізичних якостей військовослужбовців: стійкості до заколихування, перевантажень, кисневого голодування;

- набуття та вдосконалення військово-прикладних рухових навичок і умінь військовослужбовців з рукопашної підготовки, подолання перешкод, метання гранат, пересування пересіченою місцевістю в пішому порядку та на лижах, марш-кидків, військово-прикладного плавання, веслування на ялах тощо;

- набуття та вдосконалення злагодженості дій військових підрозділів;

- забезпечення стійкості організму до впливу несприятливих чинників військово-професійної діяльності: вібрації, гіпервентиляції, дихання під надмірним тиском, різних температурних режимів.

Керівництво ФП є важливим елементом управління, що являє собою діяльність командирів та начальників, спрямовану на поєднання функціональних дій інших посадових осіб, органів чи служб для вирішення завдань з організації та реалізації процесу ФП. Сам процес керівництва ФП здійснюється у відповідності до принципів та методів управління і, по суті, зводиться до прийняття рішень та їх реалізації, спрямованих на вдосконалення процесу ФП військовослужбовців [192].

Ю.С. Фіногенов (2011) називає низку чинників, від яких залежить ефективність системи фізичної підготовки військовослужбовців:

- рівень фізичної підготовленості молодого поповнення;
- стан матеріально-технічної бази;
- місце фізичної підготовки в системі бойової підготовки;
- фінанси, що виділяються на її організацію та проведення;
- професійність керівників занять;
- рівень мотивації військовослужбовців до занять фізичною підготовкою і спортом та ефективність проведення її форм [322].

Таким чином, застарілі проблеми із неналежним рівнем фізичної підготовленості військовослужбовців чоловічої і жіночої статті породили серед науковців дискусії щодо шляхів реформування [98], вдосконалення [173], покращення [142] системи фізичної підготовки Збройних сил України на сучасному етапі.

Вчені пропонують ефективні варіанти реорганізації системи ФП ЗС України [188, 270, 274, 276, 301], обґрунтовують необхідність впровадження професійно спрямованих систем фізичної підготовки [139, 142, 191, 195, 199], а також наполягають на інтенсивному розвитку фізичного виховання і спорту військовослужбовців [322].

1.2. Критерії оцінки готовності до служби в армії в сучасних умовах.

Відповідно до ст. 1 Закону України «Про військовий обов'язок і військову службу» підготовка громадян до захисту Вітчизни є однією зі складових військового обов'язку громадян України [243, 244, 245].

Допризовна підготовка та підготовка призовників з військово-технічних спеціальностей є обов'язковою складовою частиною загальнодержавної системи освіти. Вона здійснюється з метою забезпечення військовими фахівцями Збройних сил України та інших військових формувань у мирний і воєнний час відповідно до чинного законодавства. Військова підготовка студентів вищих навчальних закладів за програмою

підготовки офіцерів запасу є одним з основних видів навчання на добровільних засадах і включається до визначеної державою складової освіти вищих навчальних закладів [1].

Фізична підготовка є складовою частиною багатогранної підготовки до військової служби. У статті 8 «Підготовка до військової служби» зазначається, що підготовка громадян України до військової служби включає: патріотичне виховання, допризовну підготовку, підготовку призовників зі спеціальностей військово-технічного плану, у військових оркестрах, ліцях і ліцях з нахилом на військово-фізичну підготовку; підготовку до вступу у ВВНЗ та навчальні підрозділи вищих військових навчальних закладів; військову підготовку за програмою підготовки офіцерів запасу у вищих навчальних закладах; підвищення рівня фізичної готовності, вивчення української мови, лікувально-оздоровчої роботи, освітньої підготовки [84, 244].

Фізична підготовка спрямована на формування у юнаків міцного здоров'я, високого рівня розвитку фізичних якостей (сили, витривалості, швидкості і спритності), набуття прикладних умінь та навичок [169].

Відзначається що стан фізичного, психічного здоров'я призовного контингенту в Україні вже певний період є недостатнім з огляду потреби формування особистого складу строкової служби, причому динаміка змін не дозволяє прогнозувати покращання ситуації в найближчому майбутньому. Загальне погіршення здоров'я молоді негативно позначається на стані національної безпеки через зменшення кількості спроможних за станом здоров'я до виконання військового обов'язку та зниження якісних характеристик фізичного стану призовного контингенту [264].

Кількість придатних юнаків до військової служби зменшилась до 37% і 32% починаючи з 49% протягом 3-ї, 4-ї та 5-ї хвили мобілізації відповідно до ($p < 0,05$), а кількість непридатних до служби в збройних силах в мирний час, обмежено придатних в воєнний час і непридатними з виключенням із

військового обліку збільшилась з 21% до 26% та з 2% до 3% протягом 3-ї, 4-ї, 5-ї хвиль мобілізації відповідно ($p < 0,05$) [48].

Т.І. Лошицька (2007) наводить дані про те, що випускники шкіл і студенти, у 90 % випадках мають відхилення у стані здоров'я, понад 30 % учнів загальноосвітніх шкільних закладів мають вкрай низький рівень фізичної підготовленості вони є потенційним мобілізаційним ресурсом і лише 0,8 % – високий. Рівень фізичної підготовленості вказаної категорії за вимогами Настанови з фізичної підготовки ЗС України оцінюється, як незадовільний. Більше 70% призовників не відповідають мінімальним межовим вимогам фізичної підготовки, рівень якої у старших класах за останні десятиліття знизився на 20-30% [164, 165].

На початок 2000-х років придатними до військової служби визнавали 74-76% юнаків, непридатними – 18-22%, відстрочку за станом здоров'я отримували 4-6% призовників [58, 223].

Захворюваність юнаків призовного віку наприкінці 90-х років ХХ ст, у порівнянні із серединою 1980-х років (на 1000 призовників припадало 247 хворих), збільшилася майже в 5 разів (на 1000 хлопців – 1205 випадків захворювань), тоді як у 1992 році їх кількість становила 942, у 1993 – 1003, у 1995 – 1025 [105]

Міністерство охорони здоров'я (МОЗ) України надало інформацію, що розповсюдження хвороб (за період 2009–2013 рр.) серед підлітків становить приріст понад 2000%, а тільки 10% школярів виявилось без відхилень у стані здоров'я [344].

Здоров'я юнаків, що безпосередньо складають військовий резерв нації свідчить про наявність негативних тенденцій [303]. За даними МОЗ України, поширеність захворювань серед юнаків 15–17 років упродовж останніх 5 років зросла приблизно на 10 %. Значно різке погіршення здоров'я допризовників відбулося у 2013 р. – 20 391,8 випадків захворювань у юнаків відповідного віку на кожні 10 тис. населення, у порівнянні з 20 015,7 на 10 тис. населення у 2012 р. Тобто протягом 2013 р. кожна молода людина віком

15–17 років захворіла більше двох разів [204]. Про тенденцію погіршення стану здоров'я та ступеня придатності призовників, що не відповідають вимогам набору до служби в армії почали писати ще в середині 1990-х [3]. На середину 1990-х років по областях України придатними до військової служби визнавалися в середньому 75,0% на приписці, 64,0 % на призові. Кожний четвертий-п'ятий юнак визнавався непридатним [87].

В.Ф. Торбін і М.К. Хабзей (2008) зазначають, що оцінка стану фізичного розвитку підлітків як «добрий» зменшилась з $80,3 \pm 0,33\%$ у 1993 р. до $61,5 \pm 0,39\%$ у 2003 р. (Львівська область) та з $71,3 \pm 0,74\%$ до $61,7\%$ відповідно (м. Львів). Також збільшився і відсоток підлітків з оцінкою як «недостатній» в цілому по області. У м. Львові він дещо знизився (на 11%). При цьому, як по області, так і у м. Львові стан фізичного розвитку підлітків як «середній» за досліджувані роки збільшився і становив у 2003 р. ($38,1\%$ та $35,1\%$ відповідно). Порівнюючи вищенаведені дані з такими по Україні, слід зазначити, що зміни стану фізичного розвитку підлітків у Львівській області та м. Львові подібні таким в Україні [302].

У структурі захворюваності юнаків за 1993-2001 рр. переважали хвороби органів дихання – 48,9%, друге місце посідали хвороби шкіри та підшкірної клітковини – 7,4%. Наступні місця займали хвороби нервової системи – 7,1%, хвороби кістково-м'язової системи – 6,6% та органів травлення – 5,1%. Поширеність захворювань кістково-м'язової системи у юнаків за 1994-2001 рр. зросла на 54,85%, а захворюваність у цілому – на 50,76% [135].

Проведений Т.В. Пересипкіною (2015) ретроспективний аналіз (1990–2013 рр.) стану здоров'я міських юнаків 15–17 років дозволив встановити зростання загальної патологічної ураженості майже у два рази – з 652,3 % у 1990р. та склало 1530,0 % у 2013 р. Зазнає змін і поширеність захворювань серед юнаків. Так, поширеність захворювань серед юнаків 15–17 років менша, ніж серед дівчат, і склала у 2010 р. 19725,1 випадків проти 22135,5 (на 10 000). У 2001 р. та 2005 р. цей показник становив 14719,3 та 15793,7

випадків відповідно. Темпи приросту хвороб серед юнаків зростає і становлять у 2001–2005 рр. - 7,3% та у 2005–2010 рр. - 24,9%. Також визначено збільшення змін у групі підлітків з дисгармонійними відхиленнями у розвитку, за рахунок кількості юнаків із надмірною вагою тіла (у 1991 р. - 16,7% протилежно 26,1% у 2013 р.) та скороченням кількості підлітків із недостатньою масою тіла (10,9% замість 19,0% відповідно). Питома вага підлітків із низьким та високим зростом суттєво не змінилася. Середні антропометричні показники маси тіла і зросту підлітків протягом двох десятиліть суттєвих змін не зазнали [209]. У столиці України на кінець 1990-х років половина випускників київських шкіл були непридатні або обмежено придатні до військової служби [29].

В.В. Косарчук, М.І. Хижняк і А.Д. Захараш (2011) наголошують про підвищену нагальність якості відбору в Збройні сили України, зокрема про потребу «удосконалити систему фізичної підготовки особового складу в адаптаційний період із урахуванням індивідуального рівня фізичної підготовки» [134]. За їх даними низький рівень оцінки стану здоров'я юнаків допризовного та призовного віку є основною причиною високої захворюваності й звільнення з лав збройних сил військовослужбовців за видом розладів у психіці та поведінки.

Фактично, призов до війська хворих юнаків суперечить «Положенню про підготовку і проведення призову громадян України на строкову військову службу» та є порушенням прав людини. З іншого - призов до армії хворих є вкрай небезпечним і не припустимим явищем: для самого призовника, для армії і для суспільства в цілому [260, 263].

У середньому, за 2001-2003 рр. серед молодого поповнення здоровими було визнано 70,4%, у той час, як серед військовослужбовців строкової служби – 78,8%. Практично здорових було визнано 23,1% і 12,3% відповідно. Серед тих, хто потребував систематичного медичного нагляду – 6,4% складало молоде поповнення і 4,1% військовослужбовці. При аналізі стану фізичного розвитку молодого поповнення та військовослужбовців строкової

служби встановлено, що в середньому за роки спостереження добрий стан фізичного розвитку молодого поповнення складав 56,3%, у той час як серед військовослужбовців він був кращий і складав 57,1%. Середній стан фізичного розвитку складав 41,1% і 34,8% відповідно, а недостатній 2,5% і 3,3% відповідно [310]. На 2013 р., кількість юнаків (14-17 років), які були визнані здоровими (за відсутності хронічних захворювань і вад розвитку), коливалася у межах від 9 % до 45 %. У середньому та старшому шкільному віці без вад здоров'я залишається нажалі тільки кожен п'ятий юнак (22,4 %). Але навіть серед здорових юнаків, приблизно тільки 30 % осіб мають високий і середній рівень функціональних резервних можливостей серцево-судинної системи. Вони визнаються здатними до виконання встановлених нормативів на уроках фізкультури. Найбільш поширеними хворобами серед шкільної молоді є: захворювання органів дихання (984,71 %); захворювання органів травлення (133,63 %); захворювання ока та придаткового апарату (104,35 %); захворювання шкіри та підшкірної клітковини (86,22 %); захворювання кістково-м'язової системи (84,57 %); захворювання ендокринної системи (83,42 %); захворювання інфекційні та паразитарні (65,48 %); захворювання нервової системи (59,94 %); травми та отруєння (57,05 %); захворювання сечостатевої системи (53,18 %) [277].

Накопичення хронічної патології (тобто різниця між усіма зареєстрованими та вперше в житті встановленими захворюваннями) у юнаків 15-17 років лише за 1996-2004 рр. збільшилась на 54,2%. Поряд з об'єктивним погіршенням здоров'я підлітків існує ряд хвороб, які при своєчасному виявленні та лікуванні могли б і не стати перешкодою до придатності до військової служби (наприклад, анемії, жовчнокам'яна хвороба, хвороби підшлункової залози, контактні дерматити тощо). Майже у 160 тис. хлопчиків до 14 років (або 430,3 на 10 тис. відповідного населення) та у 70 тис. юнаків 15-17 років (598,3 на 10 тис. населення) зафіксовано розлади психіки та поведінки (дані 2004 р.); хвороби нервової системи - майже у 70 тис. хлопчиків до 14 років (або 178,3 на 10 тис. населення), і

більше, ніж 100 тис. юнаків 15-17 років (936,4 на 10 тис. населення). Ще понад 50 тис. юнаків 15-17 років мали діагноз короткозорість (443,2 на 10 тис. населення) [289].

Як зазначають В.В. Косарчук та М.І. Хижняк (2014) за даними тесту з дозованим фізичним навантаженням у молодих військовослужбовців знижені рівні фізичного стану і фізичної працездатності внаслідок зменшення функціональних резервів кардіореспіраторної системи і зниження адаптаційних можливостей організму. Більше того, за їх даними перші три місяці проходження військової служби третина військовослужбовців – $30,34 \pm 2,26\%$ – знаходились на стаціонарному лікуванні. Аналіз показників структури захворювань, виявлених після другого медичного огляду показав помітне зменшення хвороб серцево-судинної системи, у тому рахунку нейроциркуляторними дистоніями (НЦД). Кількість захворювань НЦД зменшилась на $11,65 \pm 1,58\%$, що можна пояснити адаптацією військових до виконання службового обов'язку, фізичних навантажень і покращення функціонування вегетативної нервової системи [135].

Комплектування військових підрозділів особовим складом, придатним за станом здоров'я і психофізіологічними якостями до військової служби у ЗС України, збереження і зміцнення здоров'я військовиків у процесі виконання ними службових обов'язків є найвідповідальнішим завданням медичної служби [264].

Л.В. Діденко (2011) встановлено, що однією з причин погіршення стану здоров'я призовних контингентів є незадовільна робота щодо їх оздоровлення. За умов відсутності ефективної програми для залучення до здорового способу життя найвразливішої ланки населення України, а саме молодь 15-24 років. Анкетування щодо визначення факторів, які здатні вплинути на стан здоров'я військовослужбовців, допризовної і призовної молоді засвідчило, що заняття фізичною культурою і спортом як фактор зміцнення здоров'я та його збереження відрізняється: $73,38\%$ військовослужбовців контрактної служби, $81,74\%$ офіцерів та $78,32\%$

офіцерів вищого командного складу відносять фізкультурно-спортивні заходи до таких, які мають значний вплив і впливають на здоров'я. У той же час, серед призовної молоді (62,14%) і військовослужбовців строкової служби (63,01%) вважають, що заняття фізичною культурою та спортом не впливають на стан здоров'я [87].

Л.К. Пархоменко, Л.А. Страшок та ін. (2016) зазначають, що підготовка молоді до строкової служби є комплексною і обов'язково включає фізичну підготовку та лікувально-оздоровчу роботу. На сьогодні зазначаються негативні показники стану здоров'я юнаків і зокрема, зменшення придатності до військової служби. Головним чинником якісного призову громадян на строкову службу вони зазначають, зокрема, відсутність повернення військовослужбовців із військових частин за станом здоров'я. Частіше за все, хвороби органів травлення, системи кровообігу, кістково-м'язової системи, психічні розлади були причиною дострокового припинення військової служби. За 2005–2010 рр. через захворюваність на хронічні вірусні гепатити В і С було звільнено понад 400 чоловік. Із прибуттям молодого поповнення зростає кількість військовослужбовців з інфекційними захворюваннями (вітряна віспа, кір, епідемічний паротит і краснуха).

Захворюваність військовослужбовців строкової служби сягає 110,2% і більше. Протягом останнього десятиріччя зросла захворюваність за всіма класами хвороб. Звільнюваність з лав збройних сил за хворобою має тенденцію до значного збільшення, особливо серед військовослужбовців строкової служби [204].

Одним із факторів, який не сприяє підвищенню фізичної підготовленості допризовної молоді в Україні, на думку А.І. Босенка (2017), є відсутність єдиної системи з фізичної підготовки, організації контролю та її оцінювання [45].

Фізична підготовка допризовної молоді та курсантів військових училищ України це, насамперед: 1) розвиток і постійне вдосконалення фізичних якостей – витривалості, гнучкості, сили, швидкості, спритності; 2)

зміцнення здоров'я, загартування організму та підвищення його стійкості до впливу несприятливих чинників бойової діяльності, вдосконалення фізичної підготовленості, набутої на заняттях із фізичної культури; 3) оволодіння прийомами рукопашного бою, а також – навичками прискороного руху, плавання та подолання різноманітних перешкод для виконання бойових завдань та надання допомоги товаришеві; 4) виховання в майбутніх воїнів дисциплінованості, цілеспрямованості, сміливості, рішучості, ініціативи, винахідливості, наполегливості, витривалості, психічної стійкості, впевненості у своїх силах тощо [282].

З даних фактів цілком очевидним є те, що фізична підготовленість є надзвичайно важливим компонентом багатогранної підготовки захисників держави. Фізичній підготовці допризовника слід приділяти більше уваги, оскільки достатній рівень фізичної підготовленості молоді суттєво скорочує процес адаптації до військової служби безпосередньо у військовій частині, робить її ефективною і здатною реалізовувати покладені на неї обов'язки із захисту суверенітету України.

1.3. Сучасний стан фізичної підготовки як складової системи фізичного виховання у загальноосвітніх закладах

Низький рівень фізичної підготовленості юнаків допризовного віку негативно впливає на результати їх спортивної і допризовної підготовки в цілому. Забезпечити потреби нашого суспільства у підготовці підростаючого покоління, як захисника вітчизни, покликана не тільки військова, але й, насамперед загальна середня освіта [340].

У Концепції національно-патріотичного виховання зазначено: «...прикладна фізична підготовка спрямовується на розвиток сили, витривалості, швидкості, спритності, сміливості, координації рухів. Молодь залучається до регулярних занять фізичною культурою і спортом, у тому числі прикладними видами спорту, набуває навичок подолання

перешкод, здійснення марш-кидків, метання гранат, бігу на лижах, гімнастики, рукопашного бою тощо» [251].

Військово-патріотичне виховання дітей та молоді визначається різними нормативно-правовими актами, зокрема, Законом України «Про оборону України» [257, 307].

Фізичне виховання у загальноосвітніх навчальних закладах має великий потенціал в підготовці молоді до служби в армії. Втім, за всі роки незалежності України, фізичне виховання все більше віддалялось від реальної фізичної підготовки молоді. Без фізичного виховання як цілеспрямованого процесу на розвиток фізичних якостей, набуття відповідних рухових умінь і навичок, наявності спеціально підготовлених фахівців покращити ситуацію вкрай важко.

Кількість випускників шкіл, які є практично здоровими, становить лише 5-15%. За таких умов, здоров'я школярів має стійку тенденцію до погіршення. Низький рівень здоров'я молодих людей, що проходять службу в Збройних силах України, є свідченням безвідповідального ставлення молоді до власного здоров'я: придатними до військової служби визнається 74-76% юнаків, а кількість тих, хто отримує відстрочку за станом здоров'я, постійно збільшується [88].

В учнів старшого шкільного віку вчені продовжують відмічати негативні тенденції у: 1) зниженні рівня фізичної підготовленості учнів (відповідно до вимог шкільної програми фізична підготовленість оцінюються на 3–8 балів). Достатній рівень навчальних досягнень старшокласники мають за показниками розвитку сили й швидко-силових якостей. Низький або середній рівні фізичної підготовленості виявлено за розвитком швидкості, гнучкості, витривалості та спритності); 2) відхиленнях у стані здоров'я (35-38% старшокласників уже мають такі відхилення) та належності до спеціальної медичної групи (в процесі навчання зменшується кількість учнів основної медичної групи, і відповідно, збільшується в підготовчій і

спеціальній); 3) напруженні роботи серцево-судинної системи (показники ЧСС становлять 90-92 уд.•хв.) [209].

Формування готовності старшокласників до військової діяльності можна розглядати як стан комплексної готовності особистості, який визначається сукупністю моральних, психологічних, фізичних та операційно-дієвих показників. Формування готовності старшокласників до військової служби можливе за умов виховання позитивного ставлення до цієї служби з урахуванням переконань, планів, бажань, ідеалів, інтересів особистості й установок соціального середовища [177].

О.Т. Мазурчук (1999) встановила, що «... цілеспрямованою підготовкою до служби в армії самостійно займаються 12,4% і 14,7% опитаних. Про допомогу спорту в підготовці допризовників до служби в армії вказали 48,4% і 52,8% юнаків. 88% і 69% опитаних юнаків вважають, що на підготовку до служби в армії одних тільки уроків фізичної культури і допризовної підготовки недостатньо; 17,4% і 28,2% переконані, що достатньо; 38% і 42% вважають, що вони готові служити в армії; 32,3% і 39,8% - що не готові» [169].

Результати оцінки рівня практичної готовності старшокласників до служби в армії засвідчують, що кожен третій юнак, в основному, фізично добре підготовлений до служби, хоча не можуть не викликати занепокоєння значні відмінності у фізичній підготовленості юнаків міста і села. Тенденція наступна: рівень розвитку фізичної сили у старшокласників міста у тричі вищий, ніж в їх ровесників із села; фізично-оздоровча активність, навпаки, у сільських юнаків у чотири рази вища. Анкетне опитування щодо готовності або неготовності старшокласників до служби, вказує на наявність взаємозв'язку стану фізичного і психічного здоров'я. Вони усвідомлюють, що для служби в армії необхідним є відповідний рівень фізичної підготовленості, інтелектуальних можливостей і здоров'я. На жаль, лише 24,6 % юнаків села та 18,7 % їх ровесників з міста вважають себе достатньо підготовленими [119].

А. Попович (2015) найбільш ефективним і економічним для вирішення проблеми зміцнення здоров'я учнівської молоді вважає якісні зміни у фізкультурно-оздоровчій роботі в закладах середньої освіти та вищій школі. Фізкультурно-освітня робота повинна сприяти зниженню відсотку захворюваності, зміцненню здоров'я, підвищенню рівня фізичної підготовленості, зменшенню прояву шкідливих звичок, підвищенню успішності. Звичайно, заняття з дисципліни «фізична культура» повинні вестися систематично як серед студентів-бакалаврів, так і серед магістрантів. Вони повинні науково обґрунтовувати необхідність рухової активності, виконувати освітню і пропагандистську функції у вихованні здорового способу життя [227].

Фізична підготовка має велике значення для реалізації оздоровчого завдання та формування міцного фундаменту працездатності студента з метою довготривалої активної життєдіяльності в умовах навчального закладу. О.В. Тимошенко та М.Д. Зубалій (2015) розробили та обґрунтували «Паспорт здоров'я» з метою сприяння покращенню стану здоров'я, підвищенню усвідомлення й рівня фізичної культури підростаючого покоління, значущості та якості фізичного виховання. Показники «Паспорта здоров'я» також слугують підвищенню конкурентоспроможності його володаря при прийнятті на навчання, роботу і є важливою складовою для виявлення переваг за інших рівних умов. Даний паспорт є об'єктивним показником фізичного стану учнівської та студентської молоді, де одним із основних критеріїв оцінки кількості здоров'я є показники рівня фізичної підготовленості [297].

І.В. Бакіко (2007), в результаті аналізу програмно-нормативного забезпечення фізичного виховання загальноосвітніх шкіл встановив, що в шкільних програмах 1992, 1998, 2001 і 2004 рр. відсутні розділи, що стосуються позакласних форм занять фізичною культурою і спортом, загальношкільних фізкультурно-оздоровчих і спортивних заходів. За змістом ці шкільні програми практично дублюють одна одну. Невелика різниця

полягає лише в наявності окремих фізичних вправ та викладання футболу з великою кількістю годин в усіх класах у програмах 2001, 2004 років. Автор [22] обґрунтовує співвідношення навчального матеріалу базової (як основи загальнодержавних вимог у галузі «фізична культура») і варіативної частин (диференційований підхід до фізичного виховання учнів) шкільної програми для молодшого шкільного віку – 70:30%, середнього – 60:40%, старшого – 50:50%. Підвищення мотивації та інтересу до фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності учнів є основним важелем зміни програмно-нормативних засад фізичного виховання школярів. Побудова програм шкільного фізичного виховання із врахуванням базових і варіативних частин дозволяє зробити учнів і батьків активними учасниками освітнього оздоровчого процесу.

Н. Кравченко (2012) зазначив що поява концептуально нової навчальної програми з фізичної культури для учнів 5-11 класів (2011 р.) пов'язана із спільним рішенням Міністерства освіти і науки України, Міністерства сім'ї, молоді і спорту, Міністерства охорони здоров'я № 13/1-2 від 11.11.2008 р. «Про реформування системи фізичного виховання учнів та студентської молоді у навчальних закладах України» [256], поставлені на порядок денний зміни змісту навчальних програм відповідно до вікових, контрольних нормативів до них, спричинили смерті дітей на уроках фізичної культури. Індивідуальні закономірності формування і розвитку дитини з урахуванням позитивного світового досвіду теж змінено. Учасники робочої групи ставили собі за мету з'ясувати причини, які призводять до летальних випадків під час виконання фізичних вправ. Серед основних причин вказувалося не те, що контрольні нормативи в навчальних програмах до 2008 року, є важкими та їх показники не змінювалися з кінця минулого століття. Було відзначено, що важливою складовою для безпечного проведення уроків фізичної культури є якісний медичний огляд у навчальних закладах. Такий медичний огляд та розроблені методичні рекомендації проведення занять із різними медичними групами давали би об'єктивну картину фахівцям щодо

реального стану здоров'я дітей у навчальних закладах та особливостей фізичного навантаження в уроці [137].

Отже, в основу нової навчальної програми був закладений відмінний від попередніх програм шлях викладання дисципліни «Фізична культура» – присутність інваріантної та варіативної частин, де принцип варіативності став домінуючим. Саме на принцип варіативності покладені надії з формування стійкої мотивації щодо збереження здоров'я та поліпшення фізичного розвитку й фізичної підготовленості дітей, адже школярі отримують можливість обирати вид рухової активності, який їм більш до вподоби, таким чином більш ефективно використовуючи засоби фізичного виховання в організації власного способу життя [317].

У нових навчальних програмах контрольні нормативи фізичної підготовленості, які до того були важливою складовою частиною оцінки з дисципліни «фізична культура» фактично нівельовані. Втім, як зазначають О. Римар та А. Соловей (2013) нормативи оцінювання фізичної підготовленості є одним із важливих стимулів мотивації дітей до занять фізичною культурою. Також значною мірою від їх відповідності залежить не лише безпека учнів, але й їх відношення до занять, прагнення до фізичного вдосконалення [262].

Фізичне виховання – важлива частина підготовки юнаків до виконання почесного обов'язку кожного громадянина – служби в Збройних силах України. У цьому аспекті мета фізичного виховання полягає в тому, щоб допризовники набули фізичної загартованості, необхідної для оволодіння зброєю та бойовою технікою і перенесення фізичних навантажень, нервово-психологічних напружень, несприятливих чинників бойової діяльності. Фізичне виховання відіграє важливу роль у формуванні молодого покоління, зміцненні та збереженні його здоров'я, підготовці до майбутньої професійної діяльності захисту Батьківщини. Фізичне виховання дітей і молоді України є важливим компонентом гуманітарного виховання, спрямованого на формування в них фізичного та морального здоров'я, удосконалення

фізичної і психічної підготовки до ведення активного життя, професійної діяльності та захисту Батьківщини [282].

Наслідком скасування нормативів і державних тестів оцінки фізичної підготовленості населення України спричинило девальвацію фізичної підготовки у фізичному вихованні та негативно відбилися на фізичному стані громадян і, зрештою, на обороноздатності держави.

1.4. Система фізичного виховання у закладах вищої освіти

За даними вчених, у закладах вищої освіти збільшується кількість студентів, які за станом здоров'я належать до спеціальних медичних груп [123]. Н.А. Башавець [27] зазначає, що продовжується тенденція погіршення стану здоров'я, фізичної підготовленості, функціональних резервів організму сучасної студентської молоді. Із 2005 по 2009 роки відбулося зменшення кількості студентів, що віднесено до основної медичної групи з 69,6 % до 65,2 %, підготовчої групи – з 16,1% до 13,8%. Відбулося збільшення кількості студентів, що віднесено до спеціальної «А» групи – з 11,9% до 18%, спеціальної «Б» групи – з 1,7% до 2 %, звільнених – з 0,7 % до 1 %. Згідно експрес-оцінки соматичного здоров'я за методикою Апанасенка Г.Л. (2002), серед досліджуваних студентів 62,4 % мають низький рівень здоров'я, 24,7 % – нижчий від середнього, 12,9 % – середній. Як зазначають А. Іванова, Н. Ковальчук (2011) за незначною перевагою показників міських юнаків, для сільських та міських студентів властивий низький рівень здоров'я [113]. В. Шигалевський та А. Верьовкін (2001), після тестування вступників Східноукраїнського національного університету встановили, що 28,7 % юнаків за функціональними показниками є інвалідами III групи [338]. В.М. Платонов (2009) відмічає, що 70 % студентів-вступників мають хронічні захворювання, а до закінчення вищого закладу освіти їх кількість збільшується до 90 % [218]. Р.Т. Раєвський (2000) наводить статистику, що 60% випускників закладів вищої освіти (ЗВО), приступають до роботи фізично

не готовими працювати у темпі й інтенсивності, які вимагає від них професія [261].

Д.М. Анікєєв (2012), Л.Б. Маланюк (2010), В.І. Романова (2010) досліджували значення рухової активності у способі життя студентської молоді, що дозволило зробити висновок, про те, що ефективність традиційних занять фізичним вихованням в плані збереження здоров'я є низькою [8, 171, 266].

Г.П. Грибан і Т.Б. Кутек (2004) зазначають, що за період навчання у вищій школі значна частина студентів не досягає навіть середнього рівня фізичної підготовленості [72]. Більше того, Г.П. Грибан наводить дані про те що «... якість жінок із поганим і дуже поганим рівнем фізичної підготовленості на першому курсі у 9,3 рази перебільшує кількість чоловіків з аналогічним рівнем фізичної підготовленості. Спостерігається висока тенденція студенток з таким же рівнем фізичної підготовленості на третьому і четвертому курсах навчання» [74]. Л.П. Пилипей [211], С.І. Присяжнюк, В.П. Краснов, М.О. Третьяков, Р.Т. Раєвський [249] доводять, що у більшій половині студентів, згідно тестового контролю, наявний низький рівень кондиційної фізичної підготовленості, а більше половини випускників цих закладів фізично неспроможні якісно працювати.

Результати тестування фізичної підготовленості свідчать, що її оцінка більшості студентів-першокурсників у середньому відповідає 1-3 балам. Такий низький рівень розвитку фізичних якостей студентської молоді притаманний для багатьох ВНЗ різних регіонів України та країн СНД [281]. Дані досліджень О. Кузнєцової (2014) щодо фізичної підготовленості студентів-першокурсників технічних ЗВО вказують на те, що 7 % студентів I курсу мають добрий рівень фізичної підготовленості, 48 % – задовільний, 37 % – незадовільний [151].

На переконання Г.П. Грибана (2012) фізична підготовка складає основу наповнення організаційно-змістового і процесуально-діяльнісного блоків методичної системи фізичного виховання студентів [74]. Фізична підготовка

розглядається як частина процесу фізичного виховання, що спрямована на: підвищення функціональних можливостей організму, розвиток фізичних якостей (сили, швидкості, витривалості, гнучкості, координації) з одночасним поліпшенням спеціальної фізичної і технічної підготовленості у видах рухової активності, на активізацію вольових виявів і набуття професійно-прикладних психофізичних навичок і вмінь, а в цілому – і на поліпшення стану здоров'я. Від рівня фізичної підготовленості студента залежить його працездатність, стан здоров'я, а в майбутньому і загальний рівень підготовленості фахівця до професійної діяльності [73].

Визначення рівня фізичної підготовленості, а саме констатація рівня розвитку фізичних якостей студентів, є необхідною частиною процесу педагогічного спостереження у фізичному вихованні. Отримання цих результатів сприяє оптимізації процесу фізичного виховання у ЗВО. Побудова занять фізичного виховання, підбір необхідних методів, засобів, методик, розташування акцентів у практичному занятті, теоретико-методична підготовка студентів і самостійна робота як над теоретичним матеріалом, так і практичним має здійснюватися з урахуванням не тільки стану соматичного здоров'я та належності студентів до основної чи спеціальної медичних груп, а також із урахуванням рівня фізичної підготовленості [283].

Фахівці галузі «фізична культура і спорт» з метою покращення ситуації із фізичним станом студентів постійно пропонують зміни до програмно-нормативних основ фізичного виховання, зокрема у державні програми фізичного виховання.

С. Козіброцький, В. Смолюк, О. Швай (2010) здійснили історико-методологічний аналіз змісту, структури і спрямованості програмного забезпечення фізичного виховання студентської молоді у період 1991-2010 рр. Ними були виокремлені позитивні нововведення цих програм, зокрема: істотно розширилось кількість видів рухової активності для студентів різних груп різного рівня підготовленості (вперше з'являються й користуються

популярністю шейпінг, стретчінг, спортивні танці, спортивне орієнтування, різні види національних єдиноборств); в залежності від стану здоров'я, фізичного розвитку і підготовленості студенти розподіляються для практичних занять за програмою фізичного виховання на три медичні групи – основну, підготовчу, спеціальну (відповідно з'являються три навчальні групи – основна, спеціальна медична група та група спортивного вдосконалення); поява двох взаємопов'язаних і взаємодоповнювальних дидактичних компонентів: обов'язкового базового й елективного (варіативного), що спирається на базовий і доповнює його з урахуванням професійної фізичної підготовки, індивідуальних мотивів, інтересів та потреб, стану здоров'я; збільшується роль та значення професійно-прикладної фізичної підготовки [126].

Впровадження оцінки за індивідуальну фізичну підготовку автори називають прогресивним нововведенням, оскільки індивідуальні зрушення у фізичній та технічній підготовці студентів є реальними критеріями для оцінювання (приріст показників у фізичній і технічній підготовленості, функціонального стану студентів оцінюють шляхом порівняння з результатами початкового тестування у вересні, а також після визначеного тренування з урахуванням індивідуальних можливостей кожного студента). Тестування проводять один раз на два місяці. Оцінку фізичної підготовленості визначає викладач за встановленою шкалою оцінки індивідуальних зрушень у результатах. За повторного виконання контрольних нормативів студентами оцінка із фізичної підготовленості визначається таким чином: 5 балів – за значне поліпшення результату; 4 бали – за покращення результату; 3 бали – за повторення результату [91, 125].

Водночас в Україні, незважаючи на двадцятирічний досвід самостійного державного розвитку, проблемними залишаються стратегічні питання щодо рівня фізкультурної освіти й фізичної підготовленості студентської молоді, організації фізичного виховання у ЗВО.

С.М. Футорний (2013) вказує на відсутність чітких, консолідованих уявлень про те, яким має бути фізичне виховання у вищому навчальному закладі в умовах трансформації вищої освіти. Автор актуальними дослідженнями називає пошук шляхів удосконалення організації фізичного виховання студентської молоді, вирішення яких має важливе значення для розвитку суспільства, держави, виробництва, фізичного та духовного вдосконалення молодого покоління. Перехід на кредитно-модульну форму навчання, що припускає зменшення кількості годин, які відводяться на фізичне виховання, і переміщення їх у розряд самостійної роботи при несформованій мотивації до занять ускладнює ефективність фізичного виховання і може сприяти зниженню рухової активності студентів у цілому [324].

Проведені соціологічні дослідження [91, 324] свідчать, що викладачі фізичного виховання ЗВО України (більше 90%) вважають, що сучасна система фізичного виховання потребує удосконалення. Перехід на Болонську кредитно-трансферну освітню систему став офіційною підставою до відповідного «удосконалення» фізичного виховання у закладах вищої освіти зі сторони МОН України. Фізичне виховання у ЗВО постало перед реальною загрозою зникнення, адже в окремих країнах Європейського Союзу виявляється фізичного виховання як дисципліни немає. Втім, Т.Ю.Круцевич та Н.С. Пангелова (2016) наводять дані щодо практики фізичного виховання в інших ЗВО Європейського Союзу, в яких фізичне виховання є складовою освітнього процесу [149]. Також Круцевич Т.Ю. і Пангелова Н.С. (2016) констатують ситуацію, коли за період після набуття Україною державної незалежності Міністерство освіти і науки не визначилось з концепцією реформування дисципліни «Фізичне виховання». Спочатку зменшували загальний обсяг курсів і навчальних годин на яких вона викладається. Але кінцевим викликом сталому розвитку галузі фізичної культури і спорту було намагання керівників Міністерства освіти і науки України впровадити факультативні заняття у вищих навчальних закладах (без вмикання до

навчальних планів і підсумкового контролю). Впровадження зазначених ініціатив може призвести до повної руйнації системи фізичного виховання студентів та суттєвого погіршення їх здоров'я, закриття рекреаційно-відновлювальної інфраструктури вищих навчальних закладів України, послаблення рівня обороноздатності держави [149].

Проблеми навчальної дисципліни фізичне виховання почали масово накопичуватись з 2008 р., після спільного рішення президії Міністерства освіти і науки України, Міністерства України у справах сім'ї, молоді і спорту та Міністерства охорони здоров'я України від 11.11.2008 р. «Про реформування системи фізичного виховання учнів і студентської молоді в навчальних закладах України» та затверджених нею заходів [259, 265]. Аналіз їх виконання свідчить про вкрай низьку ефективність щодо розробки і реалізації дидактичного наповнення змісту фізичного виховання в закладах освіти, збільшення об'єму рухової активності дітей та молоді, відповідно до рухової біологічної потреби, забезпечення процесу висококваліфікованими кадрами тощо [340].

У системі вищої освіти наказом МОН України від 09.07.2009 р. № 642 «Про організацію вивчення гуманітарних дисциплін за вільним вибором студента» фізичне виховання опиняється за межами навчального процесу та вилучається із блоку нормативних дисциплін [253]. Зміст пункту 1.4 цього наказу («Організувати навчальні заняття з фізичного виховання в обсязі чотирьох годин на тиждень як позакредитну дисципліну. Для студентів початкових курсів фізичне виховання планується в аудиторному форматі, навантаження студентів не може перевищувати 30 годин на тиждень. Для старших студентських курсів, фізичне виховання потрібно проводити у формі секційних занять, що не дає змоги відповідним службам й керівництву вищих навчальних закладів зрозуміти механізм його виконання»), бо він суперечить своїм настановам. Більше того, як зазначає Ю.М. Шкретій (2010), наказом № 642 (пп. 1.1 та 1.4) Міністерство порушує власний наказ від 27.11.2008 р. № 1078 «Про затвердження заходів, спрямованих на

реформування системи фізичного виховання учнів та студентської молоді у навчальних закладах України» (план заходів пп. 1, 2, 3, 5, 17) і спільне рішення колегії МОН, МОЗ, Мінсім'ї, молоді та спорту від 11 листопада 2008 р. № 13/1-2/10/11/1 «Про реформування системи фізичного виховання учнів та студентської молоді у навчальних закладах України» [340].

Майже після 25 років незалежності країни фізичне виховання, як навчальна дисципліна у ЗВО перейшла в перелік необов'язкових та другорядних. До прикладу, МОН України видало рекомендації і роз'яснення щодо втілення у життя наказу Міністерства освіти і науки України від 26 січня 2015 року № 47 «Про особливості формування навчальних планів у 2015/2016 навчальному році» [160, 161]. У цих роз'ясненнях та рекомендаціях зазначено, що заняття у спортивних секціях можуть бути організовані як факультативи (а саме по бажанню студентів; до підсумкової кредитної кількості ЄКТС та до планів на навчання не додаються, форми контролю за підсумком не мають). Завдяки цьому, вищі навчальні заходи (ВНЗ) України в навчальних планах скоротили навантаження (години) на фізичне виховання, а в деяких ВНЗ дисципліна навчання перейшла на курс за бажанням студентів або її взагалі не викладають. Приймаючи рішення, яке фактично скасовує обов'язкове фізичне виховання у ВНЗ України, неможливо не враховувати реалії сьогодення. А саме головне це ситуація на Сході країни, стан здоров'я української молоді і рівень їхньої підготовленості. За останні роки різко скоротилася чисельність репродуктивного населення України, зросла захворюваність, велика кількість дітей, учнів та студентів мають різні вади за станом здоров'я та незадовільну фізичну підготовленість, а більша частина дорослого населення – низький або нижчий за середній рівні фізичного здоров'я [231]. Проявом здорового глузду стала поява звернення до МОН України від 25.09.2015 р. № 1/9–454 «Щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах» [160]. Це звернення стало можливим дякуючи міжвідомчій групі, створеній із представників ЗВО, громадських організацій та спортивної спільноти, яким не байдужа доля

навчальної дисципліни «Фізичне виховання» у ЗВО. Лист представляє собою рекомендації до виконання керівниками ЗВО. МОН України, в свою чергу, робить зміни у Типовій формі контракту з керівником державного ЗВО, де передбачає персональну відповідальність за забезпечення, оновлення та розвиток фізичного виховання студентів, до того ж підготовку і висвітлення щорічного звіту з стану фізичного виховання та спорту в закладі вищої освіти. Втім, як констатують Т.Ю. Круцевич., Н.Є. Пангелова (2016). «... сам факт існування цього документу та його зміст для значної кількості фахівців галузі залишається невідомим» [149, с. 112]. У Додатку до листа Міністерства освіти і науки України від 25.09.2015 №1/9-454 були сформовані рекомендації щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах, де запропоновані такі базові моделі або різні форми їх поєднання:

- 1) *секційна* (створення широкої мережі як спеціалізованих спортивних, так і загальнооздоровчих секцій, гуртків, клубів, які працюють за фіксованим розкладом у вільний від основних навчальних занять час);
- 2) *професійно орієнтована* (розроблення низки комплексних програм з фізичного виховання, які прямо орієнтовані на особливості майбутньої професії (вчитель, лікар, офісний працівник, програміст тощо). Альтернативними варіантами відвідування таких програм можуть бути суто спортивні секції, військово-прикладні секції (з орієнтуванням як юнаків, так і дівчат на досягнення вимог до вступу на програми військової підготовки), військово-медична підготовка з елементами загальнофізичної підготовки);
- 3) *традиційна* (збереження фізичного виховання в якості обов'язкової дисципліни з нарахуванням на неї кредитів, виставленням заліків та включенням до розкладу занять з наданням студентам можливості як відвідувати заняття з групою, так і займатись індивідуально в спортивних секціях та оздоровчих групах, клубах, програмах тощо на їх вибір);
- 4) *індивідуальна* (закріплення за кожним студентом працівника кафедри фізичного виховання чи іншого спеціалізованого підрозділу, який виконує роль тьютера з питань оздоровлення чи фізичного розвитку, рекомендує

певні види фізичної активності (як організовані, так і самостійні), розробляє індивідуальну програму фізичного розвитку, у т.ч. спортивні та оздоровчі секції, гуртки, клуби, лекторії зі збереження здоров'я, планування сім'ї тощо(2-3 рази на рік))[160].

О.В. Попрошаєв, В.Р. Мунтян, М.В. Островський (2015), зауважують, що у перехідний період реформування національної системи освіти в загальноєвропейську необхідно зберегти науково-методичну базу та науково-кадровий потенціал кафедр фізичного виховання [231]. Згідно з нормами відповідного Закону України від 17.11.2009 р. № 1724-VI «Про фізичну культуру і спорт» (ст. 26), *фізична культура є обов'язковою навчальною дисципліною у навчальних закладах, а їх керівники зобов'язані забезпечувати створення сприятливих умов для належної рухової активності студентів. На сучасному етапі найбільш прийнятною моделлю розвитку системи освіти щодо організації фізичного виховання у ЗВО є єднання секційних та традиційних форм. Проведення секційних занять повинно враховуватися в основних видах навчальної роботи та обліковуватися відповідно до норм навчальної роботи викладача кафедри фізичного виховання* [183, 233, 234].

С.М. Клімакова (2011) встановила, що у значної частини студентів наявне негативне або байдуже ставлення до організації занять, змісту занять та розподілу навчального матеріалу на заняттях з фізичного виховання, а також більша кількість студентів (60% – I курс і 58,2% – IV курс) визначилась в тому, що їм подобається можливість займатися фізичним вихованням в секціях. Найбільш популярними видами спорту, на думку студентів I і IV курсів виявилися: спортивні ігри, музично-ритмічне виховання, плавання, легка атлетика, гімнастика. Студентами також були зроблені цікаві пропозиції, які, в основному, стосуються організації занять. Таким чином, фізичне виховання у педагогічних ВНЗ як навчальна дисципліна вимагає нових підходів до організації занять, відбору змісту, форм і методів навчання, врахування особистості фізичної культури кожного студента [123].

Ж.О. Цимбалюк зі співавторами (2012) сутність педагогічного процесу оптимізації фізичної підготовки студентів ЗВО вбачають: у зміні самої організації навчання за рахунок введення технологізації в цей процес; у більш точному визначенні конкретних цілей в умовах реалізації практичної мети навчання; у здійсненні особистісно-діяльнісного підходу. Критеріями оптимізації у процесі фізичної підготовки студентів можуть бути: ефективність і якість рішення освітньо-виховних задач з урахуванням професійної спрямованості спеціальної фізичної підготовки; доступності витрати зусиль студентів та викладачів на шляху до досягнення намічених результатів за відведений час [330].

Для забезпечення виховання високого рівня фізичної підготовленості студентів, деякі вчені сфери «фізична культура і спорт» рекомендують переорієнтовувати заняття з фізичного виховання за звичайною методикою (коли відбувається поступове проходженням навчальних розділів) у бік спортивного спрямування. Вчені експериментально доводять ефективність єдиноборств (у тому числі народних) [152, 354] та різних видів спорту в розвитку [65], підвищенні [331], корекції, вдосконаленні [35] фізичних якостей. Зокрема, Д.І. Цись (2013) встановлено, що заняття з фізичного виховання зі спортивною спрямованістю «Волейбол» забезпечує вищі значення в загальній фізичній підготовленості студентів, особливо в силових показниках [331].

Фізична підготовка у фізичному вихованні студентів є важливою складовою цього навчально-виховного процесу, адже результати досліджень переконливо свідчать про наявність зв'язків фізичної підготовленості студентської молоді із рівнем їх фізичного здоров'я [8, 27, 145, 212, 277].

1.5. Стан фізичної підготовленості курсантів військових навчальних закладів

Сьогодні, як ніколи, постало питання удосконалення системи військово-фізкультурної освіти. Проблема виникла у зв'язку з недалекоглядним баченням керівників системи фізичної підготовки ЗСУ. Упродовж двох десятиліть під впливом трансформування ЗСУ в цілому питання військово-фізкультурної освіти відходило на другорядний план і йому не приділяли достатньо уваги. ЗСУ на початку свого розвитку прийняли за основу радянську модель військово-фізкультурної освіти, яка передбачала підготовку спеціалістів у цій сфері тільки для військових частин (полк, дивізія, вид збройних сил), а для військових підрозділів (взводу, роти, батальйону) підготовки фахівців не здійснювали. Військово-фізкультурне навчання в цих підрозділах упроваджували сержанти командири взводів, рот, які отримували практичні та теоретико-методичні основи фізичної підготовки у військових навчальних закладах. Водночас згадана система, як свідчить практика останніх років, працювала ефективно лише в тому разі, коли до регламенту військовослужбовців були введені різні форми фізичної підготовки (ранкова гімнастика, навчальні заняття, спортивно-масова робота, фізичне тренування в процесі навчально-бойової діяльності, тренажі, індивідуальне фізичне тренування) та виділено на названі форми фізичної підготовки 14-16 год. на тиждень (а на сьогодні практично виходить 3-4 год. на тиждень) [168].

Практика сучасної військової справи свідчить, що високий рівень фізичної тренуваності і підготовленості випускників вищих військових навчальних закладів – молодих офіцерів дозволить суттєво підвищити боєготовність збройних сил. У міру прискорення темпів технічного переозброєння, збройні сили все гостріше потребують професіоналів, здатних оволодіти складною військовою технікою в стислі терміни і ефективно застосовувати її у бойовій обстановці. У зв'язку з цим

підвищується роль фізичної підготовки, яка покликана забезпечити фізичну готовність майбутніх офіцерів до професійної діяльності [169].

До того ж, у світі вимоги до рівня професійної підготовки військових, зокрема в плані фізичного розвитку й підготовленості лише зростають [315, 365, 366, 367]. «Інструкція з фізичної підготовки Армії США» є основним документом з організації перевірки рівня фізичної підготовленості військовослужбовців цієї країни. Кожен військовослужбовець, незалежно від військового звання та посади, проходить перевірку рівня фізичної підготовленості кожні 6 місяців. У разі хвороби військовослужбовця він (вона) має право на складання іспиту після одужання [203].

У сучасних умовах служба у збройних силах та інших військових формуваннях України пов'язана з великими фізичними та психоемоційними навантаженнями. Відповідно, особливої уваги потребує належна організація фізичної підготовки майбутніх фахівців, пошук сучасних ефективних шляхів та засобів організації навчального процесу у навчальних закладах з метою формування готовності майбутніх офіцерів до фізичного самовдосконалення [102].

Контрольні перевірки у підрозділах ЗСУ показують відповідність фізичної підготовки особового складу збройних сил висунутим вимогам, але низький стан здоров'я призовників ускладнює цей процес. У 2000 р. кількість юнаків, звільнених від призову в армію у зв'язку з психічними розладами, склала 130 тис. осіб, що на 7 тис. більше, ніж у 1999 р., і на 40 тис. більше, ніж у 1998 р. За обмеженості призовного ресурсу, тільки в 2000 р. від служби в збройних силах через наркоманію звільнено 17,7 тис. осіб (у 1996 р. – 5,5 тис. осіб). Діючі навчальні програми для вищих військово-навчальних закладів недостатньо враховують змінний характер військово-професійної діяльності та її специфіку, залежно від військової спеціальності. Актуальними залишаються суперечності між недостатнім рівнем фізичної готовності абітурієнтів і особистісної мотивації до занять фізичною підготовкою та високим рівнем вимог до якості військово-професійної

підготовки майбутніх офіцерів [98]. Результати експерименту, який був проведений О.О. Старчук (2011), показали, що 40,7% курсантів першого курсу володіють недостатнім та критичним рівнями фізичної готовності до професійної діяльності» [290].

О.М. Ольховий, В.І. Климович, С.В. Романчук (2016) констатують факт, що складні умови перспективної професійної діяльності вимагають наявності у майбутніх офіцерів відмінного здоров'я, витривалості, сили, спритності, швидкості реакції, досконалої координації рухів, витримки, самоволодання та інших важливих психофізіологічних якостей, що розвиваються у процесі занять з ФП [190].

Дослідження динаміки рівня розвитку фізичних якостей у ВНЗ показали, що існуюча система фізичної підготовки недостатньо ефективно формує фізичну підготовленість курсантів – майбутніх офіцерів. Показники розвитку основних фізичних якостей у курсантів у процесі навчання змінюються з однаковою тенденцією – прогресуюче підвищення показників на 1–4-му курсах ($P < 0,05$) і певне їх зниження на 5-му курсі ($P > 0,05$). Однією з причин даної проблеми є відсутність мотивації у курсантів 5-го курсу, оскільки система оцінювання передбачає однакові нормативи для курсантів 4-го та 5-го курсів. Перейшовши на 5-й курс навчання, курсанти не продовжують вдосконалювати свої фізичні якості, а тільки їх підтримують, що призводить до зниження рівня фізичної підготовленості [169, 171].

В. Афонін, Л. Кізло та ін. (2009) встановили, що фізичний розвиток курсантів покращується з часом перебування у військовому інституті, але функціональна підготовленість їх організму знаходиться на низькому рівні [16].

На сьогодні на теренах нашої держави збільшилася кількість (з одного до двадцяти двох) загальноосвітніх навчальних закладів нового типу – ліцеїв із посиленою військово-фізичною підготовкою [342]. Досягнення високого рівня фізичного стану виступає одним із головних завдань фізичного

виховання юнаків 15-17 років, які навчаються в ліцях із посиленою військово-фізичною підготовкою [316].

Фізичне виховання – важлива частина підготовки юнаків до виконання почесного обов'язку кожного громадянина – служби в Збройних силах України. Воно є також особливим елементом навчання майбутніх воїнів – захисників нашої Вітчизни [247]. Фізичне виховання у військових ліцях має за мету збереження і зміцнення здоров'я, розвиток основних та професійно-орієнтованих фізичних якостей, рухових здібностей, підвищення фізичної підготовки ліцеїстів для найкращого оволодіння ними військової професії та підготовки до служби у лавах Збройних сил України. Юнаки мають набути фізичної загартованості, необхідної для оволодіння зброєю та бойовою технікою і перенесення фізичних навантажень, нервово-психологічних напружень, несприятливих чинників бойової діяльності. Загальні завдання фізичного виховання в ліцях із посиленою військово-фізичною підготовкою:

- 1) розвиток і вдосконалення фізичних якостей;
- 2) зміцнення здоров'я, загартування організму й підвищення його стійкості до впливу несприятливих чинників бойової діяльності, удосконалення особистої фізичної підготовленості, набутої на заняттях з фізичної культури;
- 3) оволодіння прийомами рукопашного бою, надання першої медичної допомоги, а також – навичками плавання та подолання різноманітних перешкод;
- 4) виховання в майбутніх воїнів цілеспрямованості, сміливості, рішучості, ініціативи, винахідливості, наполегливості, витривалості, психічної стійкості, впевненості у своїх силах тощо [117].

В основі фізичного виховання тих, хто навчається в ліцях з посиленою військово-фізичною підготовкою, лежить тісний зв'язок між руховою активністю та їхнім фізичним та психічним станом. Складовою фізичного виховання ліцеїстів є професійно-прикладна фізична підготовка. Прикладна фізична підготовка в ліцях з посиленою військово-фізичною підготовкою поряд із вирішенням основних завдань на уроках фізичної культури повинна забезпечувати якісну підготовку ліцеїстів до навчання у вищих навчальних

зкладах, єдиної системи військової освіти, виховання в них волевих і командирських навичок та якостей. Основними завданнями прикладної фізичної підготовки є розвиток та вдосконалення сили, швидкості, витривалості, та спритності; засвоєння навичок пересування пересіченою місцевістю в пішому порядку, подолання перешкод, рукопашного бою, військово-прикладного плавання; поліпшення фізичних показників, збільшення здоров'я та покращення стійкості організму до дії негативних факторів військової служби [119].

Л. Балушка (2014) зауважує, що рівень фізичної підготовленості учнів ліцею з поглибленою військово-фізичною підготовкою повинен відповідати щонайменше двом головним вимогам – Державним нормативним оцінкам фізичної підготовленості цього вікового контингенту молоді та бути максимально наближеним до вимог та заліків ЗСУ [23].

Проведені І. Ільницьким та А. Окопним (2016) дослідження фізичної підготовленості учнів Львівського ліцею з посиленою військово-фізичною підготовкою імені Героїв Крут показали, що найбільший відсоток юнаків здали державні тести на 3 бали. Таким чином, рівень фізичної підготовленості оцінюється як середній. Для поліпшення рівня фізичної підготовленості ліцеїстів рекомендується звернути увагу на розвиток усіх фізичних якостей і більше уваги приділити самостійній роботі з фізичної культури [116].

А.І. Босенко та С.В. Судець (2017) дослідили рівень фізичної підготовленості допризовної молоді – юнаків 16-17 років (серед яких учні загальноосвітніх закладів і ліцеїсти військових ліцеїв) за даними тестування по програмі військово-спортивного багатоборства «Семиборство». Випробування проходили у декілька етапів у змагальних умовах, в яких приймали участь збірні команди від 15 до 20 регіонів України і було встановлено: фізична підготовленість юнаків-школярів 16-17 років характеризується надзвичайно критичним станом. З тестовими завданнями не справляються від 30% до 78% відсотків обстежених. Велику складність для

учнів допризовного віку мають вправи на силу (підтягування) та на витривалість (майже 80% осіб оцінюються незадовільно). Легшою для учнів, але за результатами далекими від необхідного рівня, є вправа на швидкість. Ліцеїсти показали значно вищі результати у порівнянні зі школярами, що логічно витікає з їх спортивної підготовки і кваліфікації. Неоднорідність складу, як внутрішньокорпоративного так між і командами за рівнем підготовки обумовила велику розбіжність результатів. Показані абсолютні і якісні (у балах) командні досягнення вказують на вкрай негативний стан фізичного виховання у військових ліцеях окремих регіонів України [44].

А.І. Яворський (2016) тестуванням фізичної підготовленості студентів, які навчаються на кафедрі підготовки офіцерів запасу, виявив достовірний рівень невідповідності вимогам Настанови з фізичної підготовки для випускників вищих військових навчальних закладів ($p > 0,05 - 0,001$). Порівняння рівня загальної фізичної підготовленості студентів, які закінчили кафедру підготовки офіцерів запасу, з результатами їх вступних тестів на військову кафедру виявило, що найбільші негативні зміни відбулись у вправі на витривалість – біг на 3 км (результат знизився з 13 хв. 04 с до 13 хв. 40 с, що на 30 с гірше, ніж показник на позитивну оцінку ($t = 6,73$; $p < 0,001$)). Також достовірно знизилися показники студентів з бігу на 100 м з 14,12 с до 14,77 с ($t = 2,20$; $p < 0,05$) та підтягування на перекладині на 1,82 р. ($t = 2,23$; $p < 0,05$). Аналіз рівня прикладної фізичної підготовленості засвідчив, що 65,6% студентів не можуть виконати вправи згідно з вимогами Настанови з фізичної підготовки у Збройних силах України (2009), а саме: метання гранати на точність і дальність, загальну контрольну вправу на смузі перешкод, прийоми рукопашного бою та марш-кидок на 5 км [353]. Крім того, офіцери запасу виявилися не здатними організувати та проводити фізичну підготовку з підлеглим особовим складом. Під час навчальних зборів військові фахівці пов'язували ці недоліки з невирішеними раніше проблемами системи військової освіти, а проблемні питання низького рівня загальновійськової підготовки офіцерів запасу командири та начальники

різних рівнів намагалися розв'язати за рахунок підвищення якості та обсягу професійної підготовки [346, 347]. Про невідповідність системи фізичного виховання в цивільних ЗВО вимогам, що висуває до фізичної підготовки офіцера військова служба встановили також О.І. Попович (2010) та В. Чобаненко (2011) зі співавторами порівняльного аналізу фізичної підготовленості курсантів ВВНЗ і студентів, які навчаються за програмою офіцерів запасу [231, 333].

Серед причин недостатнього рівня фізичної підготовленості молодих офіцерів вчені, в першу чергу, називають відсутність необхідного контролю з боку командирів до питань фізичної підготовки молодих офіцерів; далі – зниження нормативних вимог до них, порівняно з вимогами до рівня фізичної підготовленості випускників ВВНЗ; відсутність стимулюючих чинників та мотивації до самостійних занять ще під час навчання у ВВНЗ [43, 61, 172, 193]

О.М. Ольховий (2013) встановив, що чинна система організації фізичної підготовки є недостатньо ефективною та не дозволяє повноцінно вирішувати вимоги освітньо-кваліфікаційних характеристик щодо готовності майбутніх офіцерів до виконання службових обов'язків з управління фізичною підготовкою у підпорядкованих підрозділах, що є вагомою складовою офіцерської служби. Вчений наголошує на нагальній необхідності створення професійно спрямованої системи фізичної підготовки курсантів ВВНЗ з урахуванням специфіки військово-професійної діяльності з обов'язковим подоланням ряду протиріч, що стосуються: 1) невідповідності наявного рівня практичної готовності випускника до виконання завдань за професійним призначенням з керівництва й організації фізичної підготовки в підпорядкованому підрозділі з вимогами освітньо-кваліфікаційних характеристик; 2) невідповідності наявних методик набуття курсантами методичних навичок практичного рівня готовності майбутніх офіцерів до здійснення управління фізичною підготовкою в подальшій військовій службі; 3) відносній самостійності навчально-виховного процесу з фізичної

підготовки стосовно інших складових професійної підготовки курсантів вищої військової школи [191, 194].

У научному колі продовжується пошук нових, продуктивних форм організації навчального процесу з фізичного виховання у ЗВО, це сприятиме нормуванню рухової активності, укріпленню і збереженню здоров'я молоді [328]. Основними завданнями прикладної фізичної підготовки в ліцях з підвищеною військово-спортивною підготовкою є розвиток і постійне вдосконалення витривалості, сили, швидкості та спритності. Освоєння навичок в пересуванні по пересіченій місцевості в пішому порядку, рукопашному бою, подоланні перешкод, військово-прикладному плаванні. Збільшення фізичного розвитку, зміцнення здоров'я і підвищення стійкості організму до дії негативних факторів військово-професійної діяльності [124]. Удосконалення системи спеціальної фізичної підготовки можливо через реорганізацію освітнього процесу у ВВНЗ, якій передбачає, зокрема: оновлення навчальних та робочих програм з навчальної дисципліни; впровадження концепції студентоцентрованого навчання, в основу якого покладені процеси стандартизації результатів навчання; інтеграція елементів бойової підготовки в єдину комплексну систему навчання на базі спеціальної фізичної підготовки [297].

Концептуальною метою професійно спрямованої системи фізичної підготовки ВВНЗ є забезпечення готовності курсантів до управління фізичною підготовкою в підрозділах військової частини, що сприятиме удосконаленню якості функціонування як усієї системи фізичної підготовки Збройних сил України, так і фахового рівня організаційно-управлінських умінь майбутніх офіцерів [195].

Низький рівень фізичної підготовленості та здоров'я особового складу в ЗСУ, офіцерів-випускників ВВНЗ інформує про те, що система організації фізичної підготовки військовослужбовців недостатньо ефективна і це породжує проблеми з готовністю майбутніх офіцерів до професійної діяльності [93, 142, 147, 150, 337]. Тому, фізична підготовка курсантів

військових навчальних закладів тривалий час цікавить вітчизняних вчених, які розробляють і оптимізують різні теоретико-методологічні підходи розвитку фізичних можливостей в процесі фізичного виховання, як для учнів військових ліцеїв [97, 117, 286], так і курсантів вищих військових навчальних закладів [41, 43, 192, 213, 276].

У дисертаційних дослідженнях вчені представляють експериментальні підходи до управління фізичною підготовкою майбутніх військовослужбовців в умовах реформування Служби безпеки України [127], ліквідаторів наслідків надзвичайних ситуацій [118], працівників пожежно-рятувальної служби [9, 118], правоохоронців [18, 55, 101, 102, 186], що дозволило підвищити загальний та спеціальний рівень фізичної підготовленості курсантів, вплинути на формування мотивації до фізичної підготовки.

Різні експериментальні варіанти оптимізації навчального процесу фізичної підготовки курсантів і курсанток вищих військових навчальних закладів пропонують вітчизняні вчені, переважно в дисертаційних дослідженнях. Найбільш популярними є навчальні програми [199, 258, 309], системні моделі [127, 173, 271], технології [63, 147, 220], а також авторські концепції [191, 274] спеціальної фізичної підготовки курсантів, коли зміст навчального матеріалу відповідає особливостям майбутньої професійної діяльності.

Вченими також фіксуються проблеми із рівнем фізичної підготовленості курсанток. Проведені О.О. Ярмощук [350] дослідження щодо рівня фізичної підготовленості курсанток показали, що існуюча програма з фізичної підготовки не достатньо ефективна. Недостатньо розвинутими виявилися такі фізичні якості курсанток: витривалість, гнучкість, динамічна сила (стрибок вгору, стрибок в довжину з місця). У більшості курсанток спостерігається низький і нижче середнього рівні прояву вибухової сили м'язів ніг: результат стрибку у довжину з місця виявився менше 170 см. Лише 12% обстежених курсанток показали високі результати розвитку

гнучкості, 22% - середні, низькі оцінки отримало 66% курсанток. Дослідження показало, що недостатньо розвинута витривалість у 45% курсанток: результат тестування з бігу на 1000 м – низький і нижче середнього (час додання дистанції від 4 хв 59 с” до 5 с 20схв і більше); у 48% - середній (час додання дистанції – 4 хв 30 с – 4 хв 05 с) і у 7% добрий (з часом менше 4 хв 05 с) [350]. Також апробовуються різні авторські програми покращення фізичної підготовки жінок-військовослужбовців. Наприклад, О.І.Тьорло (2008) запропонував програму спеціальної фізичної підготовки курсантів-жінок у вищих навчальних закладах системи МВС України на підставі урахування індивідуальних особливостей фізичної та функціональної підготовки та раціонального поєднання загальних і самостійних занять фізичними вправами. Це дозволило досягти позитивних змін показників спеціальної фізичної підготовленості та фізичної працездатності протягом навчального року [305]. О.Г.Шалепа (2002) розробив комп'ютерну програму та створив системну модель поетапної фізичної підготовки курсанток із обґрунтуванням методики урахування фізіологічних та індивідуальних особливостей жіночого організму та довів, що цілеспрямований розвиток фізичних якостей курсанток на етапах навчання з індивідуальним підходом забезпечує підвищення рівня фізичного стану, загальної витривалості, покращання успішності навчання, зниження захворюваності та підвищення якості військово-професійної підготовки [336].

Таким чином, не дивлячись на певну теоретичну розробленість питання вдосконалення фізичної підготовленості курсантів військових навчальних закладів, проблема підвищення боєздатності Збройних сил України залишається актуальною, що обумовило напрям дисертаційного дослідження.

Висновки до розділу 1.

Сучасна система фізичного виховання в Україні перебуває у кризовому стані. На різних рівнях функціонування систем фізичного виховання (освітньому, професійному) відбулися зміни, які не сприяють вдосконаленню основної мети – формуванню гармонійно розвиненої здорової особистості. Зокрема не вирішуються завдання фізичної підготовки різних груп населення, розвитку фізичних здібностей, рухових навичок та умінь, що готує молодь до військової служби і сприяють різнобічній професійній підготовці військових фахівців.

Із середини 1990-х років кількість осіб, придатних до військової служби постійно зменшується, і, не в останню чергу це пов'язано з проблемами у фізичній підготовленості молоді.

Як у загальноосвітніх навчальних закладах, так і закладах вищої освіти із середини 2000-х років спостерігаються постійні процеси «реформування» фізичного виховання, результатом чого стало зниження вимог до фізичної підготовленості і зменшення кількості годин на фізичне виховання. У настановах із фізичної підготовки військовослужбовців (починаючи із НФП-97) теж відбувалися корекції нормативів за окремими вправами у бік зниження вимог.

На законодавчому рівні прийняті нормативні документи, які регулюють систему підготовки громадян різних категорій населення до служби у ЗСУ на випадок мобілізації або війни. Але, питання ефективної системи фізичної підготовки цього різноманітного мобілізаційного ресурсу залишається не вирішеним, а чинна система фізичної підготовки продовжує залишатися мало ефективною.

У цьому зв'язку доцільнішим є вивчення історичного досвіду формування фізичної підготовки молоді, визначення позитивних та негативних тенденцій, її трансформації для визначення шляхів оптимізації підготовки молоді для військової служби.

Результати дослідження опубліковані в наступних роботах автора[143, 144, 145, 146].

РОЗДІЛ 2 МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1 Методи дослідження

Відповідно з метою і розв'язуваними задачами дослідження нами використано комплекс наступних методів [136, 140, 285, 295]:

- теоретичний аналіз, порівняння, систематизація й узагальнення матеріалів наукової, історичної, методичної літератури та керівних документів;
- експертне опитування, експертна оцінка;
- методи математичної обробки отриманих результатів.

2.1.1 Теоретичний аналіз, порівняння, систематизація та узагальнення матеріалів наукової, історичної, методичної літератури та керівних документів. Теоретичний аналіз, порівняння, систематизація та узагальнення матеріалів наукової, історичної, методичної літератури та керівних документів з питань військово-професійної освіти й фізичної підготовки вітчизняних і закордонних системах було проведено для визначення стану досліджуваного питання та формулювання задач дослідження. [136, 156, 285]

2.1.2 Експертне опитування, експертна оцінка. Для з'ясування думки фахівців фізичного виховання та спорту щодо складових моделі фізичної готовності призовного контингенту українців до служби в Збройних силах України проведено експертне опитування й використано метод експертних оцінок (згідно з анкетами-опитувальниками – дод. А,Б) [279, 280].

До складу експертної групи ввійшли 21 фахівець, які за родом своєї попередньої та теперішньої діяльності мають значний досвід роботи у даній

галузі (фізична підготовка в Збройних силах України) на посадах начальників фізичної підготовки та спорту від військової частини до виду й управління в Збройних силах України, від викладача до начальника кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки та спорту вищих військових навчальних закладів України.

Серед експертів – вчені, заслужені працівники фізичної культури, заслужені тренери України, тобто люди, які володіють глибокими знаннями відносно об'єкта та предмета дослідження. Середній вік експертів складає – 44,3 років, вікові межі від 1959 до 1984 років народження. Стаж служби та роботи на зазначених посадах експертів дорівнює в середньому 24,5 років. Всього було опитано 21 особа.

Опитування проводилося також і у вигляді дискусійних бесід. Це дозволило поглибити розуміння проблеми підготовки молоді до служби в Збройних силах України, а також конкретизувати робочу версію, уточнити задачі дослідження і визначити положення, що виносяться на захист.

Для визначення вагових коефіцієнтів складових інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України, завдяки поєднанню елементів експертного опитування за методом Дельфі та методу сучасної теорії ієрархічних систем Т. Сааті [279, 280], використано запропоновану дослідником О. Ольховим [194], автоматизовану інформаційну систему АІС «Сааті». Ця система призначена для збору, збереження, кількісного порівняння та обробки результатів, отриманих за допомогою експертної оцінки, в основу якої покладено принцип парних порівнянь міри переваги однієї складової над іншою. Програму використано за допомогою пакета програм Delphi 5.0 під керуванням операційної системи Windows.

Основою експертного опитування з наступною оцінкою і вибором кращого варіанта була об'єктивність експертних оцінок, що базувалась на тому, що характеристика досліджуваного явища трактується як випадкова величина, відображенням закону розподілу якої є індивідуальна оцінка експерта про вірогідність і значущість того чи іншого питання (дод. Б).

Справжнє значення досліджуваної характеристики фактично було латентним, та знаходилось усередині діапазону оцінок, отриманих від експертів.

Відповідно до процедури експертного опитування за методом Дельфі, основу якого становлять практичні питання складових інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України, експертам надавались основні питання безпосередньо в момент анкетування, не дозволялось обмінюватися думками з приводу розв'язуваної проблеми, чим забезпечувалась незалежність думок.

Процедура опитування проходила поетапно:

експертам пропонувалось відповісти на перелік питань, детально сформульованих з досліджуваної проблеми;

кожний учасник відповідав на питання анонімно;

результати експертного опитування заносились до бази даних автоматизованої інформаційної системи, в якій за допомогою «Матриці парних порівнянь», наведеної далі (2.6), обчислювались вагові коефіцієнти показників інтегральної оцінки готовності та складався загальний документ; кожний експерт отримував копію загального документа, після чого проводилось дискусійне обговорення розв'язуваної проблеми для коригування складових структурної моделі професійно спрямованої системи фізичної підготовки молоді до служби в збройних силах.

Експертам запропоновано систему визначення вагомості складових інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України за дев'ятибальною шкалою(табл. 2.1).

Таблиця 2.1

Порядок визначення вагомості складових інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України

Ступінь важливості	Визначення	Пояснення
1	Однакова значущість	Дві дії вносять однакові досягнення
3	Деяка перевага значущості однієї дії над іншими (слабка значущість)	Існують міркування на користь переваги однієї із дій, але ці міркування недостатньо переконливі
5	Суттєва або сильна значущість	Є надійні дані і логічні міркування для того, щоб показати перевагу однієї з дій
7	Очевидна значущість	Переконливе свідчення на користь переваги однієї дії над іншою
9	Абсолютна значущість	Свідчення на користь переваги однієї дії над іншою у вищій мірі переконливі
2,4,6,8	Проміжні значення між двома сусідніми судженнями	Ситуації, при яких необхідне компромісне рішення
Обернені величини наведених вище чисел	Якщо дії i при порівнянні з дією j приписується одне з визначених вище ненульових чисел, тоді дії i при порівнянні з дією j приписується обернене значення	Якщо узгодженість була постульована при одержанні N числових значень для створення матриці
Раціональні значення	Відношення, що виникають для заданої шкали	Те ж саме

За застосованим нами алгоритмом О. Ольхового у застосуванні до задачі експертного вагового визначення складових інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України, позначена певна група складових (R) інтегральної оцінки фізичної готовності призовного контингенту українців до служби в Збройних силах України як

$$r_1, r_2, r_3, r_4, \dots, r_N, \quad (2.1)$$

де N – кількість складових змістовного наповнення структурної моделі професійно спрямованої системи фізичної підготовки молоді до служби в Збройних силах України. Наприклад, це можуть бути такі складові (порядок визначення складових наведено у четвертому розділі дисертації), як

$$r_1 = \{ \text{загальна фізична підготовленість} \}; \quad (2.2)$$

$$r_2 = \{ \text{спортивно-спрямована фізична підготовленість} \};$$

$$r_3 = \{ \text{військово-прикладна фізична підготовленість} \};$$

$$r_4 = \{ \text{функціональна готовність} \}$$

тощо [201].

На підставі наявних складових інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України може бути подана у вигляді

$$R = \sum_{i=1}^N \gamma_i r_i,$$

$$(2.3)$$

де γ_i – ваговий коефіцієнт складової, що характеризує пріоритетність відповідної складової інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України. Величина γ_i , $i = \overline{1, N}$ визначається за допомогою експертної оцінки.

Для вирішення задачі впорядкування групи складових інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в збройних силах (2.2) за пріоритетністю до опитування залучено експертів, які сформуливали експертну матрицю пріоритетності (квадратну матрицю) парних порівнянь A [200, 201] кількісної міри ступеня важливості й пріоритетності складових інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в збройних силах (2.2).

Дана матриця є квадратною з розміром $N \times N$ з позитивними елементами та з оберненою симетрією:

$$A = \{ a_{ij} \}, \quad i, j = \overline{1, N}, \quad (2.4)$$

$$a_{ij} = \begin{cases} p_{ij}, & \text{якщо } p_{ij} \geq 1 \\ \frac{1}{p_{ji}}, & \text{якщо } p_{ji} \geq 1 \end{cases} \quad (2.5)$$

де: $p_{ij} = 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9$;

N – число складових інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України;

p_{ij} – пріоритет складової інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України r_i над r_j за дев'ятибальною шкалою (a_{ij} показує, наскільки показник інтегральної оцінки r_i є більш пріоритетним (вагомим), ніж показник r_j).

Визначення експертами вагомості (пріоритету) складових інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України проводилось за дев'ятибальною шкалою оцінювання (табл.1). Фізичний сенс цілих бальних значень p від 1 до 9 використано з робіт Т.Сааті, [279, 280] О. Ольхового [194]. Так, для визначення складових О. Ольхового молоді до служби в Збройних силах України (2.2), використовуючи таблицю 1, сформувано таку експертну матрицю пріоритетності:

$$A = \begin{pmatrix} 1 & 2 & 1/3 & 1/7 \\ 1/2 & 1 & 1/2 & 1/3 \\ 3 & 2 & 1 & 1/2 \\ 7 & 3 & 2 & 1 \end{pmatrix} \quad (2.6)$$

Якщо матриця попарних порівнянь сформована $A = \{a_{ij}\}$, задача визначення ваги або кількісної міри ступеня важливості і пріоритетності кожного з N складових змістовного наповнення О. Ольхового молоді до служби в Збройних силах України R , згідно з теорією ієрархічних систем Т.Л. Сааті [279, 280] зводиться до задачі розкладення матриці A на власні значення і власні вектори:

$$AN = \lambda N \quad (2.7)$$

$$\det(A - \lambda I) = 0 \quad (2.8)$$

$$I = (I_{ij}), \quad I_{ij} = \begin{cases} 1, & i = j \\ 0, & i \neq j \end{cases}$$

де: λ – власне значення матриці A , що є рішенням характеристичного алгоритмічного рівняння (2.8); I – одинична матриця; N – власний вектор, відповідний власному значенню λ , або нормований вектор пріоритетів (вагомості) складових змістовного наповнення структурної моделі професійно спрямованої системи фізичної підготовки молоді до служби в Збройних силах України.

Для розрахунку вектора пріоритетів використано прийом, що забезпечив високу точність (не гірше 5 %):

1. Перемножуються елементи в кожному рядку матриці парних порівнянь:

$$W_i = \prod_{j=1}^N a_{ij}, \quad (2.9)$$

де N – порядок матриці.

2. Обчислюється корінь N -го ступеня з кожного W_i . Вектор $V = \{V_i\}$ є ненормованим вектором пріоритетності:

$$V_i = \sqrt[N]{W_i} \quad i=1, \dots, N. \quad (2.10)$$

3. Отримується нормований вектор пріоритетності N шляхом нормування елементів вектора v :

$$H_i = \frac{V_i}{\sum_{i=1}^N V_i}; \quad i=1, \dots, N. \quad (2.11)$$

Отриманий вектор $H = \{H_i\}$ є нормованим вектором пріоритетів, або власним вектором матриці судження.

Характеристичне алгоритмічне рівняння (2.8) має N коренів, які упорядкуємо у порядку зменшення (сформуємо варіаційний ряд):

$$\lambda_1 > \lambda_2 > \lambda_3 > \lambda_4 > \dots > \lambda_N, \quad (2.12)$$

$$\lambda_1 = \max \lambda_i, \quad i = \overline{1, N} \quad (2.13)$$

Власний вектор матриці (2.6), відповідний максимальному власному числу λ_{\max} позначено як H_{\max} :

$$H_{\max} = \begin{pmatrix} H_1 \\ H_2 \\ H_3 \\ H_4 \\ \cdot \\ H_N \end{pmatrix}. \quad (2.14)$$

Тоді ваговий вектор пріоритетності складових інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України подається у вигляді такого рішення [401, 402]:

$$W = qH, \quad q = \frac{1}{\sum_{i=1}^N H_i}, \quad \sum_{i=1}^N \gamma_i = 1. \quad (2.15)$$

$$\gamma_i \geq 0$$

Як показано у роботі [401] $\lambda_{\max} > N$, при цьому міра ступеня узгодженості та логічності суджень, допущених експериментом (експертних оцінок), оцінюється тут індексом узгодженості (ІУ):

$$IY = \frac{\lambda_{\max} - N}{N - 1} \quad (2.16)$$

Чим менше значення ІУ, тим більша ступінь довіри до рішення (2.15). Числовою мірою ступеня довіри може бути різниця

$$G = 1 - IY = 1 - \frac{\lambda_{\max} - N}{N - 1}. \quad (2.17)$$

Поряд з індексом узгодженості також використовується відношення узгодженості (ВУ):

$$ВУ = \frac{IУ}{M(IУ)}, \quad (2.18)$$

де $M(IУ)$ – середнє значення індексу узгодженості випадковим чином створеної матриці парних порівнянь, що засноване на експериментальних даних (табл. 2.2), отриманих Т.Л. Сааті [279, 280].

Як допустиме використовується значення $ВУ \leq 0,10$. Якщо для матриці парних порівнянь відношення узгодженості $ВУ > 0,10$, то це свідчить про існуюче порушення логічності суджень допущених експериментом, при заповненні матриці. Такі експертні дані не підлягають використанню та повинні бути переглянуті.

Таблиця 2.2

**Середнє значення індексу узгодженості матриці парних порівнянь,
(Ольховий, 2012)**

Розмір матриці N	3	4	5	6	7	8	9	10
Випадкова узгодженість M(IУ)	0,58	0,90	1,12	1,24	1,32	1,41	1,45	1,49

Для визначення максимального власного числа і максимального власного вектора H_{\max} експертної матриці пріоритетності (2.6) існують достатньо швидкі і точні числові ітераційні методи [279, 280]. У нашій роботі використовувався метод простої ітерації.

Зокрема, для експертної матриці пріоритетності (2.6) отримано таке рішення:

$$\lambda_{\max} = 4,239, \quad G = 0,94 \text{ (94,0 \%)}, \quad (2.19)$$

$$\gamma_1 = 0,184; \quad \gamma_2 = 0,113; \quad \gamma_3 = 0,265; \quad \gamma_4 = 0,438.$$

Таким чином, серед складових інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України (2.2), згідно з експертною матрицею пріоритетності (2.6), найбільш пріоритетним є показник r_4 (0,438), менш пріоритетним – r_3 (0,265), ще менш пріоритетним – r_1 (0,184) і найменш пріоритетним – r_2 (0,113). При цьому ступінь довіри до рішення окремого експерта (2.19) складає 94,0 %.

У випадках $N = 2, 3, 4$ можна отримати аналогічне рішення спектральної задачі для експертної матриці пріоритетності, оскільки алгебраїчні рівняння ступеня, не вище п'ятого, вирішуються у квадратурах [194, 279, 280]. У випадках $N > 5$ спектральна задача для експертної матриці пріоритетності вирішується числовими ітераційними методами.

За результатами використаного методу та проведених досліджень ми отримали середні показники вагових коефіцієнтів сценарію загалом за всіма його складовими, що дозволило оперативно відобразити всі результати експертної оцінки щодо коефіцієнтів вагомості складових інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України (підрозділ 4.4).

2.1.3. Визначення стану роботи серцево-судинної системи за індексом Робінсона У нормі для чоловіків і жінок дорівнює 85-94, для хлопчиків і дівчаток 76-85.

Індекс Робінсона визначається за наступною формулою:

$$IP = \frac{ЧСС_{\text{спок, уд}} \cdot \bar{XV}^1 \cdot AT_{\text{сисм. мм рт. ст., ум. од.}}}{100} \quad (2.20)$$

де:

IP – індекс Робінсона;

ЧСС – частота серцевих скорочень (у стані спокою);

AT – артеріальний тиск (систоличний).

Таблиця 2.3

Оцінка стану серцево-судинної системи за індексом Робінсона

Оцінка стану серцево-судинної системи	Індекс Робінсона
1	2
Відмінний Функціональні резерви серцево-судинної системи у відмінній формі	69 і менш
Гарний. Функціональні резерви серцево-судинної системи в нормі	70 — 84
Середній. Можна говорити про недостатність функціональних можливостей серцево-судинної системи.	85 — 94
Поганий. Є ознаки порушення регуляції діяльності серцево-судинної системи.	95 — 110
Дуже поганий. Регуляція діяльності серцево-судинної системи порушена!	111 і більше

2.1.6 Методи математичної обробки отриманих результатів.

Результати педагогічного тестування фізичної підготовленості піддавались загальноприйнятим методам математичної статистики.

Здійснювалися розрахунки середніх арифметичних величин (\bar{x}), середнього квадратичного відхилення (S).

Математично-статистична обробка і аналіз даних тестування здійснювався на персональному комп'ютері з використанням таких програм як MS Excel 2010.

2.2 Організація дослідження

Дослідження проводилось у чотири етапи:

I етап: жовтень 2017р. – травень 2018 р. систематизовано і проаналізовано літературні джерела, документальні матеріали, визначено проблемне поле, написано перший розділ.

II етап: вересень 2018 р. – травень 2019 р. – досліджено еволюцію системи фізичного виховання у стародавній Греції і Римській імперії залежно від військової політики держав, зміст і засоби лицарської підготовки у середні віки.

III етап: вересень 2019 р. – грудень 2019 р. – досліджено формування системи військово-прикладної фізичної підготовки в Європі у 18-19 століттях. Проведено аналіз сучасної системи фізичної підготовки в Європі країн НАТО і в Збройних силах України. Здійснено анкетування експертів.

IV етап: січень 2020 р. – вересень 2020 р. визначено фактори, що впливають на формування систем фізичного виховання в різні історичні періоди, основні принципи фізичної підготовки у збройних силах. Розроблено системні підходи до удосконалення військово-прикладної фізичної підготовки в Збройних силах України. Розроблено технологічну модель і систему інтегрованої оцінки фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України. Оформлено та підготовлено дисертаційну роботу. до офіційного захисту на Вченій раді НУФВСУ.

РОЗДІЛ 3

РЕТРОСПЕКТИВНИЙ АНАЛІЗ ПІДГОТОВКИ МОЛОДІ ДО СЛУЖБИ В АРМІЇ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ РОЗВИТКУ СВІТОВОЇ СПІЛЬНОТИ

3.1 Військово-фізична підготовка у Стародавній Греції

У IV-III тис. до н.е. завдяки новим суспільним відносинам на заміну первісному суспільству йде рабовласницьке суспільство – перша класова суспільно-економічна формація.

Основою виробничих відносин рабовласницького суспільства була власність рабовласника на знаряддя й засоби виробництва, а також на робітника виробництва – раба. Цей принцип виробничих відносин спричинив формування двох основних класів рабовласницького устрою: класу рабовласників (це був панівний клас) і класу рабів. В умовах рабовласницького устрою формування суспільства відбувалося за рахунок експлуатації рабів, які нічого не мали, ні людських прав, ні особистої власності. Хоча рабство це жорстока форма експлуатації, але, в дійсності рабовласницьке суспільство було незрівнянно прогресивнішим за первісне, коли тільки починають складатись початкові культурні цінності, які створює людина [155, 206].

Ці вагомні зміни у конструкті суспільних відносин вплинули на всі сфери матеріальної і духовної культури, зокрема, і на фізичному вихованні, яке у значній мірі було підпорядковано військовій справі.

Особливостями фізичної культури у цей період були [67, 288, 292]:

1. Фізична культура прийняла класовий характер і працювала на інтереси панівного класу (рабовласників). Раби фізичного виховання не отримували.
2. Фізична культура не зберігла безпосередній зв'язок з трудовою діяльністю і зробилась засобом військово-фізичної підготовки рабовласників.

3. Фізична культура виокремилась у самостійну частину культури суспільства і широко застосовувалась у сімейному вихованні, навчальних закладах, культових обрядах, армії, побуті, та інше. За цієї мети в усіх рабовласницьких державах відбулося створення систем фізичного виховання і військово-фізичної підготовки. З'явилися спеціальні заклади, стали складатися емпіричні знання про фізичне виховання.

Найраніше здійснився перехід у класове суспільство на Сході – у країнах, де більшу частину території складала рівнина і долини великих рік. За сприяння природних умов набув прискорення загальний хід розвитку продуктивних сил, що оприділили і соціально-економічні зрушення, та в закінченні рахунка політичні форми, культуру.

Давнім Сходом істориками зазначено сукупність країн, які у давній час розташовувались на сході та південному сході від греко-римського світу: Єгипет, Вавілон, Ассирія, Персія, Індія, Китай [153, 154, 222, 326].

Як за правило, це були могутні держави із суворо централізованою владою царя, фараона, які проводили енергійну захватницьку політику, яка вимагала наявності систем військово-фізичної підготовки рабовласників.

Отже, всі рабовласницькі держави, як Сходу, так і Заходу (античні – Рим, Стародавня Греція) мали дуже практичні системи військово-фізичної підготовки. Не дивлячись на певні відмінності (зміст, організаційні форми, етнічні особливості), спрямованість всіх цих систем була єдиною – підготовка майбутнього воїна - рабовласника до виконання своїх соціальних функцій (участь у війнах, тримання у покорі рабів) [155, 201, 206].

Виникнення та розвиток системи військово-фізичної підготовки рабовласників було окреслено переліком логічних передумов, серед яких були: (рис.3.1) соціальне та економічне розмежування населення; становлення приватної власності; формування привілейованого класу;

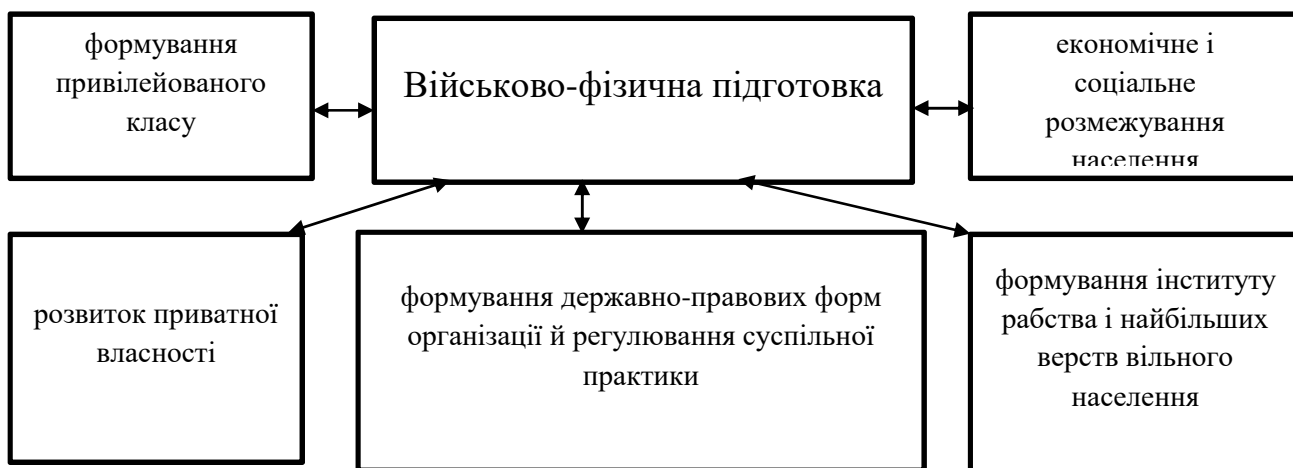


Рис.3.1 Передумови формування систем військово-фізичної підготовки у рабовласницьких державах (IV тис. до н.е. – сер.V ст. н.е.).

формування інституту рабства і майбутнього класу вільного населення; формування державно-правових чинників організації та регулювання суспільної практики [206, 224].

Є нагальним також підкреслити чинники, що допомагали розвитку систем підготовки воїнів у рабовласницькому суспільстві. Ними були: тримати у покорі рабів та напіввільне населення; участь у бойових діях; утримання соціального статусу; участь змаганнях (Давня Греція); зростання в кар'єрному плані (Стародавній Рим)(рис.3.2).

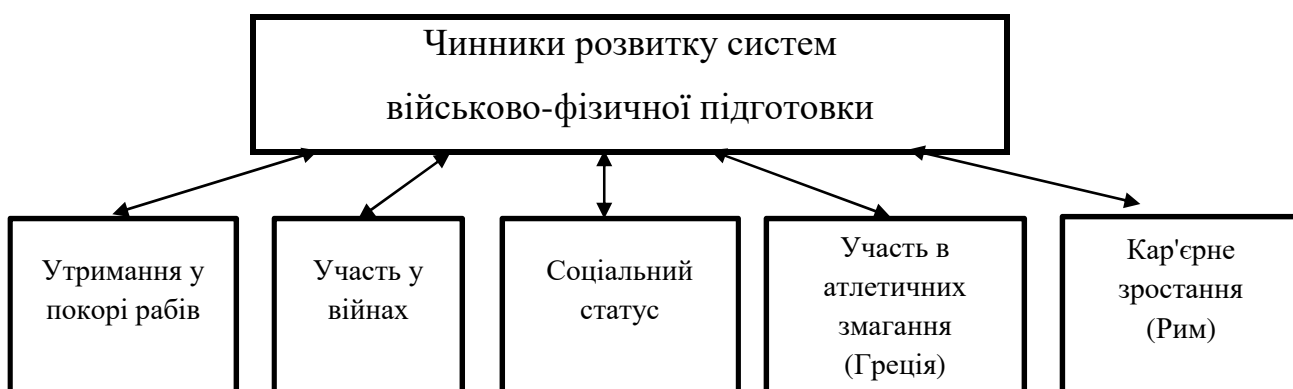


Рис.3.2 Фактори розвитку систем військово-фізичної підготовки у рабовласницькому суспільстві (IV тис. до н.е. – сер. V ст. н.е.)

Найбільшого розвитку фізична культура у рабовласників як суспільства (та її складова, військово-фізична підготовка) досягла у Стародавній Греції, в історичному розвитку якої, виділяли такі періоди:

1. Початковий – обіймає період розділення первісного родового суспільства (до I тис. до н.е.).
2. Еллінський, класичний – період утворення та процвітання вільних міст – держав (полісів) (IX-IV ст. до н.е.).
3. Елліністичний – панування великих самостійних грецьких держав, елліністичних монархій (які з'явились на теренах, що підкорив Олександр Македонський), (III-II ст. до н.е.). [326]

Характерні риси, зміст, спрямованість систем військово-фізичної підготовки стародавніх греків були обумовлені специфікою суспільного життя у певний історичний період.

Системи військово-фізичної підготовки стали складатися в умовах розкладання первісного ладу й утворення класового суспільства у крито-мікенський (III-II тис. до н.е.) і гомерівський (XII-IX ст. до н.е.) періоди [201].

Військова підготовленість визначалась, в основному, рівнем фізичної підготовленості воїна, ступенем володіння зброєю, тому в полісах особливу увагу приділяли саме фізичному вихованню майбутніх рабовласників. Кожен вільний чоловік повинен був нести військову службу. У зв'язку з цим, питання військової-фізичної підготовки рабовласників стояли у центрі уваги міст – держав [224].

Складові системи військово-фізичної підготовки у Стародавній Греції представлена у таблиці 3.1

Таблиця 3.1.

Система військово-фізичної підготовки у Стародавній Греції

1	2
Мета	Забезпечити військово-фізичну підготовку та ідеологічне виховання рабовласників, досягти найбільш високої боєздатності

Продовження табл. 3.1.

1	2
Завдання	<ul style="list-style-type: none"> • Розвивати фізичні якості (силу, витривалість, спритність, швидкість) • Виховувати здатність переносити труднощі, негаразди та ін. в умовах війни • Розвивати морально-вольові якості: сміливість, рішучість, незворушність, витримку та ін. • Сприяти зміцненню здоров'я • Формувати гармонійну тілобудову та естетику рухів
Засоби	<ul style="list-style-type: none"> • Фізичні вправи • Військові дії в умовах похідно-бойової діяльності • Гігієнічні фактори • Оздоровчі сили природи
Зміст	<p>Гімнастика (палестрика, орхестрика, ігри)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Система фізичних вправ на основі пентатлона (п'ятиборства): біг, стрибки, метання диску, спису (дротика), боротьба • Військові вправи – з пращею, метання довгого спису, стрільба з луку, їзда верхи, на колісницях • Плавання • Вправи з м'ячем (метання та ігри) • Танці (підготовчі, імітаційні, військові)
Форми підготовки та виховання	<ul style="list-style-type: none"> • Спрямоване виховання у сім'ї • Навчально-тренувальні заняття різної спрямованості (дістичні, естетичні, військові, етнічні) • Публічні змагання (агони) – у полісах, всегрецького характеру (Олімпійські, Піфійські, Істмійські, Панафінейські, Немейські ігри та гераклеї) • Походи й військові баталії
Методи виховання	<ul style="list-style-type: none"> • Примушування • Вправляння • Приклад інших (педагога, воїна) • Переконання, самоактуалізація • Заохочення • Змагання у різних видах військової підготовки
Організація	<p>Палестра, гімнасій, ефебія – державні заклади військово-фізичної, розумової, суспільної освіти й виховання під керівництвом спеціально підготовлених людей (гімназіарх, ксистерх, педотриб)</p>

Стародавні греки усвідомлювали силу впливу на організм людини фізичних вправ. Вони розглядали у якості основного засобу фізичної підготовки різноманітні рухові дії. Система фізичних вправ (гімнастика) здійснювала основу вчення про військово-фізичну освіту стародавніх греків.

Широко застосовувалися також різноманітні змагання – агоністика. Вони розглядались як дії, що пов'язані зі з'явленням афективних збуджень, що є подібними бойовим сутичкам. Сутність змагань (агони) полягала у тому, що вони були одночасно і методом і засобом у військово-педагогічній системі греків. Участь в агонах приймали практично всі вільнонародженні греки. Існують відомості про регулярну участь в атлетичних змаганнях видатних філософів, вчених, поетів стародавньої Греції (Піфагор, Софокл, Сократ, Платон, Гіппократ).

Аналіз літературних джерел [155, 174, 201, 207, 224] дозволяє стверджувати, що деякі відмінності у системах фізичної підготовки стародавніх грецьких рабовласницьких держав були обумовлені відмінностями економічних відносин і політичного устрою. Насамперед дуже чітко проглядається ця обумовленість, якщо зрівняти виховання в Афінах і Спарті, які були найбільш значущими полісами у Стародавній Греції. У політиці Спарті і Афін було багато спільного: постійна необхідність забезпечення своєї незалежності, зміцнення влади над слабкішими полісами і власними рабами. Однак на відміну від консервативної землеробської Спарті, Афіни були державою з широко розвинутою торгівлею. Тут бурхливо і своєрідно розвивалася наука і мистецтво, що визначало потребу в освічених людях. Завдяки цьому афінська модель виховання сильно відрізнялася від спартанської. Система поєднувала фізичне виховання, розум, мораль і естетику.

Цільова спрямованість системи виховання у Спарті, на відміну від афінської, була саме у військово-фізичній підготовці, можливості протидіяти будь-яким обмеженням (їжа, сон та ін.), вихованню сили духу. Це було обумовлене консерватизмом державного устрою Спарті, закони і звичаї яких

визначалися положенням Спарті, у сенсі військового табору, окресленого злістю рабів і напіввільного місцевого населення (ілотів).

Однак, системи саме військово-фізичної підготовки різних грецьких держав мали єдину концептуальну основу і були спрямовані на вирішення особливих завдань: формування найважливіших військово-прикладних рухових навичок і вмінь; удосконалення фізичних якостей; морально-вольових рис особистості – рішучості, сміливості, мужності, тощо.

Ці завдання стали можливими завдяки безпосередньої участі воїнів у:

- бойовій діяльності (битви, походи);
- спеціально-тренувальних заняттях;
- публічних змаганнях.

3.2 Військово-фізична підготовка у Римській імперії

В Стародавньому Римі підкреслюють три періоди – царівський період (VIII-VI ст. до н.е.), республіканський період (VI-I ст. до н.е.), імперський період (31 р. до н.е. - 476 р. н. е.) [109, 111].

У *період царів* в умовах військової демократії широкий розвиток отримали багато елементів фізичної культури, зокрема були обійняті військовою справою та своїм корінням, мали традиційні народні ігри й свята розвинутого родового устрою. Одним з звичайних для Стародавнього Риму свят були троянські ігри, як правило містили в собі змагання вершників у лабіринтах. Ці ігри були звичайні для римської родової аристократії (патріціїв), з якої на час війни створювались кінні загони. Розповсюджені були також змагання у перегонах колісниць, багаточисельні військові танці, кулачні бої, вправи у метанні спису, боротьбі та ін. Давні елементи фізичної культури були фундаментом своєрідної системи військово-фізичного виховання у рабовласницькому Римі [148, 153, 154, 201].

У *період республіки* система фізичного виховання у Римі сформувалася у відповідності із завданнями зміцнення могутності

рабовласницької армії. Як зазначає угорський історик фізичної культури Л. Кун (1982), за часів рабовласництва Римська армія була найкращою з точки зору військово-фізичної підготовленості. При військово-політичному устрої, який сформувався в Римі у період (VI-I ст. до н.е.), коли суспільна влада зосередилась у громадян, які були зобов'язані відбувати військову службу, кожний вільний та повноправний римлянин був зобов'язаний готувати себе до солдататської діяльності. З причин та у зв'язку із зростанням кількості рабів і частими війнами система виховання була повністю підпорядкована завданням зміцнення римської армії. Однак, унікальність політичного та економічного розвитку, особливості військової організації Давнього Риму обумовили формування методів і форм фізичного виховання, які суттєво відрізнялися від грецьких (табл. 3.2).

Таблиця 3.2

Порівняльна характеристика систем військово-фізичного виховання Стародавньої Греції та Стародавнього Риму

Стародавня Греція	Стародавній Рим
Соціальна спрямованість – підготовка майбутнього воїна-рабовласника до виконання соціальних функцій (утримання у покорі рабів, участь у війнах)	
Засоби	
<ul style="list-style-type: none"> • Гімнастика (палестрика, орхестрика, ігри) • Гігієнічні фактори • Оздоровчі сили природи 	<ul style="list-style-type: none"> • Ігри • Біг, стрибки, метання, плавання • Військово-прикладні вправи (їзда верхи, фехтування, гімнастичні прилади, стрибки з жердиною та ін.) • Водні процедури (терми)
Форми організації	
<ul style="list-style-type: none"> • Державні школи (гімнастичні школи, гімнасії, палестри) • Приватні школи 	<ul style="list-style-type: none"> • Сімейні школи • Військові табори
Система змагань	
Існувала система обов'язкових	Відсутня система змагань. Проводилися

<p>атлетичних змагань – агоністика. Змагання були різного масштабу і значення:</p> <ul style="list-style-type: none"> • у містах-полісах; • змагання полісів-союзників (Панафінейські, Істмійські ігри); • змагання всегрецького характеру (Немейські, Піфійські, Олімпійські ігри) 	<p>лише епізодичні ігри (Троянські, Римські, Неронеї), найбільш популярними були видовища, розваги (бої гладіаторів, перегони на колісницях та ін.)</p>
--	---

На відміну від Стародавньої Греції, у Римі фізичне виховання зберігало домашній характер. В Греції для вирішення цих завдань передбачалось створення спеціальних закладів виховання (державні і приватні), У римських школах (елементарній, граматичній, та риторській) фізичне виховання не було обов'язковим, як у Греції [66, 75].

У віці 16-17 років юнаки вступали до армії, де протягом багатьох років в похідно-табірних умовах вони проходили суворо організовану, спеціально спрямовану школу військово-фізичної підготовки. Основу римських легіонів створювали піхотинці, щоденно долаючи марші.

При цьому вони переносили на собі зброю, особисті речі, спорядження для табору. Легіонери-вершники проходили особливо підготовку, використовували особливі вправи (на дерев'яному «коні»). Слід зазначити, що римський варіант військово-фізичного виховання був дуже ефективним. Б.Е. Голощапов (2005) зауважує, що про це свідчить назва «військо», яке проходить від слова «вправа», а термін «легіон» від слова «відбирати». Римляни, яким було доручено відбирати воїнів, з великою відповідальністю виконували свої обов'язки. Молоді воїни вранці та після обіду вправлялися у застосуванні всіх видів зброї. Більш дорослі й досвідчені воїни вправлялися один раз на день [66, 67].

Окрім виконання тренувальних вправ (вправи з палицями, зі застосуванням опудал, бій на мечях, стрільба з луку, метання бойових металевих шарів і списів у ціль), воїни також виконували важку фізичну

роботу по забезпеченню побуту у таборі. Військово-фізична підготовка мала виключне значення, навіть трибуни (військовий керівник когорти), центуріони (керівник центурії) досконало володіли військовим мистецтвом, всіма видами зброї [67, 154, 292].

У римській армії основною бойовою одиницею був легіон (приблизно 3000 воїнів). Також легіон улагоджував різноманітні тактичні та бойові завдання. У IV ст. до н. е. розпочинає створюватися структура управління військом (на зразок сучасних штабів) [201, 206].

Під час військової експансії Риму поступово змінювалась структура суспільства, а разом з нею відбувались вирішальні зміни у римській фізичній культурі. З арени цирку поступово зникли видовища, під час яких молоді патріції демонстрували вміння володіти зброєю, що обумовлювало відсутність необхідності в організації змагань.

З іншого боку, у побуті римлян значне місце розпочинають займати чисельні суспільні ігри, які проводилися під час відзначення знаменних дат історії Риму, релігійних свят (римські ігри, плебейські ігри, 100-річні ігри).

У II-I ст. до н. е. суспільні свята в Римі втратили своє значення та почали перетворюватися у видовища. Це було пов'язано з великим змінами у суспільно-економічному житті Римської республіки, з появою величезної маси непрацюючого населення, яке утримувала держава. Особливої популярності набувають гладіаторські бої. Значну частину гладіаторів складали полонені, раби та злочинці, яких у покарання віддавали у гладіатори.

Ця улюблена розвага римського у повній мірі використовувалася панівною верхівкою Риму у своїх політичних цілях. У I ст. до н. е. у Римі почали створюватись спеціальні школи для підготовки гладіаторів, де були найбільш жорстокі форми експлуатації рабів. Разом з тим, у гладіаторських школах відбувалось випробування нової зброї, нової техніки ведення військових дій [206, 287].

Процес розкладання рабовласницького устрою продовжувався у Римі в *імператорський період*, що позначилося на всьому суспільному і культурному житті Риму, в тому числі у галузі фізичної культури (зокрема у військово-фізичній підготовці). У II ст. до н.е. реформою були закладені основи професійної армії. Реформа полягала у тому, що держава за відповідну платню наймала воїнів, які розглядали службу в армії як особисту основну професію.

Наймані армії комплектувалися з найбільшніх верств населення, декласованих елементів, а також – з іноземних («варварських») племен. Комплектування армії Стародавнього Риму запрошеними на службу іноземцями набуло найбільшого розповсюдження у період занепаду Римської імперії. У цей період для військово-фізичній підготовці масово застосовують гімнастичне знаряддя (кінь, перекладина та ін.), комплекс кінної підготовки, фехтування [36, 224].

З початком нової ери в римській армії почався занепад військового мистецтва. Він був зумовлений розкладанням рабовласницького устрою і переходом до комплектування легіонів іноземцям-найманцями, що суттєво зменшило їхні бойові можливості. До того ж, між римлянами і варварами зникла будь-яка різниця у спорядженні та озброєнні, і варвари, які були більш витривалі фізично та морально, перевершили деморалізовані римські легіони. У V ст. н. е. Римська імперія була зруйнована з причин повстань рабів та тиску варварських племен, разом з нею завершилась багатовікова епоха рабовласницького ладу.

Отже, в античних державах Стародавньої Греції і Стародавньому Римі яскраво проявилася закономірність у співвідношенні розвитку фізичної культури та військового мистецтва. Коли у фізичній культурі панівного класу рабовласників, атлетичні форми рухів починають застосовуватися обмежено, а превалюють репрезентативне полювання, культ лазні, ігри з м'ячем, розваги, які не потребують значних фізичних зусиль, тоді вже мова йде про використання армії найманців і про занепад самої держави.

3.3 Військово-фізична підготовка в епоху Середньовіччя

Сучасна історична наука використовує термін «середні віки» стосовно періоду суспільного розвитку з кінця V до XVII ст., коли у найрозвинутіших регіонах світу визначальну роль відігравав феодальний устрій. З урахуванням головних тенденцій розвитку фізичної культури (в тому числі – військово-фізичної підготовки) можна виокремити фізичну культуру раннього середньовіччя (V-X ст.), фізичну культуру розквіту феодалізму (XI-XV ст.) і фізичну культуру занепаду феодалізму (XV- XVII ст.) [86, 110, 148].

У галузі фізичної культури після падіння рабовласницького устрою в Європі настає тривалий період занепаду. В центрі цього явища були об'єктивні соціально-економічні причини, які призвели до того, що у феодальному суспільстві, порівняно з рабовласницьким, різко зменшуються соціальні функції фізичної культури (виробнича, військово-прикладна, виховна, культурна). У цей період військова функція фізичної культури реалізується класом феодалів, яким необхідно було утримувати у покорі селян, приймати участь у війнах, які були невід'ємним значенням феодального суспільства. Однак, порівняно з рабовласницьким суспільством, де необхідні були численні армії, у феодальному устрої рівень військової справи дозволяє вирішувати результати бою порівняно невеликою кількістю важко-озброєних лицарів, а селян можна було утримувати у покорі не тільки силою зброї, але, у більшій мірі – християнською церквою [206].

Отже, у період феодалізму (особливо у період раннього та розвинутого феодалізму) мав місце незначний соціальний попит на фізичне виховання і змагання; соціальні функції фізичного виховання проявляються, в основному, у сфері військової діяльності; у сфері культури та ідеології абсолютне панування здобула християнська церква, яка висуває ідеали аскетизму і була проти фізичної культури. Але, у той же час церква підтримувала систему військово-фізичної підготовки феодалів-лицарів [206, 288].

До 1000-го року феодальний лад закріпився у всій Європі, а у країнах Центральної і Західної Європи була сформована лицарська система фізичної підготовки (табл. 3.3).

Дані літературних джерел [157, 174, 206, 288] свідчать, що величезне значення військової функції класу феодалів обумовлювалось панівним місцем, яке займала у середньовічному суспільстві війна. Придушування повстань селян і міщан, внутрішні сутички, загарбницькі експедиції в інші країни (відомі походи хрестоносців, наприклад), всі ці військові акції займали значне місце у житті феодального суспільства. Правомірно констатувати, що фізичне виховання було повністю пов'язане з військовим навчанням. Зі становленням феодальних відносин військова справа, а отже і

Таблиця 3.3

Система військово-фізичної підготовки феодалів-лицарів

Мета	Виховання у лицарів відданості сюзерену (королю, князю), готовності до виконання своїх соціальних функцій.
1	2
Завдання	<ul style="list-style-type: none"> • Досягнення «семи лицарських добродійностей» • Підготовка до військових дій, придушування повстань селян • Виховання підпорядкування християнській церкві, поваги до традицій лицарства
Засоби	<ul style="list-style-type: none"> • Їзда верхи • Стрільба із луку • Фехтування • Полювання • Плавання • Гра в шахи • Складання віршів • Ігри (військові й невійськові)
Форми	<ul style="list-style-type: none"> • Військові походи, експедиції (хрестові походи) • Військові сутички • Лицарські турніри і система підготовки до них (масові битви, єдиноборства) • «Каруселі» (лицарські ігри з перегонами) • Епізодичні тренування • Змагання у військах найманців

1	2
Методи	<ul style="list-style-type: none"> • Примушування • Вправляння • Приклад видатних лицарів • Змагання (індивідуальні, групові)
Організація	<p>Обов'язкова двохступенева:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Від 7 до 14 років – навчання пажів у замку сеньора • Від 14 до 21 року – служба зброносцем у лицаря 21 рік – посвята у лицарі • Третя ступінь підготовки (необов'язкова) Доступна найбільш заможним феодалам, мала індивідуальний характер

військово-фізична підготовка стає привілеєм і обов'язком феодалів. Саме у цей період становлення феодалізму у країнах Західної і Центральної Європи (IX-X ст.) з'являється спеціальна категорія феодалів-воїнів, які стали називатися лицарями (від німецького слова «ritter» – лицар, вершник).

В епоху розвинутого Середньовіччя виховання лицарів набуло організованого характеру, де головне місце займала військово-фізична підготовка. Для того, щоб стати лицарем необхідно було бути матеріально забезпеченим для придбання коштовного лицарського озброєння (бойового спису, меча, шолому, обладунків, коня та ін.). Необхідні були добра фізична підготовка і гарт, обов'язкові у важко-озброєному кінному війську (вага бойового зняряддя лицаря досягала 50 кг). Поводження із зброєю у важких обладунках підвищувало значення почуття рівноваги, яке стало у кінцевому наслідку необхідною умовою того, щоб вершник зміг утриматися у сідлі, а піший – на ногах. Мало цінувались високі результати у швидкості й спритності. Не випадково з лицарських турнірів були повністю виключені ігри з м'ячем, а також такі вправи, як біг із зброєю і бойові танці, які відігравали значну роль в античній військовій підготовці. Навчання саме бойових дій стало основою системи військово-фізичного виховання лицарів [67,75, 110, 154, 206, 288].

Підготовка лицарів була спрямована на досягнення «семи лицарських добродійностей» (табл. 3.3), які, як головну вимогу до членів ордену

визначив французький лицар з Провансу Годфруа де Преї. До добродійностей відносили: їзду верхи, стрільбу із луку, фехтування, плавання, полювання, гру в шахи та складання віршів.

Вікова періодизація виховання дітей феодалів мала своїм корінням античність, навіть у деякій мірі була пов'язана з містичною цифрою «сім» і складалася з трьох сімок. До 7 років діти зростали у сім'ї під наглядом батьків. З раннього дитинства їх систематично загартовували, щоб підготувати до майбутніх фізичних навантажень, незручностей і труднощів військових походів.

Феодали-чоловіки проходили два обов'язкових ступеня виховання, які вели їх до посвяти у лицарі, і одну необов'язкову – вищу ступінь [201].

З семи років рядові феодали відправляли своїх синів до замку сюзеренів, де до 14 років хлопчики виконували роль пажа у замку знатного феодала.

Головною метою цього періоду було навчити дітей основам придворного етикету, зокрема ввічливої поведінки, вмінню танцювати, іноземним мовам, придворних ігор (шахи, кеглі та ін.). При королівському дворі дітей навчали ще й наукам того часу, знанням законів своєї країни [75, 110, 112, 154, 201].

Також у цьому віці здійснювалася фізична підготовка майбутніх лицарів за допомогою бігу, стрибків, лазіння, метання каменів. Їх вчили плавати, метати спис, володіти щитом, стріляти з луку, боротися одне з одним. Всі ці вправи мали підготовчий характер до оволодіння основною навичкою майбутнього лицаря – вмінню битися верхи на коні.

Придбані у пажеському віці вміння і навички вдосконалювалися на наступному ступені, коли по досягненню 14 років, пажам надавали звання «зброєносців» і вони отримували право носити меч та шпори. Під керівництвом спеціальних вчителів зброєносці об'їжджали диких коней, бігали у важких обладунках і без них на довгі дистанції, стрибали через рови і забори, лазили по драбинам і без них по кріпосним стінах, переправлялися

через водні перепони, дресирували собак і хижих птахів для полювання, грали в шахи та інші ігри. На кінець перебування у зброєносцях молоді люди займались фехтуванням на мечох, списох та їздили верхи у повному спорядженні. Також обов'язком зброєносця було супроводження свого сеньора у походах, на турніри, полювання, догляд за зброєю і конем. Таким чином здійснювалась загальна фізична і військова підготовка зброєносців [75, 154, 159, 179, 201].

По досягненню 21 року зброєносців посвячували у лицарі. З цього етапу заняття фізичними вправами для більшості з них ставали розвагами (їзда верхи, полювання) або слугували підготовкою до участі у турнірах.

Як зазначає Н.Є. Пангелова [201], третя ступінь лицарської підготовки – фізичне вдосконалення була доступна тільки багатим сеньорам. Вона включала лише ті види фізичних вправ, які відповідали індивідуальним нахилам (наприклад, боротьба, фехтування та ін.). У замки запрошували викладачів-професіоналів: майстрів фехтування, найбільш відомих борців та інших професіоналів. На цій ступені переважало не групове, а індивідуальне навчання.

За даними В.В. Григоревича [75], велике значення у фізичному вихованні майбутніх лицарів надавалось змагальним іграм, які поділялися на військові й невійськові. Відомості про ці ігри є у королівських наказах (ордонансах), податкових списках міст і у художніх творах.

Військові ігри являли собою облоги замків, штурми кріпостних та міських воріт, стін. Найбільш популярною була гра «Саладинова печера».

До *невійськових ігор* відносились різноманітні ігри без зброї (французька гра «жьо де пом» – прообраз тенісу, англійська «суль» – прототип футболу, голландська «гольф»).

Крім того, у середовищі феодалів-лицарів були відомі ще й інші види змагань, зокрема, у бігу, боротьбі, метанню важких предметів, стрибкам у висоту і через перепони («дерев'яний кінь», «стіл»). Є відомості про те, що у

1520 р. був проведений двобій з боротьби між англійським королем Генріхом VIII та французьким королем Франциском I [75, 110, 154].

Поряд з руховими навичками, якими повинен був володіти лицар, велике значення мало засвоєння ним семи лицарських чеснот, а саме: вірність церкві; вірність сюзерену; особиста хоробрість; додержання правил поєдинків; великодушність до переможених; великодушність по відношенню до більш слабких; шляхетне ставлення до жінок.

Завдяки цій системі виховання лицарі, як за звичай, були людьми фізично сильними, спритними та витривалими, володіли основними прийомами бойових дій. У своєму колі вони дотримувались так званого лицарського етикету, та у взаємовідносинах з селянами і міщанами допускали грубість та насильство.

Рівень військово-фізичної підготовки лицарів перевірявся у ході лицарських турнірів, які являли собою своєрідну форму змагань (табл. 3.3). Під час їх проведення підводився підсумок військово-фізичної підготовки феодальної аристократії й готовності лицарських загонів до бойових дій. Турніри зародились у період раннього середньовіччя, а найбільшого розвитку досягли у Франції, Німеччині, Англії, Чехії, Польщі та Іспанії в епоху христових походів [201].

Розповсюдженню турнірів сприяли хрестові походи, а також мандри лицарів-професіоналів з метою збагачення у турнірах. З кінця XII ст. за правилами турнірів, переможець отримував у власність озброєння та коня переможеного.

Найбільшого розвитку турніри досягли у другій половині XIII ст. Вони проводились з приводу заключення перемир'я, весілля, днів народження короля або сеньора і з інших урочистих подій. Змістом турнірів були не тільки двобої лицарів, але й проводились інші змагання і розваги: ігри у шахи, у кулі; ігра на арфі, скрипці; боротьба, штовхання каменів, колод. Турніри Середньовіччя сприяли розвитку поезії, музики, а також –

економічному пожвавленню, оскільки місця, де проводився турнір, на декілька днів перетворювалось у великий ярмарок [76, 224].

За час вдосконалення вони пройшли два етапи: перший – *реалістичні військові ігри (бухурди)*, коли турніри були відображенням історичних битв; другий – *єдиноборства*, які звались у французів «жут», у німців «тьост».

Масові реалістичні битви («бухурди»), фактично відігравали роль військових маневрів, відбувались на великих просторах і відтворювали картину тих або інших військових дій. У цих боях застосовували бойовий спис, меч, палиці, здійснювали наступи, відхід та інші відомі тактичні дії. Правил тут практично не існувало, але супротивники намагались суттєво не ушкоджувати один одного, не застосовувати лайки [110].

У подальшому масові турніри прийняли форму турнірів-єдиноборств («жувів», «тьостів»). У XIII ст. вони стали вимикатись в якості головної частини турніру і знайшли широке розповсюдження у лицарських колах. Основною вправою у двобою важкоозброєних лицарів були їзда верхи і дії зі списом. За встановленими правилами, ударом списа на повному ході треба було вибити суперника із сідла ударом списа [36, 67, 148].

За встановленими правилами до турнірів допускалися тільки люди лицарського походження. Не допускались або виключались з турнірів лицарі, які висловлювали неповагу до церкви, короля або сеньора – організатора турніру або такі, які здійснили пограбування, насилля або інші негативні вчинки [75, 154].

З XV ст. турніри стали відігравати роль видовищ, де переможців нагороджували грошовими преміями і цінними призами. Багато бідних феодалів приймали участь у турнірах для отримання грошових нагород. Вони мандрували з турніру на турнір і жили за рахунок цих премій [201].

Різновидом турнірів були *каруселі* – змагання у майстерності їзди верхи із зброєю (табл. 3.3). Зміст таких змагань-видовищ складали алегоричні ігри з історії або міфології, які включали такі вправи: 1) під час швидкої їзди верхи необхідно було списом влучити у певне місце мішені у вигляді фігури

озброєної людини (фігури Роланда); 2) вершник повинен був поцілити списом у мішень у вигляді голови людини; 3) вершник повинен був списом зняти кільце на дереві; 4) фехтування на шпагах між групами (по 6-12 людей у кожній) [159].

Але, поступово важкоозброєна кіннота лицарів почала терпіти поразки у боях з легкоозброєними піхотинцями-лучниками. Зменшення соціального значення лицарської системи військово-фізичної підготовки феодалів пов'язано з процесом занепаду феодального суспільства. Чинником, який відіграв велику роль, була поява пороху і вогнепальної зброї, що призвело до суттєвих змін у складі військових сил. Піхота та артилерія замінили важкоозброєну кавалерію і зробили непотрібною всю систему лицарської військово-фізичної підготовки. Однак, лицарі не відразу відмовились від того, що вважалось їх привілеєм, підтримувало їх авторитет і відрізняло від інших класів. Протягом XV і, навіть XVI ст., ще проводились великі турніри, останніми з яких були у Германії у 1487 р. (м. Вормс) і Франції у 1533 при Генриху II. Ще деякий час проводились локальні турніри, але вони вже втратили своє суспільне значення.

Таким чином, система військово-фізичної підготовки феодалів та еволюція її організаційних форм, однією з яких були лицарські турніри було відображенням соціального попиту на фізичне виховання і змагання. Чим вищий рівень соціального попиту – тим вищим є рівень фізичної культури (у тому числі її складової військово – фізичної підготовки) і навпаки. При цьому необхідно розуміти, що соціальний попит формується об'єктивно, у відповідності із суспільно-історичним розвитком. В умовах існування феодального суспільства, існувала і об'єктивна потреба панівного класу у військово-фізичній підготовці підростаючого покоління, використання для цього змагальних організаційних форм. І цій об'єктивній необхідності вимушена була підкорятись католицька церква, не дивлячись на різко негативне відношення до фізичної культури, як суспільного явища, засобу фізичного і духовного розвитку людини.

3.4 Передумови становлення і розвитку військово-фізичної підготовки молоді у період Нового часу

Процес формування капіталістичних виробничих відношень і способу виробництва, який розпочався у XVI ст. призвів до англійської революції XVII ст. Цю подію вважають початком Нового часу, який тривав до 1917 р. і, в свою чергу, поділяється на перший етап (середина XVII ст. – 1871 р.) і другий етап Нового часу (1871-1917 рр.).

До 70-х років XIX ст. розвиток капіталізму був дуже прогресивним. Відносно демократична форма буржуазних держав, величезні потреби у подальшому підйомі рівня виробничих сил, об'єднання держав і формування буржуазних націй сприяли новому прогресу у розвитку культури (в тому числі – і фізичної) [154, 201, 288].

Передові педагогічні ідеї цілком використовувались буржуазією для всебічного виховання представників панівних кіл. Об'єктивно ці педагогічні ідеї й теоретичні погляди, які відображали зростаючий соціальний попит буржуазії на вдосконалення форм і методів виховання, сприяли подальшому розвитку педагогічної теорії і практики у галузі не тільки фізичного виховання, але й військово-фізичної підготовки до служби в армії. Основні передумови і чинники, які сприяли розвитку військово-фізичної підготовки молоді виникли і поширились протягом останніх двох десятиліть XVIII – першої половини XIX ст. (табл. 3.4).

Основними передумовами становлення і розвитку військово-фізичної підготовки молоді до служби в армії у Новий час були: політичні (класові потреби панівного класу буржуазії, національні намагання до єдності і незалежності); соціальні (урбанізація і формування громадянського суспільства замість майнового та соціального станів); створення демократичних інститутів (парламенти, партії, конституції, вибори та ін.), поява середнього класу (буржуазії); економічні (розвиток промисловості і торгівлі; поява нових технологій у виробництві (поява мануфактур, фабрик,

використання нових джерел енергії – пара); колоніальні (загарбницька політика деяких країн); військові (скорочення терміну служби в армії, зміна характеру ведення бойових дій, необхідність у масових арміях, відповідність засобів і методів фізичного виховання характеру військових дій, ведення допризовної підготовки). На зміст, форми і спрямованість військово-фізичної підготовки молоді у буржуазному суспільстві впливають такі чинники: впровадження і розвиток фізичного виховання в школі; спорт джентльменів; виникнення позашкільних організацій, які культивували фізичну культуру і спорт; створення і розвиток науково-педагогічних засад фізичного виховання.

Під впливом педагогічних ідей Д. Локка, Ж.-Ж. Руссо, І.Г. Песталоцці з другої половини XVIII ст. у деяких країнах створюються буржуазні школи нового напрямку (філантропіни), з'являються товариства і гуртки гімнастики.

Як зазначають С.І. Степанюк, О.О. Гречанюк, І.В. Маляренко (2006), одночасно зі школами нового типу у деяких країнах (Німеччина) до середини XIX ст. існували ще і спеціальні навчальні заклади для аристократичної молоді – так звані «лицарські академії», що виникли у XVII сторіччі. У цих школах готували молодих людей до військової й державної служби і, надаючи великого значення фізичному вихованню, навчали фехтуванню, їзді верхи, стрільбі, танцям, іграм та ін [288]

Протягом XIX ст. гімнастика і різноманітні форми фізичних вправ і рухливих ігор були поступово включені у програми європейських шкіл практично всіх ступенів. В Англії широке розповсюдження отримав спорт – своєрідна система засобів, методів і організації фізичного виховання. У деяких країнах були створені національні буржуазні системи гімнастики [112, 170, 184].

Н.Є. Пангелова (2010) наголошує, що ідея всезагальності фізичного виховання у XIX ст. знайшла впливового прихильника у військових колах[201]. Якщо раніше феодал мав військо 10 тис. чоловік, то цього цілком вистачало для ведення війни. У XIX ст. характер війн змінився і за

характером завдань і за військовою технікою, яка застосовувалась. Необхідними стають багаточисельні армії. Тому буржуазія шукає більш ефективні форми і методи підготовки армії. У деяких державах вводиться обов'язкова військова служба. Для підготовки багаточисельних армій ефективним засобом була гімнастика, що було характерним для країн континентальної Європи. Тому військові кола дуже енергійно підтримували введення фізичного виховання в школах [2, 51, 206].

Проте, не зважаючи на розвиток фізичного виховання, системи фізичного виховання загальнодержавного (національного) значення не виникали аж до закінчення наполеонівських війн. На думку С.І. Степанюк та ін. [292], пояснюється це двома причинами. По-перше, буржуазним урядам вони були поки ще не потрібні, а суспільство обходилося тими школами і науковими творами, що створювалися приватним порядком ентузіастами справи фізичного виховання, головним чином, педагогами, лікарями, суспільними діячами. По-друге, ідеї розвитку «вільної особистості», які були висунуті епохою Просвіти не узгоджувалися з обов'язковістю систем фізичного виховання. Передбачалося, що кожна людина може обрати для себе і своїх дітей те, що їй подобається, без будь-якого тиску з боку держави.

Переломним моментом стали наполеонівські війни початку ХІХ ст. Відразу після них майже у всіх в капіталістичних країнах почали створюватися національні системи фізичного виховання. Викликано це було наступним: поразку Наполеона в Росії пояснювали не тільки перевагою російської армії, скільки фізичною невідповідністю військ Наполеона, що не встояли перед довгими і важкими дорогами, холодом, голодом та іншими труднощами, з якими зустрілися ці війська в Росії. Пояснювалася ця невідповідність тим, що Наполеон відмовився від старої системи комплектування армії. Замість постійної нечисленної армії з тривалим терміном служби (25 років і більше), Наполеон створив армію, яка безупинно поповнювалася і перевершувала добре навчені, але нечисленні війська інших європейських країн. Було очевидним, що в майбутньому тільки масові армії

можуть розраховувати на перемогу, однак для них потрібно заздалегідь готувати резерви. Особливо важливою була фізична підготовка, оскільки навчити стрільбі, рукопашному бою і стройовим прийомам можна й у менш короткий термін. Таким чином, виникла необхідність у фізичній підготовці не тільки військових, але і підлітків, тобто майбутніх солдат, ще до їх призову до армії [52, 182, 201, 297].

Цим і пояснюється той факт, що у всіх великих країнах континентальної Європи майже одночасно створюються системи фізичного виховання. Першими вони були створені у Німеччині (Прусія), Швеції й Франції.

Усі ці системи були гімнастичними, оскільки саме гімнастика давала можливість тренувати різні частини тіла, навчала конкретним рухам і навичкам, а також більш за все відповідала способу ведення бою у ті роки. Відомо, у воєнних діях того часу переважала так звана лінійна тактика (солдати йшли в атаку і вели вогонь строєм). Так було легше керувати військами, тим більше, що слабка інтенсивність артилерійського вогню і стрільба з рушниць мали малу прицільність. Гімнастика краще за інші засоби фізичного виховання готувала людей до чіткого виконання команд, синхронності й одночасним діям [292].

У самій гімнастиці сформувалися різні напрями розвитку. Німецька гімнастика була спрямована на розвиток загальної координації рухів. Прихильники іншого напрямку головним вважали загальний фізичний розвиток, не приділяючи достатньої уваги оволодінню руховими вміннями. Вважалось, що фізично розвинена людина легко зможе опанувати будь-якими рухами у потрібний час. Така точка зору переважала серед авторів шведської системи фізичного виховання.

Третій напрям, представлений авторами французької системи (Ф. Аморос, Ж. Ебер), мав на меті підготовку майбутніх солдат і носив, в першу чергу, військово-прикладний характер.

Отже, на початку XIX ст. були створені національні буржуазні гімнастичні системи, які були спрямовані на вирішення комплексу завдань – оздоровчих, виховних, соціальних, але провідним завданням була військово-фізична підготовка молоді.

Дещо пізніше, у другій половині XIX ст. виникає чеська (сокільська гімнастика), засновником якої був М.Тирш. Вона набула великої популярності у слов'янських країнах, оскільки ідеологічним підґрунтям її створення було намагання до національної незалежності. Відомо, що у ті часи багато слов'янських народів потерпали від національного гноблення: Болгарія, Сербія, Хорватія, Словенія – від Османської імперії; чехи, словаки не мали власної державності, їх території входили до складу Австро-Угорщини; територія Польщі була поділена між Німеччиною та Росією. Сокільські організації слугували об'єднанню патріотичних сил, відігравали культурно-просвітницьку роль, здійснювали військово-фізичну підготовку молоді.

Розглянуті вище гімнастичні системи мали свої національні особливості і були створені у результаті потреб, які виникали на певному етапі розвитку цих країн, вирішуючи завдання військового, національно-визвольного, педагогічного, оздоровчого характеру.

Представимо найбільш характерні риси національних гімнастичних систем у табл. 3.4

Таблиця 3.4

Характерні риси національних гімнастичних систем

1	2	3
Системи	Автори	Характерні риси
Німецька (турнерський рух)	І. Гутс-Мутс Г. Фіт Ф. Ян А. Шпісс Е. Айзелен	Розроблені філантропами І. Гутс-Мутсом і Г. Фітом основні положення гімнастики Ф. Ян застосував для створення німецької системи гімнастики (турнерського руху). Її виникнення пов'язане з визвольним рухом німецьких держав за незалежність під час окупації країни французькими військами. Основна мета – об'єднання зусиль проти окупантів та військово-фізична підготовка молоді. Активно

		<p>застосовували вправи на гімнастичних приладах. Біля Берліна був побудований гімнастичний майданчик (турнплац), обладнаний різноманітним устаткуванням. Основними засобами фізичного виховання турнерів були: вправи без приладів (біг, стрибки, боротьба, стройові вправи та ін.); вправи на приладах (бруси, кінь, перекладина та ін.); окремі елементи спорту (плавання, стрільба, піднімання ваги та ін.). В основу класифікації вправ була покладена зовнішня форма рухів. Були відсутні вказівні щодо дозування навантаження, педагогічного та лікарського контролю.</p> <p>Модифікував німецьку гімнастику для занять у школі А. Шпісс, який доповнив її вправами з перешикування, висами і упорами. Йому допоміг Е. Айзелен, який розробив методіку викладання і виготовив наочні таблиці.</p>
Шведська гімнастика	П. Лінг Я. Лінг	<p>Була створена за ініціативою уряду. Головні завдання гімнастики – зміцнення здоров'я молоді, підготовка до військової служби. Усі вправи, в залежності від цілей і призначення поділялись на педагогічну, військову, лікувальну, естетичну гімнастики. Пер Лінг класифікував фізичні вправи на анатомічній основі.</p> <p>Педагогічний напрям розробив Я. Лінг у 40-х роках XIX ст., він описав техніку виконання і методіку викладання шведської гімнастики, структуру уроку, започаткував використання гімнастичних приладів (шведську стінку, гімнастичну лаву та ін.). Призначення цих приладів принципово відрізнялася від аналогів, які були прийняті у німецькій гімнастиці. Виходячи з уявлень, що організм людини складається з окремих частин, засновники шведської гімнастики вважали за необхідне розвивати частини тіла ізольовано. Тому всі вправи були поділені на групи (для рук, ніг, спини, для розвитку серцево-судинної та дихальної системи), що було виразом пануючої на той час теорії будови та функціонування організму з точки зору анатомії (оскільки фізіологія як наука на той час не отримала ще достатнього розвитку). Але, не дивлячись на ці недоліки, шведська гімнастика своєю гігієнічною спрямованістю і методичним обґрунтуванням вигідно відрізнялась від німецької гімнастики. У Швеції у той час була організована підготовка викладачів гімнастики з вищою освітою. У 1913 р. У Стокгольмі був відкритий інститут гімнастики.</p>

Продовження табл. 3.4.

1	2	3
Французька гімнастика	Ф. Аморос	<p>Була створена на початку XIX ст. з метою відродження могутності французької армії після поразки Наполеона. Мета гімнастики – вироблення військово-прикладних навичок. Основні вправи – ходьба, біг, стрибки, лазіння і перелазіння, перенесення вантажу, плавання, боротьба, метання, фехтування, стрільба. У якості приладів застосовувались канати, мостки, паркани, драбини. Завдання – навчити солдата долати простір і перепони.</p> <p>У 1819 р. Аморос відкрив гімнастичну, цивільну і військову школу і був призначений інспектором і методистом фізичної підготовки усіх військово-навчальних закладів Франції. У своїй</p>
		<p>діяльності Аморос використовував передові педагогічні теорії Локка, Руссо, Песталотці, військово- педагогічну практику Суворова і гімнастику Гутс-Мутса, але не копіював їх, а створював свою оригінальну природно-прикладну гімнастику, яка передбачала: а) фізіологічне обґрунтування окремих фізичних вправ і фізичного виховання взагалі; лікарський і педагогічний контроль; б) розвиток не тільки фізичних, але і морально-вольових якостей; в) розвиток самостійності творчої активності педагогів. На той час ця система гімнастики була досить вдалою спробою створення прогресивної військово-фізичної підготовки.</p>
Чеська (сокільська гімнастика)	М. Тирш	<p>Виникає у 60-ті роки XIX ст. Її створення було обумовлено посиленням національно- визвольного руху чеського народу проти австро-угорського панування. Сокільські організації слугували об'єднанню патріотичних сил і військово-фізичній підготовці молоді. Всі вправи сокільської гімнастики поділялись на чотири групи: вправи без приладів (ходьба, біг, вільні вправи та ін.); вправи із приладами (перекладина, бруси, кінь та ін.); з предметами (м'яч, булави, обруч); групові вправи (піраміди, масові гімнастичні вправи); бойові вправи (фехтування, боротьба).</p>

Зовсім по-іншому вирішувались аналогічні завдання в Англії і США, оскільки там склалися умови, які мали значні відмінності від умов континентальної Європи.

Географічне розташування Англії дозволяло їй не боятися раптового нападу. Тому англійська буржуазія не шукала шляхів для підготовки резервів масової сухопутної армії, як це було у континентальній Європі. Основою військової могутності Англії був флот. За його допомогою вона створювала і зберігала свою колоніальну імперію. Звісно, гімнастичні методи не могли забезпечити військово-фізичну підготовку на флоті та експедиційних загонах англійців у своїх колоніях в Азії, Африці, у Тихоокеанському регіоні.

У той час, як в Європі створювалися національні гімнастичні системи, в Англії розвивався спортивно-ігровий метод військово-фізичної підготовки, основою якого є педагогічні концепції Чарльза Кінгслі та Томаса Арнольда. Ці концепції були втілені у практику привілейованих навчальних закладів, так званих «публічних шкіл», в яких виховувалась еліта англійського суспільства. Одним з найважливіших важелів освіти і виховання підростаючого покоління верхівки англійського суспільства став спорт. Недарма англійці охоче повторюють фразу, яку сказав колись один з найвидатніших військових Артур Веллінгтон: «Битва біля Ватерлоо була виграна на спортивних майданчиках Ітона...». Цим самим він підкреслював значення закритих приватних шкіл у військово-фізичній підготовці майбутніх військових англійської армії.

Важливим фактором застосування саме спортивно-ігрового методу було і те, що в Англії не було регулярної армії. Але за традицією сини привілейованих родин служили декілька років дома і 3-4 роки у колоніях [2, 75, 184, 201].

У другий період Нового часу (кінець XIX – початок XX ст.) розвиток військової науки і скорочення термінів служби в армії призвели до пошуку нових підходів щодо вдосконалення військово-фізичної підготовки молоді. Основою цієї зацікавленості були зростаючі протиріччя між

капіталістичними країнами, які прагнули до завоювання нових регіонів. Багаточисельні війни призводять до тенденції воєнізації спорту і фізичного виховання (рис.3.4.)

Створення масових армій стало можливим у зв'язку із скороченням терміну служби (1,5 – 2 роки). Скорочення строку служби викликало перенесення основних завдань військового навчання та виховання молоді у допризовний період. Цього ж потребувала техніка і тактика бою війн. Ці війни не потребували «муштри і парадності», які були притаманні арміям XVIII і початку XIX ст. Імперіалістичні війни потребували більшої швидкості, напруження сил, більшої кмітливості. Тому фізичне виховання юнаків, яке виступало в якості еквіваленту скороченого строку служби стає засобом позавійськової підготовки. На вимогу військових кіл уряди встановили контроль за організацією фізичного виховання у школах, університетах і самодіяльних спортивних організаціях.

Застарілі гімнастичні системи Ф. Яна, П. Лінга, Ф. Аморося та ін., які виникли на початку XIX ст. вже не відповідали новим вимогам. Вони поступово були замінені спортивно-ігровими системами. Гімнастика набула спортивної спрямованості [67, 174].

Прихильники спортивно-ігрового напрямку домоглися введення занять спортом у систему шкільної освіти. Військово-фізична підготовка молоді на основі цього напрямку відбувалася у так званих «нових школах» Франції, Англії, США, Швейцарії, Бельгії і деяких інших державах.

Велике значення військово-фізичній підготовці молоді приділялось у *скаутських загонах* – молодіжних об'єднаннях, які виникли в Англії на межі XIX і XX ст. Її засновником був генерал англійської армії Баден Пауел. Членами цієї організації були діти і підлітки до 17 років. Основна мета скаутських організацій полягала у морально-патріотичному вихованні й фізичній підготовці молоді. Багато уваги приділялось походам, спорту, іграм. Скаутів навчали вмінню орієнтуватися у природних умовах, знати звички птахів та звірів, полювати, керувати човном, риболовлі та ін. Велике

значення приділялось військово-прикладним вправам: фехтуванню, їзді верхи, плаванню в одязі й з вантажем, наданню першої долікарської допомоги.

Організовувались табори за військовим типом. Скаутський рух отримав розповсюдження у Німеччині, Бельгії, Голландії, Франції, Італії, Росії, Японії, Китаї, США та інших країнах [174, 201, 292].

Напередодні й в роки Першої світової війни (1914-1918 рр.) посилилась мілітаризація фізичного виховання й спорту. Були здійснені заходи щодо посилення боєздатності армій, покращення військово-фізичної підготовки резервів у багатьох країнах. Так, починаючи з 1911 р. інструкції й програми спортивних спілок Німеччини зобов'язували виховувати молодь у дусі мілітаризму, проводити більше військово-спортивних ігор, форсованих маршів-переходів, створювати спортивні та моторизовані клуби. У німецьких школах було введено військово-фізичну підготовку (до 3 годин на тиждень), щоденне марширування.

Були здійснені спроби покращення військово-фізичної підготовки молоді й у Франції. Лейтенант французької армії Жорж Ебер напередодні І світової війни створив систему, яку назвав «природній метод», що була заснована на вправах у ходьбі, стрибках, підніманні вантажу, плаванню, вивчення прийомів захисту й нападу. Крім цього, він рекомендував для прискореної підготовки солдат навчання володіння гвинтівкою, пістолетом, шпагою, вмінню їзди верхи, керувати мотоциклом, веслувати на човні і т. ін. Метод Ж. Ебера отримав розповсюдження у військово-навчальних закладах армії та флоту США та інших країн.

Мілітаризація охопила фізичне виховання також в Англії і США . Створення стрілецьких товариств, різноманітних комітетів сприяння фізичній та військовій підготовці, бойскаутських загонів, введення військово-фізичної підготовки у навчальних закладах – все це було спрямоване на підготовку кадрового резерву армії і було відображенням об'єктивних соціально-економічних потреб держав.

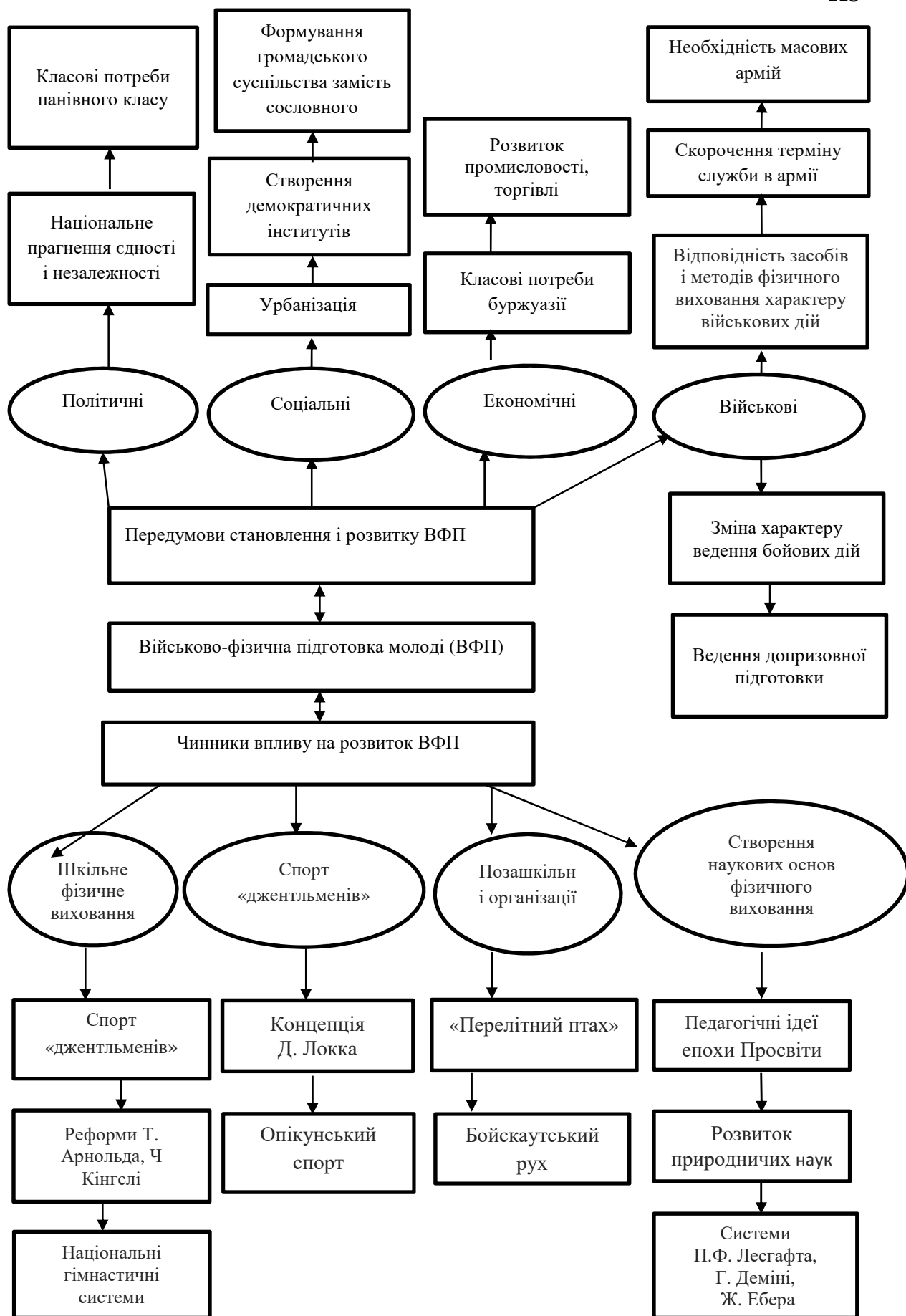


Рис.3.4. Передумови і чинники становлення військово-фізичної підготовки молоді у II період Нового часу

3.5. Особливості допризовної фізичної підготовки молоді у зарубіжних країнах у Новітній час

Новітнім часом в історії називають епоху, яка наступила після Першої світової війни і триває до теперішнього часу. Її характерною ознакою є те, що після Жовтневої революції в Росії у світі стали співіснувати дві протилежні соціальні системи – капіталістична й соціалістична.

Новітня історія у зарубіжних країнах поділяється на два періоди – між першою та другою світовими війнами (перший період) і після другої світової війни (другий період).

Фізична культура і спорт у зарубіжних країнах у період між двома світовими війнами розвивається у складних умовах політичної та економічної кризи. Представники різних класів і верств знаходили у фізичній культурі засоби для захисту власних інтересів. Як зауважує Л. Кун [154], М.С. Солопчук [288], А.Т. Литвин [162], І.Х. Турчик [304], на той час фізична культура у всіх своїх проявах отримує статус соціального визнання. Так, фізичне виховання в усьому світі стає обов'язковою навчальною дисципліною. Лікувальна фізична культура стає частиною медицини. Бурхливий розвиток отримав спорт.

На розвиток фізкультурно-спортивного руху у цей період значно вплинули підсумки Першої світової війни. Одразу після її закінчення країни, які програли війну (Німеччина, Італія, Японія) почали готуватися до реваншу, переможці – до зміцнення своїх завоювань. Загальною характерною рисою даного періоду була організаційна перебудова системи фізичного виховання. Застарілі методи змінювались на нові з врахуванням військових потреб і нових історичних умов. Посилився державний контроль за організацією фізичного виховання в освітніх закладах (особливо школах), а також – за діяльністю спортивних організацій [112, 148, 179, 184].

Після Першої світової війни спортивно-гімнастичний рух був підпорядкований меті військово-фізичної підготовки молоді, а також – її ідеологічному вихованню.

Тенденція до мілітаризації фізичного виховання особливо яскраво проявилася у *Німеччині*. За умовами Версальської мирної угоди Німеччина могла утримувати армію чисельністю не більше 100 тис. чоловік.

Прагнучи до відродження військової могутності, реваншистські кола Німеччини почали втілювати концепцію підготовки до війни на основі компактною армії. Тобто, ця 100-тисячна армія, у процесі навчання повинна досягти рівня підготовки офіцерського складу і скласти ядро майбутньої армії. Цей план запропонував у 20-ті роки ХХ ст. генерал Бергарді. Одночасно були проведені заходи щодо підготовки масового резерву в армію в процесі довійськової підготовки у навчальних закладах і спортивних організаціях (Л. Кун, 1982; М.С. Солопчук, 2001; Н.Є. Пангелова, 2010; О.В. Дивінська, 2017).

З встановленням фашистського режиму у Німеччині у 1933 році почалась відкрита мілітаризація та фашизація фізичного виховання та спорту. Всіх школярів спочатку приймали у нацистську організацію «Юнгфольк», потім юнаків – у «Гітлерюгенд», а дівчат – у «Союз німецьких дівчат». Провідна роль у фашизації фізичного виховання відводилась «Гелендешпорту» – воєнізованого спорту на місцевості. У спеціально призначений день всі школярі зобов'язані були брати участь у змаганнях. Програми з фізики, біології, хімії, математики та інших навчальних дисциплін у школі були насичені відомостями, які були потрібні для спорту на місцевості. Для шкільних викладачів були відкриті спеціальні курси – «народні спортивні школи», де вони на практиці знайомилися зі спортом на місцевості і вчилися підпорядковувати предмети, які викладають, справі військової підготовки учнів.

Мілітаризацією фізичного виховання та ідеологічної обробкою німців займалися також загони штурмовиків й гестапо. Вони здійснювали контроль

за тим, щоб кожний чоловік до 35-річного віку здавав норми на спортивний значок трьох ступенів – бронзовий, срібний, золотий; формували спеціальні, так звані «п'яті колони», які провокували руйнацію спортивних організацій інших країн – Австрії, Бельгії, Чехословаччини [112, 154, 201, 288].

Фашистське «спортивне» виховання здійснювалось і «трудовим фронтом» (фашистські профспілки) через створені при ньому організації «Сила через радість».

Як зазначає Н.Є. Пангелова (2010), у 1936-1939 рр. фашизація фізичного виховання ще більш посилилась. Це отримало свій вираз у створенні у 1938 році націоналістичного імперського союзу фізичних вправ. У 1935 році завдяки мілітаризації фізичного виховання Німеччина вже мала п'ятимільйонну армію. Для політичного престижу і маскуванню «нового порядку» гітлерівці намагались використовувати міжнародний спортивний рух. З мовчазної згоди МОК у Німеччині у 1936 році, незважаючи на протести прогресивної світової спільноти, відбулись зимові (у Гармиш-Партенкірхені) і літні (у Берліні) Олімпійські ігри, а також серія чемпіонатів і першості Європи з різних видів спорту.

Мілітаризація спортивно-гімнастичного руху відбувалась і в інших країнах з диктаторськими режимами. В *Італії* з приходом до влади фашистського режиму Б. Муссоліні, військово-фізичну підготовку молоді проводила організації «Опера націонале Балліла», яка фінансувалась державою і монополіями. Система «Балліла» передбачала здачу норм з видів спорту у військовій справі і поділялась на статево-вікові групи. Військово-фізичною підготовкою дорослого населення займалися організації «Опера націонале деполівора» («Відпочинок після праці»), військові і поліцейські органи. У зв'язку із війнами в Африці, інтервенцією в Іспанії і створенням вісі «Берлін-Рим-Токіо», уряд Муссоліні видає низку законів про посилення військово-фізичного виховання молоді, формування альпійських підрозділів.

Досить активно військово-фізична підготовка проводилась у численних спортивно-гімнастичних клубах, товариствах і спілках. Велике

значення надавалося розвитку авто-мотоспорту, авіаційного, планерного і парашутного спорту, фехтування, боротьби, боксу, гімнастики. Розвиваючи у широких масштабах гімнастику, спорт і ігри, створюючи різноманітні напіввійськові організації, фашистський уряд вирішував завдання підготовки резерву армії [112,154, 179, 201].

Мілітаризація фізичної культури і спорту в *Японії* поєднувалася із шовінізмом і релігійним фанатизмом. Обов'язкова військово-фізична підготовка здійснювалась у системі народної освіти (400 годин), у середніх і спеціальних вищих навчальних закладах (300-400 годин), у військових і поліцейській підрозділах, спортивно-гімнастичних об'єднаннях, скаутських організаціях, християнських, буддистських і синтонсистських спілках молоді. У навчальних програмах були широко представлені національні види фізичних вправ (дзюдо, карате, сумо, кендо, стрільба із луку), а також – технічні види спорту. Шанування імператора, безумовне підкорення, вишкіл до автоматизму у дусі самурайських традицій середньовіччя були основними методами навчання і тренування. В якості викладачів були офіцери. Вкрай жахливим методом виховання була система підготовки пілотів – смертників (камікадзе).

Фізичне виховання майбутніх солдат японської армії розпочиналось у школі (з 10-11 років), а у коледжах і університетах готували армійські командні кадри [201].

Отже, уряд у широких масштабах використовував фізкультурно-спортивний рух, як один із дієвих засобів реалізації своєї реакційної політики, спрямованої, перш за все, на мілітаризацію та ідеологічний вплив на населення.

Країни-переможці у першій світовій війні (*США, Англія, Франція*) та ін. також проводили воєнізацію фізичного виховання, але робили це у завуальованій формі. З цією метою почалась перебудова спортивних організацій, посилювався контроль за їх діяльністю, приймалися закони про обов'язкове фізичне виховання, спрямоване на підвищення військово-

фізичної підготовки молоді. Застарілі методи фізичного виховання замінювалися більш сучасними. У шкільному фізичному вихованні все більша перевага надавалася не гімнастичним, а спортивно-ігровим вправам.

У деяких європейських країнах широкого розповсюдження набула шкільна система фізичного виховання, розроблена австрійськими педагогами К. Гаульгофером та М. Штрайхер. Вони стверджували, що для дітей ігри і природні вправи корисніші штучних гімнастичних і є більш дієвими для майбутньої військово-фізичної підготовки. Всі рекомендовані ними вправи поділялись на чотири групи: коригуючі; формуючі (природні); вправи у досягненнях (спортивні й туристичні); рухи мистецтва (танці). Велика увага приділялась формуванню правильної постави, зміцненню різних м'язових груп [292, 312, 32].

Інша концепція фізичного виховання отримала розповсюдження в англосаксонських країнах, особливо у США.

У 1931 році вийшла у світ праця Джоя Б. Неша «Виховання характеру у фізичному вихованні». Основу концепції Д. Неша складала ідея компенсаційної ролі фізичної культури: використання її для відновлення здоров'я, недоліків у фізичному розвитку дітей, що викликані урбанізацією та суспільними протиріччями. Прибічники цієї концепції вважали, що шкільне виховання повинно допомогти дітям набути високого рівня здоров'я, задовольнити життєві потреби у руховій діяльності, підготуватися до майбутньої військової служби. Учням надавалося право самим обирати з навчального матеріалу той вид спорту, який їм більше подобається. Вони об'єднувались у групи і команди для занять обраними видами спорту і спортивних ігор. Такий же підхід існував і у вищих навчальних закладах. Таким чином, поступово коледжі та університети стали не тільки основними центрами спортивної роботи з дітьми та молоддю, але й місцями, де здійснювалась цілеспрямована військово-фізична підготовка [36, 148, 154, 162].

Намагання будувати процес фізичного виховання на основі довійськової підготовки є характерним і для інших країн. Зокрема, у Франції у 1920 році був прийнятий закон про фізичне виховання дітей дошкільного і шкільного віку. Показовим є те, що положення про фізичне виховання у навчальних закладах затверджує військове міністерство.

Тому не є випадковим, що основою програми з фізичного виховання була модернізована природньо-прикладна гімнастика Жоржа Ебера, змістом якої були вправи у подоланні природних перешкод, пересування по пересічній місцевості, стрільба, метання гранати та ін.

Подібні процеси відбувалися і в інших країнах. Наприклад, в Угорщині був прийнятий закон про всезагальну обов'язкову військово-фізичну підготовку молоді у віці від 14 до 21 року. До впровадження цього закону були залучені 30 тис. офіцерів запасу. У Чехословаччині фізична підготовка здійснювалася у численних сокільських організаціях, в основі діяльності яких, згідно з вказівками керівництва «Сокола», було виховання солдат ще на етапі допризовної підготовки [154, 162].

У період між двома світовими війнами активізувались молодіжні рухи, пов'язані з військово-фізичною підготовкою. Наймасовішим був бойскаутський рух, який виник на початку ХХ ст. У період між двома світовими війнами було вдосконалено зміст та організаційну структуру цього руху, які передбачали не тільки фізичний гарт, а й світоглядний вплив. Перевагою скаутського руху було те, що його дія не припинялася із закінчення середньої школи, а охоплювала молодь до досягнення нею призовного віку.

Також завданням допризовної підготовки у 30-ті роки ХХ ст. була підпорядкована діяльність рекреаційного руху, особливо у країнах фашистського блоку. Там було створено організації подібні до бойскаутських, однак сутністю їх діяльності була саме військово-фізична підготовка. Виникли німецька, італійська, болгарська, угорська спортивно-мілітаризовані організації та іспанська молодіжна організація фалангістів.

Основою занять у цих організаціях була стрільба, вправи зі зброєю у природних умовах, а також спортивні змагання та військові ігри [148].

Отже, у період між першою та другою світовими війнами фізкультурно-спортивний рух, а також фізичне виховання в освітніх закладах у значній мірі були підпорядковані завданням військово-фізичної підготовки молоді. Особливо яскраво тенденції мілітаризації фізичного виховання проявилися у країнах, які програли у першій світовій війні, а потім утворили фашистський блок (Німеччина, Італія, Японія). Тут саме фізичне виховання та спортивно-гімнастичний рух відіграли вирішальну роль у підготовці молоді до нової світової війни.

Країни-переможці у першій світовій війні (США, Англія, Франція) також надавали великого значення фізичній культурі як засобу військово-фізичної підготовки та ідеологічного виховання молоді. Але, в цих країнах мілітаризація фізкультурно-спортивного руху здійснювалася в іншій формі, більше уваги приділялось спорту. Досить значним у справі допризовної підготовки молоді був вплив напіввійськових та рекреаційних організацій.

Після другої світової війни, розвиток фізичної культури визначався умовами, пов'язаними із створенням системи соціалістичних країн (до 90-х років ХХ ст.) і крахом колоніалізму. Розпад світу на різні суспільні системи і групи держав призвів до формування трьох напрямів у розвитку фізичної культури і спорту, а отже і різних підходів до військово-фізичної підготовки молоді.

У Німеччині, Італії, Японії були розформовані фашистські тоталітарні організації фізичного виховання молоді.

У капіталістичних країнах після другої світової війни збереглися фактори, які зазначили зріст ролі фізичної культури у житті суспільства. Але історична обстановка, яка склалась після розгрому фашизму, перемога демократичних сил визначили нові пріоритети її розвитку. Роз'єднались структури тоталітарного фізичного виховання та спорту, суттєво розвинувся самодіяльний спортивний рух. В одночас чітко окреслилась тенденція до

посилення втручання органів державни, політичних партій, монополій, суспільних та релігійних організацій у розповсюдженні фізичної культури і використання її у своїх інтересах, у тому числі, як засобу допризовної підготовки та ідеологічного впливу на молодь. Значно збільшився в основному у «холодної війни», впливу на діяльність спортивних організацій і фізичному вихованні у військових навчальних закладах [75, 292, 313, 314].

Приклад США дозволяє констатувати, що військові потреби, а саме військово-фізичної підготовки молоді продовжили визначати зміст та організаційно-методичні засади шкільного фізичного виховання. Так, у 1949-1950 рр. біля 9 млн. юнаків призовного віку у США були визнані фізично не здатними до військової служби. Як зауважують Н.Ю. Мельникова, О.В. Трескін (2013), Б.Р. Голощапов (2013), війни у Кореї (1950-1953) і у В'єтнамі (1964-1973) наочно продемонстрували низьку фізичну підготовленість американської молоді. У 1956 році президент Д. Ейзенхауер, а у 1961 році президент Д. Кеннеді, які особисто займались питанням фізичного розвитку американців, висловили занепокоєння з цього приводу і необхідність у прийнятті відповідних заходів. Була сформована Президентська рада з фізичної підготовки і спорту, яка стала одним з основних важелів національної компанії оздоровлення американської нації. Було запроваджене регулярне тестування всіх школярів США у віці 6-17 років за єдиною програмою: човниковий біг 3×30 футів, підтягування на перекладині, кількість згинань і розгинань тулуба за 1 хв., нахил вперед, сидячи на підлозі, біг на 1 милю (1609 м).

На той час у США були суттєві розбіжності у поглядах щодо організації фізичного виховання у державних і приватних навчальних закладах. У більшості початкових шкіл державного сектору не було достатньої кількості спортивних споруд. У багатьох державних школах уроки фізичної культури взагалі не проводились. Разом з тим, у більшості приватних шкіл були зали, басейни, спортивне обладнання та інвентар, заняття проводили кваліфіковані педагоги.

З часом ситуацію вдалося виправити. Кількість уроків фізичної культури була збільшена – 3-4 на тиждень і хоча єдиної програми для всіх шкіл США не існує, кожен штат і шкільний округ мають право розробляти власну програму. З 80-х років ХХ ст. велике розповсюдження отримали додаткові й факультативні заняття фізичними вправами і спортом, тобто позаурочні форми занять. Керує цією діяльністю Муніципальна рада внутрішкільного спорту, яка узгоджує свою роботу з місцевими радами, членами яких є батьки і вчителі. Професія вчителя фізичної культури або тренера у США стала престижною, а одним з найважливіших завдань фахівців є виховання у дітей розуміння важливості у регулярних заняттях фізичною культурою і спортом, оскільки це сприяє успішному просуванню у житті, досягненню успішної кар'єри та ін. [75, 179, 329].

У ФРН, Англії, Італії, Скандинавських країнах керівництво і робота з фізичного виховання і спорту у школах здійснюється державними установами(міністерство спорту, освіти та військового міністерства). У цих державах фізичне виховання у школах є обов'язковим предметом, кількість уроків на тиждень – 2-4. Основним методом є спортивно-ігровий, який у старших класах дозволяє досить ефективно вирішувати завдання військово-фізичної підготовки. У школах Швеції та Норвегії виділяють додатково один день на тиждень для проведення ігор і походів.

У ФРН з боку держави найбільшу увагу розвитку фізичної культури приділяли силові міністерства, а саме – Міністерство внутрішніх справ і Міністерство оборони, де були створені спеціальні підрозділи. Саме ці відділення здійснювали фінансування різноманітних заходів: наукові дослідження у сфері фізичної культури і спорту; проведення різноманітних спортивних змагань і наукових заходів (конференцій, конгресів); видавництво спеціальної літератури; підготовку кадрів; організація допризовної підготовки молоді у навчальних закладах та ін. [67, 75].

Посилилось державне управління сферою фізичної культури та спорту і у Франції, де у 1947 р. була створена Генеральна дирекція у справах молоді

та спорту. Цікавим є те, що очолював це державну установу фахівець у галузі військово-фізичної підготовки полковник Ганстан Ру. У 1958 р., коли президентом Франції був обраний генерал де Голль, який приділяв дуже багато уваги посиленню боєздатності французької армії, був створений верховній комісаріат у справах молоді та спорту, а першим комісаром був призначений відомий альпініст Морис Ерцог. У 1963 р. цей орган був перетворений у Державних комісаріат у справах молоді, спорту та активного дозвілля. До його функції входили: контроль за матеріально-технічною базою та підготовкою фахівців фізичного виховання та спорту; організація фізичного виховання школярів (у тому числі – військово-фізична підготовка); здійснення медичного контролю учнів; організація активного відпочинку дітей і молоді, таборів під час канікул та ін.

Підвищення значущості підготовки молоді у II період Новітнього часу обумовлене також появою нових держав, які змушені знаходитись у стані перманентних військових дій. Найбільш яскравим прикладом у цьому плані є Ізраїль, який був утворений в 1948 році. Відомо, що ізраїльська армія є однією з найбільш боєздатних в світі, що у значній мірі пояснюється наявністю у країні ефективних допризовних та резервістських системами. На думку експертів [49, 314], ці системи забезпечують високий рівень військово-прикладної та фізичної підготовленості чоловічого та жіночого населення Ізраїлю, оскільки за законами цієї країни більшість чоловіків і жінок різного віку повинні виконувати військові обов'язки. Саме тому Сили оборони Ізраїлю (COI) часто називають народними і відповідно вони мають назву «Цахал».

Аналіз літературних джерел свідчить, що створена у 1948 р. система допризовної підготовки приділяє велику увагу питанням допризовного навчання і виховання юнаків і дівчат. У країні створена та ефективно функціонує молодіжна воєнізована структура «Гадна» або «Корпус молоді». Основним завданням цієї організації є допризовна військово-фізична підготовка. Такий підхід до військово-патріотичного виховання молоді

дозволяє суспільству якісно вирішувати одне з найголовніших завдань виховання й навчання підростаючого покоління, надає можливість молоді не тільки краще підготувати себе до військової служби, але й визначити місце і рівень власної відповідальності перед державою. Про це свідчить і те, що окрім провідних положень військово-професійної діяльності, фізичної та психологічної підготовки ізраїльська молодь докладно вивчає основи державної політики та її перспективи [49, 206].

В Ізраїлі щорічно проводиться велика кількість заходів військово-патріотичної спрямованості, у яких приймає участь більше 100 тис. юнаків і дівчат. Ці заходи включають підготовку та участь молоді у різних військово-спортивних змаганнях, воєнізованих конкурсах, табірних зборах і навчаннях з основ військово-прикладної, фізичної й гірської підготовки, організації польових виходів та ін.

У таких заходах також приймають участь єврейські юнаки і дівчата, які раніше проживали в інших країнах, що дозволяє їм готувати себе не тільки до військової служби, але й швидше адаптуватися до умов перебування в Ізраїлі.

В умовах табірних зборів викладаються заняття з фізичної підготовки, ознайомлення з тактичними діями військ та військовими спеціальностями. Приділяється увага першочерговим діям, пов'язаним із загрозою застосування зброї масового знищення.

Формами військово-фізичної підготовки в умовах табірних зборів є: ранкова фізична зарядка (30-45хв.); фізична підготовка у вигляді тренування (1-1,5 год.); заняття з медичної підготовки (програма розрахована на 60 год.); польові виходи, навчання на місцевості, марш-кидки.

У процесі допризовної підготовки значна увага приділяється створенню навичок бойової взаємодії підрозділів (бойові стрільби, тактичні завдання в умовах польових навчань та ін.).

Найважливіший етап допризовної підготовки відбувається у таборі під керівництвом офіцерів, з якими моделюються реальні умови бойових дій,

що дозволяє призовникам досягти високого рівня військово-прикладної, фізичної, психологічної підготовленості [49].

Таким чином, у II період Новітнього часу, за нових умов економічного, політичного, культурного розвитку світового суспільства зберігаються фактори зростання суспільної значущості фізичної культури, а також, такої її складової, як військово-фізична підготовка. Звичайними рисами допризовної підготовки молоді другої половині XX ст. є: посилення державного керівництва військово-фізичною підготовкою молоді, створення державних структур управління (Президентська рада з фізичної підготовки та спорту (США), державний комісаріат у справах молоді, спорту та активного дозвілля (Франція) та ін.); взаємодія військових міністерств з іншими державними структурами з питань військово-фізичної підготовки підлітків та юнаків; переважання спортивно-ігрового методу в процесі військово-фізичної підготовки; підвищення суспільної значущості прикладних організацій, які здійснюють військово-патріотичне виховання (скаутські, клерикальні спортивні організації (католицькі-християнські організації, «Маккабі» та ін.); воєнізовані молодіжні структури («Гадна» в Ізраїлі); вдосконалення організаційно-методичних принципів допризовної військової підготовки молоді; задіяння до військово-фізичної підготовки не тільки юнаків, але й дівчат.

3.6 Система підготовки воїнів в Україні на різних історичних етапах

Протягом тисячоліть на теренах сучасної України виникали, розвивались і припиняли своє існування різні спільноти людей (трипільці, кіммерійці, скіфи, сармати та ін).

В добу палеоліту (35-10 тис. років тому) з'явився рід, як форма колективного співжиття людей, сформувались основи релігійних вірувань,

первісного мистецтва тощо. Головними напрямками трудової діяльності були полювання, збиральництво та рибальство [221, 222, 238].

Наприкінці пізнього палеоліту було винайдено лук і стріли, що якісно змінило способи ведення полювання, а отже і підготовку до нього.

А.В. Цьось констатує [332], що в період пізнього палеоліту й початку мезоліту (10-8 тис. років тому) фізичні вправи почали відділятися від трудових дій, що й призвело до появи фізичного виховання як окремого виду діяльності на теренах України. Основними причинами, які спричинили виникнення цієї нової галузі суспільної практики, на думку вченого були:

1. Біологічна потреба людини в руховій активності.
2. Умови життя давніх людей.
3. Підвищення свідомості давніх людей.
4. Розвиток магічних обрядів і вірувань.

Суттєвий слід в культурі праслов'ян залишили племена трипільців, які жили на теренах України в епоху міді (4000-2000 р. до н. е.). Це господарство було прогресивним для тих часів, вони були обізнані з мисливством, землеробством, рибальством, скотарством. Трипільці мали поселення переважно на відкритих місцях, що вказує на їх мирний і осілий побут, що є свідченням того, що цілеспрямованої військово-фізичної підготовки у спільнотах людей, що проживали на цих територіях до епохи бронзи не існувало.

Після епохи міді в історії людства настає бронзовий вік (друга половина III – початок I тис. до н.е.), під час якої поширилася виробництво бронзи, які були значно кращими для виготовлення зброї та інших засобів для існування.

В епоху бронзового віку складається низка культур, носіями яких були різні за розвитком та етнічною належністю племена. Поступова зміна способу та умов життя сприяла переосмисленню ідеалів, світоглядних орієнтацій населення. Військова загроза сприяла розвитку якісно нових рухових умінь та фізичних вправ. Для захисту власних інтересів і майна та

завоювання чужих земель усе більшу вагу набуває військово-фізична підготовка. Зміст фізичного виховання в цей період почав визначатися способом життя тваринників і тактичними потребами легкої кінноти. На перший план вийшли верхова їзда, загартування, стрільба з лука й полювання верхи на коні. Вимоги до військово-фізичної підготовки в епоху бронзи постійно зростали і одночасно набули демонстраційного характеру. Підготовка до церемонії посвяти у воїни стала загальноприйнятною, у межах якої на перший план виступає суперництво на зразок змагання. У змісті посвят переважали фізичні вправи, що сприяли формуванню рухових умінь і навичок, характерних для бойової підготовки [154, 332].

В період переходу від бронзи до заліза (початок I тис. до н. е.) відбулися певні перетворення, виникли племінні союзи та перші рабовласницькі держави. У IX ст. до н. е. – IV ст. н. е. на півдні сучасної території України проживали кіммерійці, скіфи та сармати. Кіммерійці – це перший народ, що жив на теренах України, маючи власну назву. Відомості про нього, та про особливості фізичної культури знаходимо у грецьких міфах і поемах Гомера (зокрема, в «Одіссей»). Велику роль в житті кіммерійців відігравала війна, що призвело до того, що у культурі кіммерійців дуже високо цінувались фізичні можливості, які передусім розуміли як уміння людини володіти зброєю. У зв'язку з цим великого поширення набули різноманітні вправи зі зброєю, стрільба з лука. Суворий військовий побут ставив вимоги до фізичної підготовки кіммерійців, зокрема до розвитку швидкості, спритності, сили [11].

Провідну роль відігравало конярство, яке не лише забезпечувало пересування воїнів і пастухів, а й давало значну частину продуктів харчування. Майже в усіх захороненнях, навіть у дитячих, археологи знаходять уздечки для коней. Тому основою військово-фізичної підготовки дітей і молоді була їзда верхи, вправи на коні, приручення і заарканування коней [13, 81, 332].

До обов'язкових занять належало полювання. Часто прийоми, які використовували на полюванні, застосовувались і під час бою. Діти й молодь постійно тренували свої вміння в боротьбі, військових танцях [208].

Невдалі війни кіммерійців зі скіфами призвели до втрати самобутності, кіммерійці потрапили під вплив скіфів і асимілювались серед них. Але традиції їхньої культури, військового мистецтва зберігалися ще кілька наступних століть.

Скіфи у I тис. до н. е. утворили велику державу від Дністра до Дону. На чолі стояла орда царських скіфів, що мали значні військові сили. Племена скіфів-кочівників та скіфів-землеробів жили у пониззі Дніпра. До складу Скіфії входили також скіфи-орачі, що жили між Дніпром та Дністром [201].

Скіфи мали дуже сильну військову організацію. Воїнами були всі дорослі чоловіки та значна частина жінок. Як зазначають М.І. Артамонов [12], А.М. Хазанов [325], А.В. Цьось [332], у скіфів не було спеціально навченої, одноманітно спорядженої регулярної армії. Їх збройні сили складалися з ополчення рядових скіфів і дружин знатних воїнів. Водночас, завдяки високій індивідуальній фізичній та військовій підготовленості, відмінним володінням мистецтвом верхової їзди та стрільби з лука, надзвичайній войовничості, хоробрості й витривалості, скіфи перемогли перського царя Дарія I, підкорили причорноморські племена, здійснювали часті набіги на фракійців, що проживали за Дунаєм.

Суворий спосіб життя, постійні війни і військові походи призвели до того, що увесь побут скіфів був перейнятий виконанням фізичних вправ, ігор і змагань. Великого розповсюдження набуває полювання. Найбільш поширеною формою змагань без зброї була боротьба. У скіфів існували щорічні свята і змагання. Таким святом було поклоніння богу війни Аресу. Важливе значення мала ритуальна стрільба з лука, як акт відлякування злих сил [31].

Наприкінці III ст. до н. е. під тиском сарматів скіфи відійшли на південь і зосередились в Криму, за Дунаєм та в Нижньому Подніпров'ї. На

інших просторах Причорномор'я встановилося панування сарматів, яке охоплювало час від II ст. до н. е. до IV ст. н. е. [332].

Великого значення в житті сарматів під час їхнього просування зі степів Поволжя і Приуралля на захід мала кіннота. Вона сприяла вдосконаленню організації війська, тактики і зброї. Кінні рухомі загони склалися з легкоозброєних лучників.

Обов'язковим для молоді було досконале володіння всіма видами зброї, особливо луком, мечем та списом. Прикладне значення мало полювання, під час якого молодь перебувала в умовах максимально наближених до бойових.

Із дитинства сармати привчались до верхової їзди, якою майстерно володіли. Як зазначає В.Д. Блаватський [33], розведення, об'їждання коней, верхова їзда були в основі бойової виучки сарматів. Військовою справою займалися не лише чоловіки, а й жінки. Вони їздили верхи на полювання, ходили на війну, носили чоловічий одяг і жодна з дівчат не виходила заміж, доки не вб'є ворога. Зрозуміло, що досягти такого високого рівня військової майстерності можна лише систематичним тренуванням.

Отже, у кочових племен (кіммерійців, скіфів, сарматів) основним видом виховання було військово-фізичне, яке було спрямоване на розвиток сильного, спритного, витривалого і вправного воїна-вершника.

У ті ж часи (VII ст. до н. е. - III ст. н. е.) відбувалася Велика грецька колонізація Північного Причорномор'я, яка сприяла поширенню давньо-грецьких традицій (у тому числі – у сфері військово-фізичної підготовки) [70, 197, 284]. За час свого існування античні поліси досягли значного розвитку в матеріальному виробництві, містобудуванні, культурі та мистецтві. Досягнення античних держав Північного Причорномор'я здійснили великий вплив на наступні покоління інших народів, які проживали на теренах України. Риси античної культури простежуються у побуті й культурі слов'ян майже до часів Київської Русі.

Найбільшими античними полісами були: Ольвія (близько Миколаєва), Херсонес (в межах сучасного Севастополя), Тіра (в межах Білгород-Дністровського), також міста Боспорського царства. Пантікапей (в межах Керчі), Горгіпп (в межах Анапи), Танаїс (в Ростовській області). Навколишнє оточення та умови за яких існували давньогрецькі міста, сприяли формуванню своєрідної культури, невід'ємною частиною якої було гімнастичне виховання і атлетика.

Фізичне виховання було невід'ємною частиною освіти громадян причорноморських міст. Дуже важливим було військово-фізичне виховання, так як у містах не було професійного війська.

Античні держави Північного Причорномор'я внесли великий вклад в історію військового мистецтва. Військова справа, перенесена на береги Понту з архаїчної Греції, збагатилася досвідом місцевих племен. Це цілком закономірний процес, від якого значною мірою залежало існування грецьких полісів серед войовничих племен. Крім того, греки, котрі переселились у Північне Причорномор'я, використовували найновіші досягнення, якими збагачувалися військово мистецтво античних держав Середземномор'я [13, 70, 332].

Зросла роль держави в організації армії. Весь спосіб життя набув воєнізованого характеру. Легка піхота ще зберігає своє значення. Але водночас впроваджується важка кіннота – катафракторії, які відігравали значну роль на всіх етапах бою і стали вирішальною силою боспорського війська. Військова справа Боспору зазнала сарматського впливу місцевих племен, який проявився в застосуванні сарматської тактики й зброї. Союзники з місцевих племен, що склали переважно легку кінноту, залучалися рідко, відомості про тогочасних найманців відсутні. Роль кінноти зросла й у війську Ольвії.

Зважаючи на умови життя, дітей і молодь привчали до систематичного виконання військових вправ. Верховна їзда, боротьба,

володіння різними видами зброї були основною військово-фізичної підготовки молоді.

В Ольвії, Херсонесі щороку відбувалися військові змагання, пов'язані з переходом юнаків у статус громадян. Ці змагання мали назву «Готовність мужів до бою» і нагадували реальні бойові дії [198].

Фізичне виховання, складовою частиною якого була військово-фізична підготовка, здійснювалось у спеціальних закладах, гімназіях. Вони існували у всіх полісах. За фізичну підготовку відповідали навмисно обрані особи (гімнастархи, педотриби та космети). Ці посади були особливо престижними, на них обиралися найдостойніші, найдосвідченіші громадяни. Рівень цієї підготовки перевірявся в процесі участі в атлетичних змаганнях, які протягом тисячоліття проводились у причорноморських полісах. Найвідомішими були ігри на честь Ахілла в Ольвії. Високий рівень розвитку фізичного виховання та агоністики надавав змогу атлетам причорноморських полісів брати участь у загальногрецьких іграх (Дельфійських, Немейських, Олімпійських іграх).

У той час, коли на сході та півдні теренів України вирувало кочове життя, на півночі (сучасна Галичина, Волинь, Полісся, Київщина, Чернігівщина) – упродовж двох тисячоліть формувалися слов'янські племена. Найдавніший, праслов'янський етап етногенезу слов'ян завершився наприкінці I тис. до н. е.

Уже тоді сформувалася основа слов'янської мовної системи. Із початку н. е. розпочався новий етап у розвитку етногенезу слов'ян – давньослов'янський, який тривав до III-IV ст. н. е. [80, 335].

До найдавніших археологічних культур слов'ян належать зарубинецька, черняхівська та київська. Носіями цих культур були землеробсько-скотарські племена. Значну роль відіграло мисливство й рибальство.

До VI-VII ст. н. е. наші прашури жили в умовах родових відносин. Роди, або племена мали спільне майно, ловецькі простори, стада худоби,

вели спільне господарство під керівництвом старшини. На час війни члени роду виступали як один бойовий загін [325].

Територія України розташована у сприятливих клімато-географічних умовах, тому з найдавніших часів виникла потреба захисту цієї землі від різноманітних загарбників. Між слов'янськими племенами також виникали конфлікти, які часто вирішували за допомогою зброї. У таких умовах важливе значення мала військово-фізична підготовка молоді, яка забезпечувала виживання племен у тодішніх умовах. Високий розвиток фізичних і вольових якостей, досконале володіння зброєю, бійцівські навички були основою у вихованні дітей і молоді.

Як свідчать результати досліджень, слов'яни найчастіше використовували спис, сокиру, лук і стріли, праці, короткий ніж, а пізніше – меч [56, 332]. Фізична загартованість і військове мистецтво слов'ян розвивалися завдяки цілеспрямованій і систематичній підготовці. Основа цієї військово-фізичної підготовки – самобутні засоби й форми фізичного виховання, що органічно поєднувалися з повсякденною працею.

На думку Є.Н. Приступи (1996), у давніх слов'ян існувала певна система військово-фізичної підготовки молоді, яка включала певні обряди у відповідній послідовності, а саме:

- обряд народження;
- постриги;
- посвята у воїни (ініціація);
- тризна.

Дітей до семи років виховувала мати, а потім ця роль відводилася старійшинам або найдосвідченішим членами роду. Молодь проходила спеціальну підготовку (в громаді, у лісовому будинку), засновану на народних елементах фізичної культури та всіляких обмеження (у їжі, спілкуванні та ін.). Кожен етап підготовки закінчувався ініціацією – ритуалом посвяти у наступну вікову групу або стан [237, 332].

Ініціація передбачала різноманітні обрядові дійства, характерні (специфічні) для кожної події (народження дитини, перехід від материнського виховання в наступну групу, прийом у члени військової організації). Цикл обрядодійств ініціації мав, у першу чергу, виховний характер і передбачав у попередній підготовці, наприклад юнаків, такі елементи:

1. Тривалу ізоляцію від родини і зближення з дорослими чоловіками.
2. Тренування. Розвиток фізичних якостей.
3. Оволодіння технікою використання зброї.
4. Загартування і виховання здатності долати негоди через різні харчові обмеження, суворі моральні і фізичні випробування.
5. Виховання дисциплінованості, безумовного підпорядкування старшим, збереження звичаїв, родової моралі [238, 335].

Головним і найпочеснішим заняттям молодих слов'ян була війна. У давнину ініціаційні чоловічі союзи молодих воїнів слов'янських народів нерідко становили наймобільнішу військову силу племені. Потім на основі цих союзів у давніх слов'ян виникли князівські дружини [24].

На межі VIII-XI ст. унаслідок об'єднання східних слов'ян утворилася одна з найбільших держав середньовічної Європи – Київська Русь. Як єдина держава Київська Русь існувала до середини XII ст. і охоплювала територію від Балтики до Чорного моря і від Закарпаття до Волго-Окського межиріччя. Тут ще з часів військової демократії (період родових відносин) збереглися звичаї виховання дітей, продовжили побутування обряди і ритуали, що склали певну систему підготовки людини до виконання військових обов'язків [82].

Як зазначають Є.Н. Приступа, Я.В. Тимчак, Л.О. Мазур, Н.А. Дедулюк, А.В. Цьось, у Київській Русі існувала вікова диференціація молоді, покладена в основу військово-фізичної підготовки:

- в три роки хлопця саджають на коня і цей обряд називали «постриги»;
- у сім років хлопчик переходить від материнського виховання під нагляд чоловіків (батька або старійшини роду). Починається навчання грамоті, стрільбі з лука, володіння списом, арканом, їзді верхи;
- у 12 років хлопчик вважається напівдорослим юнаком і до його навчання залучають «військові хитрощі»;
- в 17-річному віці юнак вважається дорослим і змузнілим.

У кожній віковій групі здійснювалася певна підготовка, яка завершувалася «ініціацією» (посвятою в наступну).

Таким чином, до військового життя (хоча постійної армії ще не існувало) готували з дитинства. Так, Володимир Мономах в 13 років вже ходив на лови, Данило Галицький ще хлопчиком володів мечем [201, 332].

Початковими ланками традиційних народно-побутових видів військово-фізичної підготовки була сім'я та рід, де відповідальність за виховання майбутнього воїна покладалася на батька, чоловіків-членів родини (старших братів, тощо), старшин роду. Так передавалися родинні традиції від батьків дітям. Особлива роль у цьому процесі відводилась старійшинам роду або найдосвідченішим його членам, нерідко спеціально призначеним вчителям, що займалися з групами дітей, підлітків, юнаків. Виховання юнаків здійснювалось і у спеціально організованих «домах молоді», або «мужських домах». Відомо, що серед громадських утворень існували «лісові школи», які діяли у межах чоловічих військових союзів. Там відбувалися ініціаційні «посвяти» молоді, під час яких основна увага приділялась фізичній підготовці [82, 235, 336, 332].

Для створення повноцінного народного ополчення серед населення існувало так зване «наставництво». Приватні вчителі з'являються спочатку в князівсько-боярському середовищі, а згодом і серед інших заможних верств населення.

Найважливішими вміннями, якими повинен був оволодіти воїн були: їзда верхи, веслування, боротьба, плавання, володіння різними видами зброї.

На початку IX століття в Київській Русі зароджується професійна військова організація «Дружина князя», що складалась з трьох підрозділів: а) найбільш знатні, досвідчені воїни – верхівка княжої влади; б) молоді воїни – «отроки»; в) власне воїни, які до половини VII ст. були головною княжою силою.

Військово-фізична підготовка у княжій дружині, була доволі спеціалізованою, враховувала рід війська, його цільове призначення, специфіку озброєння тощо. Важливими засобами у підготовці воїна були природні фактори загартовування, а також ігри військового спрямування («гра у війну», «боротьба родів» та ін.) військові танці, їзда верхи, вправи зі зброєю, метання спису, стрільба з лука, фехтування на мечех, змагальні вправи, боротьба, бої навкулачки, фехтування, природні локомоції (ходьба, біг, стрибки, плавання), фізичні вправи із застосуванням засобів пересування (човни, лижі), полювання, військові походи (рис. 3.5.)

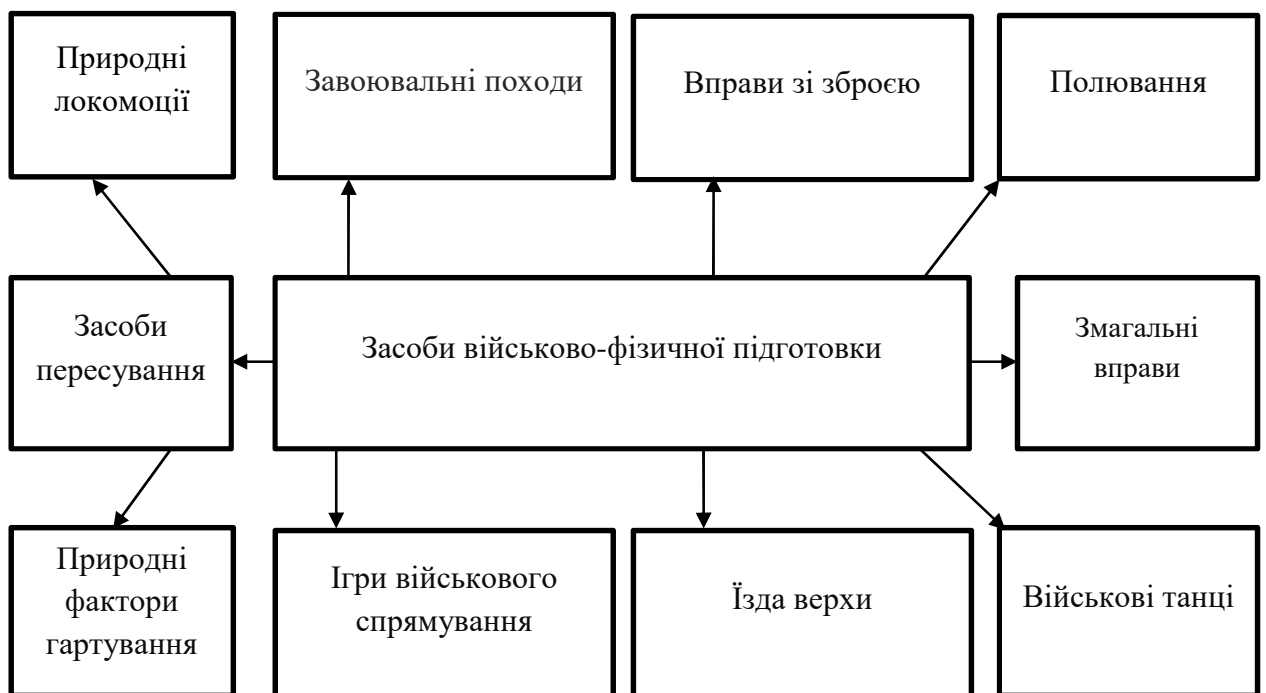


Рис. 3.5. Засоби військово-фізичної підготовки у Київській Русі

Постійні війни з сусідами та внутрішні конфлікти ставили русичів в умови постійної боротьби за існування, тому фізичне виховання посідало

вагоме місце у військово-прикладній підготовці. В ньому переважало досконале володіння зброєю, кінна виїздка, вміння ловити й дресирувати коней, полювання тощо. Досить популярними були ігри військового спрямування («Руські ігрища», змагання – «потіхи», лицарські турніри). У дружині князя налічувалось 3-4 тис. дружинників, а чотирьохтисячне військо було потужною армією. Тому військово-фізична досконалість кожного воїна відігравала надзвичайну роль.

Своєрідна система військово-фізичної підготовки населення у Київській Русі реалізовувалася у таких формах [82, 239, 320]:

- фізичне виховання в родині (сім'ї);
- військово-фізичне виховання у побуті (парубочі й дівчачі громади);
- військово-фізичне виховання у княжому війську (княжа дружина, народне ополчення);
- військово-фізичне виховання у культових і навчальних закладах (церкви, монастирі, школи).

Отже, військово-фізична в Київській Русі спрямовувалася на формування необхідних у військовій справі рухових умінь та навичок, техніко-тактичних дій, розвиток фізичних та вольових якостей, підвищення функціональних можливостей організму, оволодіння певною сукупністю спеціальних знань, що забезпечували готовність до військової служби та високий рівень боєздатності.

Внаслідок постійної боротьби українського народу проти татар і турків, польських та литовських загарбників, а також втечі селян і міської бідноти з Галичини, Волині, Поділля, Полісся, Побужжя від феодального, національного і релігійного гноблення у XVI ст., виникло вільне озброєне населення – козацтво.

Запорізька Січ з перших років свого існування вела безперервну збройну боротьбу із загарбниками. Такі специфічні умови існування призвели до того, що запорізьке козацтво в короткий історичний термін

виробило одну з найефективніших на той час систем військово-фізичної підготовки [10, 19, 112].

У першій половині XVII століття, козацтво піднялось до рівня кращих європейських армій, а своєю активною наступальною тактикою переважало феодалні армії Європи. Запорізьку піхоту вважали найкращою в Європі, вона ушавилася штурмами фортець та своєрідною тактикою оборонних дій у таборі. Кіннота була менш численною, але відзначалася військовою майстерністю [320, 332].

Переважну більшість запорізького війська складали прості українські селяни, що не мали військового досвіду. Тому для ефективного поповнення війська запорізького необхідний був процес постійного військово-фізичного виховання всього народу.

У часи козацької доби побут українців був насичений народними рухливими іграми, різновидами народної боротьби, боями навкулачки та ін., що сприяло розвитку необхідних фізичних якостей і формування на цій основі міцних захисників батьківщини. Відповідальність за виховання юнаків ніс батько (це була перша ступінь підготовки майбутнього козака) [201, 320].

Як вже відмічалось, перебуваючи в стані безперервних воїн Запорізька Січ потребувала постійного поповнення своїх лав. Тому в Січі були вироблені певні критерії відбору до козаків. Як підкреслює у своїй праці Д.І. Яворницький [345], доступ на Січ був за таких умов:

- бути вільною і не одруженою людиною;
- розмовляти українською мовою;
- сповідати православну віру;
- пройти повне навчання.

Отже, чітких критеріїв відбору козаків не було, але існувала певна система підготовки, яка слугувала військово-фізичній підготовці населення. У втіленні фізичної культури в побут українського народу, в збагаченні її форм і методів відігравали важливу роль такі елементи існуючої на той час

системи, як школи, парубоцькі громади, мандрівні борці, «вулиця», чумакування та інші.

Другий ступінь козацького виховання був родинно-шкільним. В період Козаччини школи створювалися у кожному населеному пункті одночасно з його заснуванням. Козацькі школи створювалися при церквах. Всього у 1740- 1746 рр. в межах вільностей Запорізької Січі було 866 шкіл, що свідчить про дуже високий освітній рівень козацтва [120, 345].

У школах за часів козацтва існувало безліч звичаїв, котрі формували побут школярів і обов'язковим елементом мали змагальні фізичні вправи та рухливі ігри. Цікаво і насичено проходили свята переходу учня до наступного класу.

Особливе місце займала січова школа, яка існувала при церкві святої Покрови (берегині козаків) на території Запорізької Січі. У 1768 році, згідно даних Д.І. Яворницького (1990), налічувалось 44 таких школи. Січові школи, ґрунтуючись на національних традиціях народу, були своєрідними військово-освітнянськими навчально-виховними закладами, де реалізувалась прогресивна європейська ідея гармонійного розвитку особистості.

Школа існувала під безпосереднім приводом козацької старшини. В ній поруч з вправами з оволодіння вогнепальною зброєю застосовувались спеціальні фізичні вправи для вдосконалення техніки їзди верхи, володіння холодною зброєю (шабля, спис, бойові молоти), веслування, плавання тощо.

В січовій школі гарно поєднувалися складові фізичного гарту з військовим навчанням. Велика увага приділялась загальноосвітній стороні підготовки майбутніх козаків-лицарів. Навчання мало специфічний термін навчання і було безкоштовним.

Важливу роль у військово-фізичній підготовці молоді відігравали «парубоцькі громади», своєрідне об'єднання неодружених юнаків. Їх соціальна функція це організація молоді з метою духовного, морального і фізичного виховання. Тут здійснювалися практично всі заходи з фізичного

вдосконалення молоді. Під час народних свят і зібрань застосовувались рухливі ігри, різновиди народної боротьби, танці, перегони і скачки.

Традиційною формою виховання молоді в побутових умовах українського села, за свідченням С.М. Філя, О.М. Худолія, Г.В. Малки (2003), була «вулиця» («вечорниці», «досвітки» тощо). «Вулиця» була своєрідною формою традиційних розваг української молоді. Її змістом були танці під музику, пісні, хороводи, рухливі ігри, боротьба, змагальні вправи («хто швидше пробіжить або пропливе», «хто далі кине», перетягування линви та ін.). Зібрання «вулиці» починалося від великодніх свят і тривали все літо до 14 вересня у задалегідь призначеному місці.

До народних методів організації військово-фізичної підготовки (крім родини, школи, громади) слід віднести *народні воєнізовані формування*. Вони могли бути тимчасовими, стихійними (під час повстань) або тривалими і постійними (гайдамаки, опришки).

Існував ще один давній спосіб збереження військових традицій – «школа джура», як неформальний спосіб передачі знань, військового досвіду та особливостей підготовки козаків. Як зазначає Є.Н. Приступа, В.С. Пилат [238], у кожного статечного запоріжця був джура, який був не просто прислугою, а помічником. Джури чистили зброю, їздили разом із своїм наставником у похід, вчилися у козаків військової майстерності. Хто до військової справи не підходив, того відсилали із Січі. Вивчившись у досвідчених вояків військовій справі, джури, діждавшись парубочих літ, ставали найвидатнішими запорізькими козаками.

За свідченням Г. Боплана [37], до козаків приймався лише той, хто знаходився там певний час і здійснив хоча б один морський похід. Не всім вдавалося стати козаками. Молодь спочатку проходила сувору школу фізичного випробовування. В згадуваннях козацького побуту наголошено, що кожен десятник, крім десяти товаришів, мав під наглядом до 50 юнаків, яких готував до козацтва.

Важливе місце приділялось вмінню плавати, веслувати, добре маскуватись. За різними свідченнями претендент мусив пропливти всі пороги Дніпра, пройти семирічну підготовку, здійснити один морський похід [10, 37, 332, 345].

Військово-фізична підготовка запоріжців виступала як педагогічна структура, яку складали:

а) початковий відбір, де переважає рівень розвитку фізичних і моральних якостей;

б) традиційно народний здоровий спосіб життя з чітко окресленими звичаями (поміркваність харчування, пости), використання оздоровчих сил природи (водні процедури, сон на повітрі та ін.);

в) національні за своїм змістом специфічні засоби та методи військово-фізичної підготовки (герці, народні види боротьби, двобої навкулачки, бойовий гопак та ін.).

В системі фізичного тренування козаків переважали ігрові та змагальні форми рухових дій, що часто поєднувалися з піснями або музикою.

Пріоритетне місце в спеціальній підготовці козаків надавалось:

- цілеспрямованому розвитку рухових якостей;
- вдосконаленню навичок у плаванні, пірнанні, бігу, їзди верхи;
- володінню різними видами зброї, засобами пересування (віз, човен, галера тощо).

Головним у розвитку системи фізичного виховання козаків слід віднести оволодіння бойовим танцем, «Гопаком». Головним здобутком Запорізької Січі була реалізація принципу гармонійного виховання людини. Це дуже помітно в структурі січової школи, де поруч із загальноосвітніми предметами багато уваги приділялося психофізичному вдосконаленню майбутніх козаків.

Після історичної події – возз'єднання України з Росією (1654 р.) почались зворотні процеси у фізичній культурі українців. У 1709 р. скасовуються всі вільності козаків. Поступово зменшується кількість шкіл і

починається епоха ліквідації парубоцьких громад та інших осередків військово-фізичної підготовки. Завершенням, так званою «Руїною» було виселення запорожців на Кубань (1775 р.). Але, не зважаючи на постійні утиски з боку польських магнатів, царського уряду, український народ зберіг традиції народної фізичної культури.

3.7. Аналіз посткомуністичних принципів фізичної підготовки воїнів та їх еволюція після здобуття незалежності України

У сучасних умовах модернізації українського суспільства одним із стратегічних завдань є інтеграція виховних сил суспільства з метою всебічного розвитку особистості, становлення її фізичного і морального здоров'я, здатності адаптуватися до динамічних соціо-культурних, економічних, політичних умов життя і гідного вдосконалення одного з найважливіших обов'язків громадянина – бути патріотом, готовим до захисту Вітчизни. Сьогодні спостерігається значний інтерес з боку державних органів і суспільства до проблеми патріотичного виховання і фізичної підготовки молоді до виконання військового обов'язку.

Військово-патріотичне виховання (складовою частиною якого є військово-фізична підготовка) передбачає формування мілітарної культури, заснованої на єдності загальнолюдських цінностей, національних військових традицій і цивільного, зокрема, педагогічного обґрунтування складових цієї культури усвідомлення потреби у військовому захисті нації та життєвих інтересів України; переконання в необхідності постійної готовності до її захисту, почуття відповідальності за безпеку держави [115].

Слід зазначити, що питання військово-фізичної допризовної підготовки молоді вимагає постійного звернення до нормативно-правової бази проблеми військово-патріотичного виховання молоді, яку становлять: Конституція України [129], Закон України «Про військовий обов'язок і військову службу» [99], Указ президента України «Про концепцію

допризовної підготовки і військово-патріотичного виховання молоді [250] та ін.

Існує безпосередній зв'язок військово-патріотичного і фізичного виховання молоді, що визначено метою національного виховання: «Головна мета національного виховання – набуття молодим поколінням соціального досвіду, успадкування духовних надбань українського народу, досягнення високої культури міжнаціональних взаємин, формування у молоді незалежно від національної приналежності особистісних рис громадян Української держави, розвиненої духовності, фізичної досконалості, моральної, художньо-естетичної, правової, трудової, екологічної культури» [183,319].

Причинами занепаду у сучасному суспільстві та системі освіти патріотичного та його складової – військово-патріотичного виховання української молоді є відсутність обґрунтування національної ідеї вироблення державно-зорієнтованої моделі патріотизму, повільний перехід від авторитарного стилю виховання до демократичного, особистісно зорієнтованого. В умовах нестабільного політичного, соціально-економічного стану в державі названі педагогічні прорахунки породжують у молоді протест і протидію, нігілізм і відчуження, а то й небажання виконувати свій військовий обов'язок перед Вітчизною. Таким чином, очевидною є актуальність у суспільстві проблеми оборонної стратегії, яку частково може вирішити освіта, оскільки перспективні завдання зміцнення обороноздатності армії неможливо вирішувати без освіченої, патріотично налаштованої молоді, готової до захисту Вітчизни [44, 114].

Шляхи вирішення цієї проблеми значною мірою висвітлені у «Концепції допризовної підготовки і військово-патріотичного виховання молоді» [250], основними положеннями якої є наступні.

Метою концепції є: визначення основних напрямів удосконалення допризовної підготовки і військово-патріотичного виховання молоді; забезпечення єдності навчання, виховання, розвитку і психологічної підготовки молоді до захисту Вітчизни; вироблення єдиних поглядів на

проблему виховання патріота і громадянина; удосконалення педагогічних форм і методів навчання молоді основ військової справи; узгодження дій міністерств, інших центральних та місцевих органів виконавчої влади, органів місцевого самоврядування щодо цілеспрямованої підготовки молоді до захисту Вітчизни; створення системи шефських зв'язків військових частин і вищих військових навчальних закладів з навчальними закладами, в яких проводиться допризовна підготовка, взаємодії з ветеранськими та іншими громадськими організаціями патріотичного спрямування.

У концепції визначені *принципи* допризовної підготовки і військово-патріотичного виховання молоді, а саме: державної спрямованості, науковості; пріоритету гуманістичних і демократичних цінностей, поваги до конституційних прав і свобод людини і громадянина; виховання молоді на патріотичних, історичних та бойових традиціях українського народу; взаємозалежність та узгодженість змісту, форм і методів допризовної підготовки та виховної роботи.

Також у документі висвітлені: основи організації допризовної підготовки і військово-патріотичного виховання молоді; кадрове забезпечення і навчально-матеріальна база допризовної підготовки підростаючого покоління [250].

Значну роль у реалізації основних положень «Концепції допризовної підготовки і військово-патріотичного виховання молоді» відіграють освітні установи (загальноосвітні школи і вищі навчальні заклади).

Так, у загальноосвітніх школах обов'язковим предметом для вивчення у старших класах є «Захист Вітчизни», головною метою якого є виховання в учнів патріотизму, готовності й бажання отримувати військову професію й сформувані готовність до військової служби, захисту Вітчизни та дій у надзвичайних ситуаціях [103].

Згідно з вимогам Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти, предмет «Захист Вітчизни» вивчається за трьома змістовними лініями: основи військової справи та військово-патріотичне

виховання; основи попередження й захисту в надзвичайних ситуаціях; основи медичних знань, надання першої допомоги [103].

У навчальній програмі з предмета «Захист Вітчизни» зазначено, що його вивчення юнаками і дівчатами проводиться окремо. Навчальний предмет при цьому в обох випадках має назву «Захист Вітчизни» з уточненням для дівчат – «Основи медичних знань».

Предмет «Захист Вітчизни» викладається протягом двох періодів – у 10 і 11 класах під час навчального року та під час навчально-польових зборів (занять у лікувально-оздоровчому закладі). Згідно з навчальною програмою юнаків вивчають такі розділи: Збройні сили України та Захист Вітчизни; міжнародне гуманітарне право; тактична підготовка; вогнева підготовка; статут Збройних сил України; стройова підготовка; військова топографія; прикладна фізична підготовка; військово-медична підготовка; основи цивільного захисту.

Дівчата вивчають наступні розділи: основи цивільного захисту; міжнародне гуманітарне право про захист цивільного населення; основи медичних знань і допомоги; перша медична допомога у надзвичайних ситуаціях; перша медична допомога хворим та догляд за хворими [103, 319].

З метою практичного закріплення знань, умінь та навичок учнів наприкінці навчального року проводяться навчально-польові заняття (збори), в тому числі з використанням навчально-методичної бази військових частин, відповідних кафедр вищих навчальних закладів, військових комісаріатів, обороно-спортивних, військового оздоровчих таборів, центрів допризовної підготовки тощо. О.І. Остапенко, М.Д. Зубалій [196], зазначають, що найважливішими умовами ефективного проведення навчально-виховної роботи з допризовної підготовки з учнями старших класів є:

- утвердження в свідомості учнівської молоді об'єктивної оцінки ролі українського війська в українській історії, спадкоємності розвитку збройних сил у відстоюванні ідеалів свободи й державності України та її громадян від княжої доби, Гетьманського козацького війська, військ

Української народної республіки, Січових стрільців, Української повстанської армії до часів незалежності;

- формування фізичної і психологічної готовності учнівської молоді до виконання громадського та конституційного обов'язку щодо відстоювання національних інтересів і незалежності Української держави, підвищення престижу і розвитку мотивації молоді до державної і військової служби та захисту Вітчизни;

- відродження і розвиток українського козацтва як важливої громадської основи військово-патріотичного виховання допризовної молоді;

- забезпечення духовної єдності поколінь, виховання поваги до батьків, людей похилого віку, турбота про дітей та людей з особливими потребами;

- формування життєво-необхідних знань, умінь і навичок в учнівської молоді щодо захисту Вітчизни, цивільного захисту, медичних знань і безпеки життєдіяльності;

- виховання вірності бойовим і національно-історичним традиціям, військовому обов'язку, присязі та військовому статуту; підвищення рівня дисциплінованості, конструктивної соціально-комунікативної громадсько-корисної діяльності.

Учителям предмета «Захист Вітчизни» рекомендовано надавати організаційно-методичну допомогу та брати участь у проведенні в навчальних закладах Уроків мужності (лист МОН України № 1/9 – 412 від 13.08. 2014 р. «Про проведення уроків мужності»). Форми проведення таких уроків можуть бути різноманітними, на вибір навчального закладу: зустрічі з учасниками бойових дій, волонтерами; відвідування військовослужбовців, які отримали поранення внаслідок виконання бойових завдань у межах проведення Антитерористичної операції та проходять реабілітацію; виступи дитячих творчих колективів, написання листів до учасників бойових дій у межах Всеукраїнської акції «Лист солдату» та т. ін. [196, 300].

Ще одним напрямом допризовної військово-фізичної підготовки у сучасній Україні є підготовка офіцерів запасу, яка здійснюється на кафедрах військової підготовки цивільних вищих навчальних закладів (далі – КВП ЦВНЗ), які становлять основу командного складу підрозділів і частин у воєнний час. Однією із складових підготовки є фізична підготовка майбутніх військових фахівців. Хоча, як зазначають Я.Б. Зорій і М.А. Шпанко (2017), у програмі підготовки майбутніх офіцерів запасу не передбачена жодної години на розділ «фізична підготовка». Програма містить чотири розділи: «загальновійськова підготовка», «тактична і тактико-спеціальна підготовка», «методика роботи з особливим складом» та «військово-технічна та військово-спеціальна підготовка» з чітким переліком окремих навчальних дисциплін відповідно до військово-облікової спеціальності, за якою здійснюється військове навчання. Тобто, формування спеціальних рухових вмінь й навичок, вдосконалення фізичної підготовленості повинно відбуватись на заняттях з фізичного виховання, які повинні були б бути обов'язковими для студентів ВНЗ усіх рівнів акредитації [104, 248].

У зазначеному аспекті, як зазначають фахівці, мінімум нелогічним виглядає позиція Міністерства освіти і науки України, яке, за мовчазного споглядання з боку Міністерства оборони та Генерального штабу Збройних сил України практично ліквідувало обов'язкову складову навчального процесу у ВНЗ – «фізичне виховання», перевівши його у площину так званого «вільного вибору». Особливо незрозумілим виглядає таке рішення на тлі подій, які з 2014 року відбуваються в Україні. Крім того, стан спортивної матеріально-технічної бази в переважній більшості ВНЗ, «м'яко кажучи», бажає кращого, а індивідуальні (точніше – безконтрольні) заняття на цих фізично, технічно і морально застарілих спортивних базах стають просто небезпечними для життя і здоров'я тих, хто там займається [104, 147].

Отже, час, що виділяється на планові заходи з фізичної підготовки у цивільних ВНЗ, не дозволяє повною мірою вирішити питання спрямованого

розвитку спеціальних фізичних якостей, які могли б реально бути корисними майбутнім офіцерам-командирам і вихователям.

Узагальнюючи вищевикладене, можна зазначити, що у сучасних умовах питання військово-фізичної підготовки допризовної молоді України набуває особливої гостроти. З'ясовано, що існують протиріччя між існуючою потребою у підготовці резерву армії та реальним станом допризовної підготовки підлітків і молоді.

Одним з шляхів вирішення зазначених протиріч може бути широке впровадження у практику військово-патріотичного виховання молоді ігор національного військово-спортивного спрямування – «Зірниця», «Сокіл» («Джура»), «Хортинг», «Патріот» та інших фізкультурно-патріотичних заходів.

Таким чином дослідження дозволило визначити позитивні і негативні приклади функціонування системи фізичної підготовки в різні історичні періоди.

До позитивних прикладів, які треба враховувати в сучасній системі фізичного виховання молоді в Україні можна віднести:

- державне керівництво системою фізичного виховання починаючи з дитинства (6-7 років);
- завданням фізичного виховання була всебічна фізична підготовка дітей і молоді, формування життєво необхідних умінь і навичок;
- фізичне виховання здійснювалось в різних формах, як в організованих так і в самостійних, в навчальних закладах і поза навчальних, а також в сім'ї;
- засобами фізичного виховання були різноманітні фізичні вправи, види спорту, військово-прикладні вправи, народні ігри і забави військового спрямування;
- обов'язкова військово-прикладна підготовка починаючи з підліткового віку.

До негативних факторів, які впливали на систему фізичного виховання молоді, яких треба уникати в організації сучасної системи фізичної підготовки і враховувати що, відсутність деяких вказаних факторів стримує функціонування системи, до них можна віднести:

- класовий підхід;
- ідеологізацію і політизацію системи фізичного виховання;
- відсутність на певних етапах розвитку суспільства нормативно правової бази системи фізичного виховання молоді;
- невизначеність критеріїв фізичної підготовленості молоді;
- відсутність системи оцінки фізичної підготовленості дітей і молоді відповідно періодів розвитку.

На наш погляд є доцільним: реконструкція етнічної моделі військово-патріотичного виховання; виявлення найбільш дієвих засобів військово-фізичної підготовки у різні історичні епохи національного тіло-виховання; з'ясування можливостей їх трансформації відповідно до потреб і запитів суспільного життя в сучасній Україні.

Висновки до розділу 3

Ретроспективний аналіз хронології змін військово-фізичної підготовки молоді свідчить про те, що з виникненням класового суспільства фізична культура (в тому числі її складова, військово-фізична підготовка) стає привілеєм панівного класу (рабовласницьке суспільство і система фізичної підготовки феодалів).

Основними передумовами становлення і розвитку військово-фізичної підготовки молоді до служби в армії у Новий час були: політичні (класові потреби панівного класу буржуазії, національні намагання до єдності і незалежності); соціальні (урбанізація і формування громадянського суспільства замість сословного; створення демократичних інститутів (парламенти, партії, конституції, вибори та ін.), поява середнього класу

(буржуазії); економічні (розвиток промисловості і торгівлі; поява нових технологій у виробництві (поява мануфактур, фабрик, використання нових джерел енергії – пара); колоніальні (загарбницька політика деяких країн); військові (скорочення терміну служби в армії, зміна характеру ведення бойових дій, необхідність у масових арміях, відповідність засобів і методів фізичного виховання характеру військових дій, введення допризовної підготовки). На зміст, форми і спрямованість військово-фізичної підготовки молоді у буржуазному суспільстві впливають такі чинники: впровадження і розвиток фізичного виховання в школі, спорт джентельменів; виникнення позашкільних організацій, які культивували фізичну культуру і спорт; створення і розвиток науково-педагогічних засад фізичного виховання.

Протягом тисячоліть на теренах сучасної України існували різні спільноти людей (трипільці, кіммерійці, скіфи, сармати, еллінські поліси). В структурі найдавніших форм фізичної культури провідне місце належало саме військово-фізичній підготовці молоді, основою якої були їзда верхи, боротьба, володіння різними видами зброї.

У період Київської Русі військово-фізична підготовка виступає як досить досконала педагогічна система, яка була побудована на національних традиціях фізичної культури. В той же час, вона не мала обмеженого етнічного характеру. На її розвиток впливали культурні надбання сусідніх народів (лицарські турніри – «руські ігрища»). Система військово-фізичної підготовки населення включала такі форми: фізичне виховання в родині; військово-фізичне виховання у побуті, княжому війську; військово-фізичне виховання у культових і навчальних закладах (церкви, монастирі, школи). Найпоширенішими засобами цієї підготовки були: національні види боротьби; вправи зі зброєю; фізичні вправи змагального характеру; полювання; військові походи.

Аналіз сучасного стану військово-фізичної підготовки допризовної молоді в Україні свідчить, що вона є складовою військово-патріотичного виховання, спрямованість якого визначена низкою нормативно-правових

документів. Значну роль у реалізації основних положень, які викладені у нормативно-правовій базі відіграють освітні установи загальноосвітньої школи, цивільні вищі навчальні заклади. Однак, у програмі предмету «Захист Вітчизни» у ЗОШ, а також у програмі підготовки майбутніх офіцерів запасу у цивільних ВНЗ не передбачені спеціальні розділи «Фізична підготовка», що не дозволяє повною мірою вирішувати питання вдосконалення фізичної підготовленості майбутніх воїнів. Виявлені протиріччя обумовлюють необхідність пошуку шляхів підвищення ефективності процесу військово-фізичної підготовки допризовної молоді.

Результати дослідження висвітлені у наступних публікаціях автора [214, 216, 217].

РОЗДІЛ 4

ФІЗИЧНА ГОТОВНІСТЬ ПРИЗОВНОГО КОНТИНГЕНТУ УКРАЇНЦІВ ДО СЛУЖБИ В ЗБРОЙНИХ СИЛАХ УКРАЇНИ

4.1 Концептуальні підходи до організації систем фізичної підготовки у збройних силах провідних держав-членів НАТО та України

Попередній історичний аналіз систем фізичної підготовки молоді дозволив визначити, що протягом всього існування людства були військові зіткнення різних племен, кланів, соціальних угруповань і цілих народів, де за мету ставилися різні цілі, від боротьби за території для виживання до ідеологічного і політичного верховенства. Відтоді і мова йде про фізичну підготовку молоді, яка буде відстоювати ті або інші інтереси в умовах військових дій.

Історичний аналіз дозволив визначити позитивні і негативні приклади, яких необхідно уникати у сучасній системі фізичного виховання молоді.

Наступним етапом нашого дослідження було визначення передумов прийняття до служби в армії призовного контингенту у розвинутих країнах НАТО. Ми проаналізували систему підготовки військовослужбовців в цих країнах, вимоги до фізичної підготовленості, стимули, які мотивують юнаків до військової служби.

За результатами проведеного аналізу наукових, періодичних і документальних джерел [15, 20, 21, 60, 64] реформи в системах фізичної підготовки збройних сил провідних держав-членів НАТО були пов'язані зі змінами концепцій фізичної підготовки. Так, існуюча впродовж тривалого часу, концепція фізичної підготовки «фізична придатність» була замінена на «фізичну готовність». Згідно з дифеніціями «фізична придатність» характеризує адаптацію військовослужбовця до змісту й умов діяльності, а «фізична готовність» – спроможністю окремих військовослужбовців і

підрозділів виконувати тривалу й важку професійну діяльність в умовах фізичного та психічного стресів [6, 30, 54, 187].

Виділяють два рівні фізичної готовності – повну й оперативну. Повною фізичною готовністю вважають здатність військ максимально мобілізувати свої фізичні й психічні ресурси для виконання поставлених завдань, а оперативною – готовність військ до негайного виконання своїх завдань у будь-яких умовах навколишнього середовища [30, 188].

Вимоги до систем фізичної підготовки збройних сил провідних держав-членів НАТО зумовлені основними положеннями загально-блокової стратегічної доктрини та Концепції бойового застосування збройних сил і способів ведення бойових дій (стратегія «прямого протиборства» і концепція «неперервних бойових дій») [60, 366, 367], а також повітряно-наземних операцій [106]. Системи фізичної підготовки збройних сил у провідних держав-членів НАТО функціонують на основі трьох різних концепцій – «придатності», «готовності» та «мобілізації», що забезпечуються трьома різними напрямками фізичної підготовки – традиційним, військово-прикладним і спортивним [158].

У сьогоденні збройних сил провідних держав світу відсутня єдина концепція фізичної підготовки військ. Це пояснюється різними соціально-економічними умовами кожної з країн, що визначають особливості комплектування та бойової підготовки особового складу збройних сил [60, 366, 367].

Прийнята в 50-х роках минулого сторіччя у збройних силах США концепція фізичної придатності була направлена на розвиток у військовослужбовців фізичних якостей, що забезпечують успішне оволодіння військово-прикладними руховими навичками. При цьому припускалось, що доведення фізичних якостей до рівня вимог сучасного бою та формування прикладних рухових навичок будуть здійснюватись за рахунок військово-професійної діяльності у процесі бойової підготовки [60, 366, 367].

Бойові дії у Кореї та В'єтнамі показали недієздатність цієї концепції у сучасних умовах. Тому, на початку 70-х років двадцятого сторіччя у США було розроблено нову концепцію фізичної готовності, що направлена на завчасний розвиток у особового складу фізичних і психологічних якостей та військово-прикладних рухових навичок, які забезпечують виконання бойових різноманітних задач, у тому числі і екстремальних умовах. З керівництва фізичною підготовкою було вилучено термін «фізична придатність», що повністю змінило психологічну установку. Тобто, загальна військова готовність складається з готовності технічної, психологічної і фізичної [4, 14, 200].

Основними компонентами повної фізичної готовності вважаються серцево-судинна (аеробна) витривалість, м'язова сила та м'язова витривалість. Крім того, для забезпечення фізичної готовності необхідні основні і військово-прикладні навички, контроль за масою тіла і психічні якості (швидкість реакції, агресивність, впевненість у собі, згуртованість). Формування та розвиток зазначених якостей та навичок складають завдання фізичної підготовки у збройних силах США, що визначають її зміст. Процес досягнення повної фізичної готовності у збройних сил США поділяється на дві фази: фізичного зміцнення та формування військово-прикладних навичок [14, 200].

Трохи пізніше інші країни НАТО, Великобританія та ФРН – у 1974 році, а Франція – у 1976 році переглянули свої погляди на фізичну підготовку військ. Проте, якщо англійці перейняли американські погляди, то німці та французи розробили свої оригінальні системи фізичної підготовки військ, засновані, головним чином, на засобах і методах спортивного тренування [25, 47, 200].

У теперішній час у збройних силах провідних країн НАТО прийнято три різні концепції систем фізичної підготовки військ [200, 367]:

концепція «придатності» – у Німеччині;

концепція «готовності» – у США та Великобританії;

концепція «мобілізації» – у Франції.

Для організації кожної із цих концепцій існує характерне визначене поєднання засобів, що використовуються, методів та організаційних форм, які у сукупності створюють направленість фізичної підготовки військ.

Так, у збройних силах Німеччини для реалізації концепції фізичної «придатності» використовуються такі засоби, як гімнастика, легка атлетика, плавання і рухливі ігри у формі навчально-тренувальних занять. Зв'язок фізичної та бойової підготовки, згідно з цією концепцією, здійснюється способом перенесення фізичних якостей та рухових умінь, що сформовані та розвинуті у процесі фізичної підготовки у військово-професійну діяльність. Метою фізичної підготовки вважається «виховна дія на цілісну людську особистість способом навчання рухам, зміцнення здоров'я та раціонального використання вільного часу» [4, 200, 368].

Значний рівень фізичного розвитку, необхідна умова успішного оволодіння військово-професійною діяльністю. У той же час окреслюється те, що військово-прикладні справи не відносяться до фізичної підготовки і не повинні використовуватись у відведений для цього час. А перенесення фізичних якостей і рухових умінь, що отримані у результаті занять спортом, на військово-професійну діяльність, на думку німецьких спеціалістів фізичної підготовки, забезпечуються усією системою навчання та виховання військовослужбовців [60, 106].

Сучасна концепція фізичної «готовності» у збройних силах США та Великобританії направлена на забезпечення готовності військ функціонувати у будь-який час та в будь-яких умовах під дією фізичного та психологічного стресу. Для її здійснення передбачається переважне використання військово-прикладних засобів та методів. Традиційні засоби фізичної підготовки виконують при цьому підготовчу (базову) та допоміжну функції. Для цього напрямку фізичної підготовки військ характерним є прагнення реально змодельовати бойові навантаження [47, 53, 64, 200].

Протилежну позицію у цьому відношенні займають спеціалісти фізичної підготовки та командування збройних сил Франції. Вважаються що прогнозування та моделювання реальних бойових навантажень на заняттях з фізичної підготовки є ненадійним і недоцільним, тому що непомірне навантаження може нанести шкоду здоров'ю військовослужбовців та викликати у них стійке негативне відношення до занять з фізичної підготовки [60, 187].

Головним компонентом фізичної готовності у Франції вважають здатність до повної мобілізації духовних та фізичних сил для розв'язання конкретних завдань. Основними засобами виховання такої здатності є спортивне тренування та систематична участь у змаганнях. Регулярні заняття обраним видом спорту створюють стимул для досягнення найвищих результатів, чого неможливо домогтися звичайними методами фізичної підготовки [308, 314].

На відміну від бундесверу, де в основі фізичної підготовки також полягає спорт, французька система широко використовує військово-прикладні вправи та види спорту. Спортивна спрямованість фізичної підготовки у збройних силах Франції відповідає системі їх комплектування переважно призовниками, для яких заняття спортом є стимулом для підвищення рівня власної підготовки і, одночасно, мотивацією до військової служби, у той час як у США та Великобританії найманих солдатів стимулює грошове утримання, розмір якого залежить безпосередньо від рівня їх військово-професійної, у тому числі і фізичної підготовленості [308, 313, 315].

Командування НАТО за останні 10-12 років неодноразово вживало заходи для підвищення рівня фізичної готовності своїх військ. Інтенсифікація фізичної підготовки військ провідних країн НАТО досягається по-різному [60, 187, 308, 313, 314]:

- збільшенням службового часу, що відводиться на фізичну підготовку (у Німеччині – до 4,5 год. на тиждень, у Франції та США – до 8 год. на тиждень);
- використанням позаслужбового часу для різних оздоровчих та спортивних програм (програма «Біг заради життя», «Програма президентських нагород» тощо);
- стимулюванням досягнення високих результатів через матеріальну зацікавленість (США, Великобританія) або через масовий спорт (Німеччина, Франція);
- вдосконаленням системи планування: в армії США при збереженні ліміту часу на ФП (3 години на тиждень) заняття проводяться щоденно від 15 до 45 хвилин;
- виділенням військово-прикладних вправ у самостійні предмети бойової підготовки: рукопашний бій, курс «Командо» у Франції, курс амфібійної підготовки у США та інші;
- застосуванням сучасних методів тренування: колового (крос-фіт), інтервального та інших;
- вдосконаленням матеріальної бази (на пільгових умовах спеціальним рішенням уряду надано для користування усі громадські та велика кількість приватних спортивних споруд для потреб збройних сил Франції);
- підвищенням вимог та контрольних нормативів [354], а також ускладненням умов їх виконання. Нормативи підвищуються, головним чином, у вправах на загальну та силову витривалість за рахунок збільшення дистанції та кількості повторень (США). В усіх збройних силах провідних держав-членів НАТО відпрацьовані таблиці оцінок, що стимулюють підвищення результатів фізичної підготовки [92, 106, 354, 355].

Уніфікація фізичної підготовки військ здійснюється як усередині збройних сил окремих країн, так і на рівні всього блоку НАТО в цілому. Основним засобом уніфікації фізичної підготовки слугує спорт. Численні спортивні змагання, які проводяться за єдиними правилами, сприяють формуванню єдиних вимог до змісту та організації фізичної підготовки, особливо у тих країнах, де вона основана на спорті [314, 315, 341].

Велику роль в уніфікації процесу фізичної підготовки відіграють спортивні заходи, що проводяться у рамках регіональних командувань НАТО, такі, як чемпіонати союзного командування мобільних сил у Європі чи змагання на приз Північноєвропейського командування НАТО.

Особливе місце в інтеграції систем фізичної підготовки різних країн належить Міжнародній раді військового спорту (СІЗМ), яка об'єднує у теперішній час всі країни, у тому числі усіх членів НАТО, і проводить чемпіонати з багатьох видів спорту. СІЗМ має потужний адміністративний апарат і значний фінансовий потенціал.

Підвищення ролі військово-прикладної фізичної підготовки у збройних силах провідних держав-членів НАТО здійснюється за рахунок збільшення у програмах кількості військово-прикладних вправ та створення спеціалізованих комплексів військово-прикладних вправ, прийомів та дій. Найбільш поширеними є такі курси: рукопашного бою, курс повітряно-штурмової та аеромобільної підготовки, курс диверсійно-розвідувальної підготовки. Як правило, ці комплекси розглядаються як самостійні розділи бойової підготовки, а заняття з них проводяться у спеціально відведений час [351, 353, 354, 361].

Для підвищення рівня військово-прикладної фізичної підготовленості військовослужбовців збройних сил провідних держав-членів НАТО фахівцями фізичної підготовки особлива увага звертається на розвиток найбільш важливих у військовій професії фізичних та психологічних якостей: витривалості, стійкості, самовладання, сміливості, агресивності, згуртованості та інших. З цією метою застосовуються комплекси вправ, що

пов'язані з небезпекою та ризиком, командні та індивідуальні види спорту, такі, як військові багатоборства, орієнтування, парашутний спорт, альпінізм й інші [363, 364, 365].

Для систем фізичної підготовки збройних сил провідних держав-членів НАТО у теперішній час характерним є підсилення психологічної складової. У керівних документах підкреслюється тісний зв'язок і взаємозалежність фізичної та психологічної готовності військ [353, 359, 360, 367].

Що стосується функціонування системи фізичної підготовки у Збройних силах України, то здійснений концептуальний аналіз засвідчив наступне.

Починаючи з 1997 року у Збройних силах України запроваджено три фундаментальних керівних документа, де конкретизовано порядок функціонування системи фізичної підготовки, а саме: Настанова з фізичної підготовки 1997 року, Настанова з фізичної підготовки 2009 року та Настанова з фізичної підготовки 2014 року [180, 181, 182, 185, 292]. Якщо загальні та спеціальні завдання фізичної підготовки в усіх цих настановах є фактично незмінними і тотожними, то мета фізичної підготовки у кожній з них несе, певною мірою, різний змістовий характер. А зважаючи на те, що основним концептуальним чинником системи фізичної підготовки збройних сил нашої країни на певних історичних етапах її розвитку була мета фізичної підготовки, розглянемо, яким чином вона трактується в керівних документах з фізичної підготовки незалежної України:

- у Настанові з фізичної підготовки 1997 року – «...забезпечити фізичну готовність військовослужбовців до бойової діяльності, до оволодіння зброєю, бойовою технікою та ефективного їх використання, до перенесення фізичних навантажень, нервово-психічних напружень в екстремальних ситуаціях, а також сприяти вирішенню завдань навчання і виховання» [180];
- у Настанові з фізичної підготовки 2009 року – «...забезпечити фізичну готовність військовослужбовців до навчально-бойової

діяльності» А далі тлумачиться, що «...фізична готовність – це визначений рівень фізичної підготовленості військовослужбовців, який дозволяє їм виконувати завдання у відповідності із займаними посадами. Фізична готовність військовослужбовців є однією з головних умов успішного виконання ними функціональних обов'язків в бойових умовах та ефективного виконання службових завдань» [181];

- у Настанові з фізичної підготовки 2014 року – «...забезпечити фізичну готовність військовослужбовців до професійної діяльності» [292].

У всіх трьох формулюваннях [180, 181, 292] конкретизується провідне й фундаментальне положення мети фізичної підготовки – забезпечення фізичної «готовності» військовослужбовця до бойової, навчально-бойової та професійної діяльності, виконання інших завдань. Окрім того, Настановою з фізичної підготовки 1997 року досить коректно підкреслено те, що процес фізичного вдосконалення спрямований на забезпечення фізичної готовності військовослужбовців до перенесення нервово-психічних напружень. Фактично, згідно визначеної мети фізичної підготовки (фізичної «готовності» чи «підготовленості») окремо взятого військовослужбовця функціонує вся система фізичної підготовки, як один з основних предметів бойової підготовки.

За результатами здійсненого О.М. Ольховим (2013) теоретичного обґрунтування дефініції, адаптованої до вимог сучасної концепції фізичної підготовки у Збройних силах України є забезпечення фізичної готовності військовослужбовців, підрозділів і частин до виконання завдань за бойовим та функціональним призначенням [194].

4.2 Особливості організації та змістове наповнення систем фізичної підготовки у збройних силах провідних держав-членів НАТО та України

Для більш ґрунтовного аналізу та створення оптимальної моделі фізичної готовності молоді до служби в Збройні сили України розглянемо особливості організації і змісту систем фізичної підготовки у збройних силах США, Великобританії, Німеччини, Франції та України.

Характерною особливістю системи фізичної підготовки *збройних сил США* є її децентралізація. У Міністерстві оборони США відсутні штатні органи управління фізичною підготовкою. У штабах видів збройних сил, родів військ призначаються найбільш підготовлені офіцери, які здійснюють планування, контроль та методичне забезпечення фізичної підготовки [38, 60, 228].

Заняття з особовим складом проводять командири підрозділів за допомогою штатних та нештатних інструкторів, У навчальних частинах є штатні інструктори-сержанти, які проводять заняття як із загально-фізичної підготовки, так і за спеціальними (військово-прикладними) розділами (дзюдо, рукопашний бій, тощо).

Керівними документами збройних сил США передбачено три основні форми занять з фізичної підготовки: групові, індивідуальні заняття та масова спортивна робота на рівні рот [358]. Проте, на практиці майже скрізь вранці проводиться біг на 2-3 милі (біля 3,5 км) або на 5 миль (біля 8 км). До змісту бойової підготовки американської армії включені військово-прикладні розділи фізичної підготовки, такі, як рукопашний бій, метання гранат та інші.

На планові заняття відводиться не менше 3-х годин на тиждень. При цьому рекомендується проводити їх щодня упродовж 15-45 хвилин. У Військово-морському флоті США планується фізична підготовка до 90 хвилин щоденно [7, 30, 77, 278].

Зміст фізичної підготовки збройних сил США має низку особливостей. Для індивідуального фізичного тренування використовуються в комплексі

вправи, що розраховані на 12 хвилин щоденно, а також комплекс вправ з тренувальною штангою вагою близько 35 кілограмів. Військово-прикладні навички удосконалюються в процесі проходження курсу подолання перешкод, котрий включає в себе два комплекси: «курс зміцнення» та «курс витривалості» [356, 357].

До «курсу зміцнення» входить подолання смуги перешкод довжиною 300 - 450 метрів, обладнаної 15-25 перешкодами польового типу. «Курс витривалості» передбачений для виховання сміливості, рішучості та впевненості у собі. Він складається з 4-х груп по 6 перешкод різного ступеню складності, подолання яких пов'язано з небезпекою та ризиком. Перешкоди «курсу витривалості» долаються без спорядження та зброї, а також без обліку часу. Статутом заборонено примушення військовослужбовців до їх подолання. Особливе місце у змісті фізичної підготовки відводиться рукопашному бою. Окрім вивчення техніки прийомів рукопашного бою передбачається подолання штурмової смуги та єдиноборство у захисному спорядженні [365].

До інших спеціалізованих курсів підготовки, що використовуються у збройних силах США, відносяться [314, 363]:

- «курс пригод» – скрите пересування по важко-прохідній місцевості;
- «курс мобільної підготовки» – веслування на човні, плавання в обмундируванні та подолання спеціальних перешкод;
- «курс повітряно-штурмової підготовки» – посадка на вертоліт по трапу на висоті 15-20 метрів, безпосадкове десантування по канату з висоти 30-40 метрів та марш-кидок на 10 миль (більше 16 км) з повною викладкою по пересіченій місцевості.

Діють також спеціальні курси підготовки до дій у горах, у пустелі, у джунглях та арктичних районах. Сутність цих курсів становить тренування і перевірка стійкості професійних навичок та ефективність бойової стрільби на тлі великих фізичних та психологічних навантажень. Підготовка на курсах здійснюється у спеціальних центрах під керівництвом інструкторів протягом

2-4 тижнів. Контроль проводиться у складі підрозділів з виставленням оцінки з бойової підготовленості [357, 358, 360].

У збройних силах США відсутня єдина система перевірки та оцінки фізичної готовності військовослужбовців. Кожний вид збройних сил та деякі роди військ встановлюють власні тести та нормативи. Проте існує тенденція до уніфікації системи перевірки та оцінки. Замість семи різних тестів приймають єдиний армійський тест фізичної готовності, що включає в себе три контрольні вправи: згинання та розгинання рук в упорі лежачи, піднімання тіла в сід з положення лежачи, біг 2 милі (3218 м). Результати, що показані у кожній вправі, оцінюються за 100 - бальною шкалою. Кожний військовослужбовець повинен бути перевірений за армійським тестом фізичної готовності не менше 2-х разів протягом року, але не частіше, ніж через 3 місяці [357, 363].

Для військовослужбовців, які старші 40 років, встановлені мінімальні нормативи з бігу на 2 милі. Біг дозволяється замінювати за бажанням їздою на велосипеді, плаванням чи прискореною ходьбою.

У змісті контрольних нормативів з фізичної підготовки в армії США спостерігається тенденція до уніфікації, а саме: замість семи різних тестів, які використовувались раніше, використовується єдиний армійський тест, який за змістом схожий з тестами військово-повітряних (ВПС) та військово-морських сил (ВМС). У той же час, спостерігається і протилежний процес – спеціалізація програм та контрольних тестів з фізичної підготовки. Так, військово-прикладна фізична підготовленість визначається за допомогою тестів, де враховано специфіку професійної діяльності різних видів збройних сил та окремих родів військ [357, 360, 363].

Спеціальні (військово-прикладні) курси фізичного тренування плануються перед початком навчань з метою адаптації особового складу до характеру майбутніх навантажень та вдосконалення відповідних прикладних навичок. Нормативи спеціальних курсів, як правило, значно вищі від вимог тесту фізичної готовності (табл.4.1.)

Таблиця 4.1

Організація системи фізичної підготовки у збройних силах США

Мета	Розвиток фізичних і психологічних якостей військовослужбовців, необхідний для виконання бойових задач у різноманітних та екстремальних умовах
Завдання	<ul style="list-style-type: none"> • Розвиток фізичних і психологічних якостей та військово-прикладних навичок, що забезпечують виконання бойових задач • Удосконалення психологічної готовності до прояву максимальних фізичних можливостей
Засоби	<ul style="list-style-type: none"> • Традиційні засоби (гімнастика, легка атлетика, плавання та рухливі ігри) • Вправи на силову витривалість • Тривалі циклічні аеробні вправи • Військово-прикладні вправи - рукопашний бій, метання гранат • Силові тренування за системою кросфіт
Зміст та організація форм фізичної підготовки	<p>Планові заняття не менше 3-х годин на тиждень. (щодня 15-45 хвилин), у ВМФ - до 90 хвилин щоденно, серед них:</p> <ul style="list-style-type: none"> • силові тренування за системою кросфіт • ранкове фізичне тренування • групові заняття у службовий час • індивідуальні заняття у позаслужбовий час • спеціальні курси різноманітної спрямованості («курс зміцнення» «курс витривалості», «курс мобільної підготовки», «курс повітряно-штурмової підготовки», курси підготовки до дій у горах, у пустелі, у джунглях та арктичних районах) • масова спортивна робота на рівні рот у позаслужбовий час
Контроль та оцінка рівня фізичної підготовленості та військово-прикладної навченості	<ul style="list-style-type: none"> • Єдиний армійський тест фізичної готовності(згинання та розгинання рук в упорі лежачи, піднімання тіла в сід з положення лежачи, біг 2 милі (3218 м)
Методи мотивації до занять фізичною підготовкою та спортом	<ul style="list-style-type: none"> • Стимулювання через матеріальну зацікавленість • Підвищення вимог і контрольних нормативів, ускладнення умов виконання • Спортивні заходи у рамках регіональних командувань НАТО, чемпіонати командування мобільних сил Європи, змагання на приз командування НАТО

Розглянемо організацію та зміст системи фізичної підготовки *збройних сил Великобританії*. Керівництво фізичною підготовкою у британських збройних силах очолює головний інспектор, який має у своєму розпорядженні централізований апарат – «корпус фізичної підготовки» і школу фізичної та спортивної підготовки [200, 278, 314].

Спеціалісти «корпусу фізичної підготовки» відряджаються у військові частини із розрахунку 1 офіцер і 2-3 сержанти на одну тисячу чоловік. Вони здійснюють контроль і надають допомогу командирам та начальникам в організації та проведенні фізичної підготовки, спортивної роботи та оздоровчих заходів. Така система, на думку британського командування, створює найбільш сприятливі умови для діяльності спеціалістів фізичної підготовки, оскільки визначає їх незалежне положення по відношенню до місцевого керівництва [200, 278, 314].

Для проведення занять з фізичної підготовки виділяється такий час:

- для військовослужбовців до 40 років – 3 рази на тиждень – по 45-60 хв.;
- для військовослужбовців, які старші 40 років – по 3 рази на тиждень – 30 хв.;
- для персоналу, який несе бойове чергування – щодня – по 10-15 хв.

Відповідальність за фізичну готовність особового складу покладається на командирів та начальників, а практичне проведення 1 заняття – на позаштатних інструкторів та їх помічників, які працюють під керівництвом спеціалістів «корпусу фізичної підготовки» [200, 278, 314].

Програми фізичної підготовки Збройних сил Великобританії включають такі дисципліни: загально-розвивальна гімнастика, легка атлетика, плавання, футбол, баскетбол, бокс, дзюдо. У частинах сухопутних військ, що призначені для безпосередньої участі у бойових діях на лінії зіткнення з противником, програми фізичної підготовки доповнюються

такими розділами: подолання перешкод, рукопашний бій та «курс пригод», що являє собою комплекс прийомів та дій, пов'язаних з пересуванням по важко-прохідній місцевості, подоланням природних та штучних перешкод на фоні виконання тактичних задач [187, 228, 278, 314] (табл. 4.2.).

Таблиця 4.2

Організація системи фізичної підготовки у збройних силах Великобританії

Мета	Забезпечити високий рівень фізичного розвитку для оволодіння військово-професійною діяльністю
Завдання	Розвиток фізичних та психологічних якостей: сили, витривалості, стійкості, сміливості
Засоби	<ul style="list-style-type: none"> • Традиційні (загально-розвивальна гімнастика, легка атлетика, плавання, футбол, баскетбол, бокс, дзюдо) • Військово-прикладні вправи, прийоми та дії як окремі предмети бойового навчання (рукопашний бій, плавання, плавання з аквалангом, подолання перешкод)
Зміст та організація форм фізичної підготовки	<p>Планові заняття у службовий час: для в/сл. до 40 років – 3 рази на тиждень – 45-60 хв.; для в/сл., які старші 40 років – 3 рази на тиждень – 30 хв.; для персоналу, який несе бойове чергування – щодня – 10-15 хв., серед них:</p> <ul style="list-style-type: none"> • спеціальні курси різної спрямованості (курс пригод, рукопашний бій, подолання перешкод, стрибки з парашутом, скелелазіння, орієнтування, способи скритого й швидкого пересування важко-прохідною місцевістю, виживання в екстремальних умовах); • секційні спортивні заняття у позаслужбовий час (програма «Біг заради життя», «Програма президентських нагород»)

Продовження таб. 4.2

Контроль та оцінка рівня фізичної підготовленості та військово-прикладно навченості	<ul style="list-style-type: none"> • Тест «вихідних фізичних можливостей» – на початку періоду навчання • Тест «базової фізичної придатності», «бойової фізичної готовності» – 2 рази на рік • Контроль за масою тіла
Методи мотивації до занять фізичною підготовкою та спортом	<ul style="list-style-type: none"> • Стимулювання через матеріальну зацікавленість • Використання позаслужбового часу для різних оздоровчих та спортивних програм • Підвищенням вимог та контрольних нормативів, а також ускладненням умов їх виконання

Перевірка фізичної підготовки у збройних силах Великобританії включає в себе такі тести [228, 315]:

- тест «вихідних фізичних можливостей» – проводиться на початку кожного періоду навчання;
- тест «базової фізичної придатності» – проводиться 2 рази на рік;
- тест «бойової фізичної готовності» – проводиться 2 рази на рік, його може замінити тест «базова фізична придатність».

Перевірка фізичної підготовки передбачає також контроль за масою тіла військовослужбовців, що здійснюється за спеціальними таблицями. Порушення масо-зростового співвідношення карається в адміністративному порядку. Результати усіх видів перевірок фіксуються в індивідуальній картці фізичної готовності. Невиконання контрольних нормативів обумовлює зниження грошового утримання військовослужбовців [187, 228, 278, 314, 315].

У той же час вимагається, щоб заняття були не тільки ефективними, але і цікавими. Британське командування вважає, що впровадження матеріальної зацікавленості найкращим чином стимулює досягнення високого рівня фізичної готовності особового складу професійної армії [314, 315].

У складі збройних сил Великобританії є частини та підрозділи, бойовим призначенням яких встановлено особливі вимоги до фізичної готовності військовослужбовців. Це відноситься, перш за все, до парашутистів, морських піхотинців, розвідників та диверсантів. До змісту фізичної підготовки цих військовослужбовців включені стрибки з парашутом, скелелазіння, орієнтування, способи скритого та швидкого пересування по важко-прохідній місцевості, плавання з аквалангом, курс виживання в екстремальних умовах тощо [92].

Розглянемо організацію та зміст фізичної підготовки *збройних сил Німеччини*. Керівництво системою фізичної підготовки у бундесвері здійснює міністр оборони через генерального інспектора, який має у своєму штаті спортивний сектор. Керівництво системою фізичної підготовки у видах збройних сил здійснюють управління бойової підготовки. У військах командири частин і підрозділів при організації та проведенні занять з фізичної підготовки отримують на допомогу від позаштатних спеціалістів: спортивних керівників, їх помічників, тренерів та інструкторів [60, 228, 364].

В організаційному відношенні система фізичної підготовки бундесверу поділяється на «службовий» та «позаслужбовий» спорт. «Службовий спорт» включає в себе такі види програм: загальну, особливу, перевірки та оцінки, масові змагання, а також програму підготовки спортсменів високого класу.

Загальна програма, у свою чергу, поділяється на основну та додаткову. Основна програма призначена для усіх військовослужбовців до 45 років. Вона включає в себе такі розділи: загально-розвивальну гімнастику, гімнастику на приладах, легку атлетику, плавання, рухливі ігри, волейбол. Додаткова програма передбачає футбол, гандбол, бокс та лижний спорт на вибір видів збройних сил [60, 64, 228].

Для виконання основної та додаткової програми щотижнево проводяться 2-3 заняття тривалістю до 50 хвилин.

Особлива спортивна програма призначена для спортивного вдосконалення найбільш здібних спортсменів. Керівні документи

забороняють займатися військово-прикладними вправами в години, що відведені для фізичної підготовки. Через це, для формування військово-прикладних навичок, таких, як подолання перешкод, метання гранат, рукопашний бій та маршова підготовка, виділяється окремий час.

Програма перевірки та оцінки фізичної підготовки включає в себе заходи різного призначення та змісту. Основними із них є такі [54, 60]:

- тест фізичної придатності;
- «солдатські змагання»;
- виконання нормативів знаку «спортивні та військові досягнення».

Тест фізичної придатності для визначення рівня та динаміки розвитку основних фізичних якостей військовослужбовців перевіряється на початку та в кінці основного періоду навчання, а також у ході усіх навчальних програм, не менше одного разу на рік. До змісту цього тесту входять наступні вправи: біг 50м з високого старту; стрибок у довжину з місця; кидки 3-х кілограмового набивного м'яча із положення лежачі на грудях протягом 30 секунд; піднімання тіла із положення лежачи протягом тридцяти секунд; човниковий біг 2 рази по 10 метрів з вантажем; біг на 2000 метрів. Усі вправи виконуються у спортивній формі одягу. Результати оцінюються за 5-бальною таблицею, що має десяткові градації [54, 60, 92, 228] (табл. 4.3.).

Таблиця 4.3

Організація системи фізичної підготовки у збройних силах Німеччини

1	2
Мета	Виховна дія способом навчання рухам, зміцнення здоров'я та раціонального використання вільного часу
Завдання	Розвиток фізичних та психологічних якостей: витривалості, стійкості, самовладання, сміливості, агресивності, згуртованості

Продовження табл.4.3.

1	2
Засоби	<ul style="list-style-type: none"> • Традиційні (гімнастика, легка атлетика, плавання та рухливі ігри) • Військово-прикладні вправи (рукопашний бій, плавання, долаття перешкод) • Комплекси вправ, пов'язані з небезпекою та ризиком • Командні й індивідуальні види спорту: військові багатоборства, орієнтування, парашутний спорт, альпінізм
Зміст та організація форм фізичної підготовки	<ul style="list-style-type: none"> • Службовий спорт (загальна, особлива програми; перевірки та оцінки; масові змагання; програма підготовки спортсменів високого класу) - щотижнево проводяться 2-3 заняття тривалістю до 50 хвилин • Спеціальні курси різноманітної спрямованості (рукопашний бій; диверсійно-розвідувальний; повітряно-штурмової, аеромобільної підготовки) • Позаслужбовий спорт («солдатські змагання», футбол, гандбол, бокс, лижний спорт, плавання – на вибір у видах збройних сил)
Контроль та оцінка рівня фізичної підготовленості та військово-прикладної навченості	<ul style="list-style-type: none"> • Перевірка та оцінка загальної та особливої програми • Виконання нормативів знаку «спортивні та військові досягнення» та з плавання
Методи мотивації до занять фізичною підготовкою та спортом	<ul style="list-style-type: none"> • Стимулювання через масовий спорт • Підвищення вимог та контрольних нормативів, їх виконання, наявність таблиці оцінок, що стимулюють підвищення результатів фізичної підготовки.

Обов'язковим масовим видом перевірки фізичної підготовки є «солдатські змагання», які проводяться 1 раз на рік на рівні рот та аналогічних їм підрозділів. До змісту «солдатських змагань» входять: біг 100 м, стрибок у довжину з розбігу, штовхання ядра та біг 5000 метрів. Дозволяється замінювати біг 5000 метрів плаванням на 1000 метрів [30, 92, 228, 365].

Важливим етапом перевірки фізичної підготовки є виконання нормативів значка «спортивні та військові досягнення», де змістом є військово-прикладні вправи. Окрім названих видів перевірки існує декілька додаткових: виконання нормативів плавання, масові лижні змагання та ін. [365].

Результати усіх видів перевірки заносяться в індивідуальну картку обліку.

Сучасна система фізичної підготовки збройних сил Німеччини переорієнтовується у бік підвищення її військової прикладності та зближення у плані організації та змісту з системами фізичної підготовки збройних сил США та Великобританії [30, 194, 272].

Свої особливості має чинна система фізичної підготовки *збройних сил Франції*, де управління здійснюється централізовано. У головному штабі збройних сил є очолювана генерал-інспектором інспекція фізичної підготовки та спорту у складі 7 чоловік. У штабах видів збройних сил і на рівні військових округів керівництво здійснюють комісії та відділення. У з'єднаннях, частинах створюються відділення фізичної підготовки та спорту, що мають одного офіцера-спеціаліста та сержантів-інструкторів із розрахунку 3 чоловіки на 1000 чоловік особового складу [60, 194, 228].

На планові заняття з фізичної підготовки відводиться щодня 45-60 хвилин службового часу та 3 години по суботах. Спортивно-масова робота проводиться щодня у позаслужбовий час.

Перевірка фізичної підготовленості проводиться 2 рази на рік. Крім того, види збройних сил та роди військ здійснюють перевірку з прикладних

видів за своїми планами. Загальна фізична підготовленість військовослужбовців визначається за допомогою «батареї індивідуальних тестів», що включають в себе: плавання на 50 метрів, тест Купера (біг протягом 12 хвилин); біг на 100 метрів і на 1000 метрів, штовхання ядра, стрибки, лазіння по канату [60, 194, 228] (табл. 4.4.).

Таблиця 4.4

Організація системи фізичної підготовки у збройних силах Франції

1	2
Мета	Забезпечити високий рівень фізичного розвитку для оволодіння військово-професійною діяльністю
Завдання	Розвиток фізичних та психологічних якостей: витривалості, стійкості, самовладання, сміливості, агресивності
Засоби	<ul style="list-style-type: none"> • Традиційні засоби (загально-розвивальна гімнастика, легка атлетика, плавання, футбол, баскетбол, бокс, дзюдо) • Засоби різних видів спорту
Зміст та організація форм фізичної підготовки	<p>Планові заняття у службовий час (щодня 45-60 хвилин та 3 години по суботах - 8 год. на тиждень), серед них:</p> <ul style="list-style-type: none"> • спеціальні курси різноманітної спрямованості («командо», «смуга ризику», «втеча з полону»; «бій із танками»; «виживання у складних умовах»); • спортивно-масова робота - щодня у позаслужбовий час; • оздоровчі та спортивні програм («Біг заради життя», «Програма президентських нагород»)
Контроль та оцінка рівня фізичної підготовленості та військово-прикладної навченості	<ul style="list-style-type: none"> • «Індивідуальні тести» (плавання 50 метрів, тест Купера, біг 100 м і біг 1000 м, штовхання ядра, стрибки, лазіння по канату) • Військово-прикладна підготовленість визначається за спеціальними тестами у видах збройних сил та родах військ 2 рази на рік
Методи мотивації до занять фізичною підготовкою та спортом	<ul style="list-style-type: none"> • Стимулювання досягнення високих результатів через масовий спорт • На пільгових умовах рішенням уряду надано для потреб збройних сил спортивні споруди усіх форм власності • Таблиці оцінок, що стимулюють підвищення результатів фізичної підготовленості

Військово-прикладна підготовленість військовослужбовців визначається за спеціальними тестами у видах збройних сил та родах військ 2 рази на рік.

Характерною особливістю фізичної та психологічної підготовки французької армії є курс «командо», що являє собою комплекс прийомів та дій, які виконуються в умовах підвищеної небезпеки та ризику і пов'язані із значними фізичними та психічними навантаженнями [60, 200, 228].

До змісту курсу входять: «смуга ризику», окремі ділянки якої долаються під справжнім вогнем; скелелазіння; переправи через водні перешкоди; «втеча з полону»; «бій із танками»; «виживання у складних умовах» і ряд інших дій.

Основною перевагою французької системи фізичної підготовки військ є її гнучкість та універсальність. За кількістю службового часу, який виділяється на фізичну підготовку та спорт (до 8 годин на тиждень) і кількістю штатних спеціалістів, збройні сили Франції переважають армії інших країн НАТО.

Цікавими є дані щодо фізичної готовності у спеціальних армійських підрозділах деяких країн-членів НАТО.

Так, у збройних силах Італії фізична підготовка в парашутній школі включає: «марші-виживання» – 200 км за 5 днів. Нормативи з бігу: 1500м – 6 хв. 30 с., 5000 м – 24 хв. Горні стрілки виконують «підйоми виживання» по навісним скалам при морозі 25 градусів в маскхалатах, зі зброєю [367, 368].

Останнім часом фахівці фізичної підготовки збройних сил провідних держав – членів НАТО стали приділяти особливу увагу розвитку трьох основних складових фізичної готовності – м'язової сили, м'язової витривалості, серцево-дихальної витривалості.

Принцип моделювання навантажень в арміях США та Великобританії передбачає періодичне створення екстремальних ситуацій, що вимагають від особового складу граничного фізичного та психологічного напруження. З цією метою практикуються тривалі переходи сильно пересіченою місцевістю,

пустелею чи болотах, у негоду і з викладкою, що значно перевищує стандартну. Доведення солдат до повного знесилення вважається головним засобом не тільки фізичного, але й психологічного загартування.

Фахівцями фізичної підготовки збройних сил провідних держав – членів НАТО акцентовано увагу на збільшення кількості годин, що виділяються для занять з фізичної підготовки та збільшенні у змісті систем фізичної підготовки кількості військово-прикладних вправ, а саме: використання методів підготовки в умовах ризику; розвиток витривалості (біг на 2, 3, 5 миль і марші на 25-50 миль з повною викладкою); щоденний біг на 2 милі до сніданку; швидкий біг зі зміною напрямку; силові курси; штиковий бій і прийоми нападу й захисту без зброї; східні єдиноборства.

Розглянемо організацію та зміст сучасної системи фізичної підготовки у *Збройних силах України*, особливістю якої є її децентралізація. У ЗС України відсутня централізована система управління фізичною підготовкою (ФП). Створено дві паралельно діючі структури різного підпорядкування: у Генеральному штабі – штатне Управління ФП ЗС України, а у Міністерстві оборони України - штатне Управління фізичною культурою та спортом. При цьому, у видах ЗС України, оперативних командуваннях, з'єднаннях, військових частинах, закладах та установах система управління фізичною підготовкою має єдину структурно-логічну підпорядкованість.

Загалом, процес фізичної підготовки у Збройних силах України має за мету та спрямований на фізичне вдосконалення загальних та спеціальних фізичних якостей, формування військово-прикладних рухових умінь та виховання психологічних якостей військовослужбовців з використанням традиційного, військово-прикладного та спортивного напрямів [60, 150, 185].

Загальними завданнями фізичної підготовки є: розвиток та вдосконалення фізичних якостей – сили, витривалості, швидкості та спритності; покращення фізичного розвитку, зміцнення здоров'я, підвищення працездатності та службової активності; забезпечення професійного довголіття та стійкості організму до несприятливих чинників навколишнього

середовища та військово-професійної діяльності, зменшення працевтрат, пов'язаних із захворюваннями [150, 185, 189].

Завдання спеціальної фізичної підготовки, в залежності від специфіки військово-професійної діяльності видів, родів військ і спеціальних військ включають [150, 185, 189, 322]: розвиток та вдосконалення спеціальних фізичних якостей (стійкість до заколихування, стійкість до перевантажень, стійкість до кисневого голодування, стійкість до вібрації, стійкість до гіпервентиляції, стійкість до дихання під надлишковим тиском); оволодіння та вдосконалення військово-прикладними руховими навичками; виховання морально-вольових і психічних якостей; згуртування військових підрозділів.

Основними формами фізичної підготовки є: навчальні заняття, ранкова фізична зарядка, спортивно-масова робота, фізичне тренування в процесі навчально-бойової діяльності. Додатковими формами проведення фізичної підготовки вважаються тренажі та самостійна підготовка. Усі форми фізичної підготовки організуються і проводяться у складі роти чи взводу, під керівництвом командира роти чи взводу, старшини роти або найбільш підготовленого заступника командира взводу (сержант) за певною тематикою [150, 185, 189, 322].

Навчальні заняття проводяться у вигляді навчально-тренувальних чи контрольних занять 3-4 навчальні години на тиждень (залежно від роду військ (сил) чи виду збройних сил) [150, 185, 189].

Ранкова фізична зарядка проводиться щоденно, крім святкових та вихідних днів тривалістю 50 хв. у літній період і 30 хв. – у зимовий період. Вона організовується та проводиться за декількома варіантами у формі комплексного тренування із застосуванням вивчених під час навчально-тренувальних занять фізичних вправ.

Спортивно-масова робота має напрями: навчально-тренувальні заняття і змагання з військово-прикладних і масових видів спорту; за вправами військово-спортивного комплексу. Вона проводиться 2 рази на тиждень по 1

навчальній годині в робочі дні і 3 години у вихідні та святкові дні [150, 185, 189, 322].

Фізичне тренування в процесі навчально-бойової діяльності проводиться з урахуванням основних навчальних і бойових завдань, проводиться відповідно до інструкцій (рекомендацій), що розробляються фахівцями фізичної підготовки і включає фізичні вправи в умовах чергування, супутнього фізичного тренування, фізичних вправ при пересуванні військ транспортними засобами [150, 189] (табл. 4.5.).

Таблиця 4.5

Організація системи фізичної підготовки у Збройних силах України

1	2
Мета	Забезпечення фізичної готовності військовослужбовців до виконання ними завдань за призначенням (професійної діяльності)
Завдання	<ul style="list-style-type: none"> • адаптація до умов військової служби; • розвиток та вдосконалення рухових фізичних якостей: сили, витривалості, швидкості, спритності та гнучкості; • набуття фізичної готовності до розвитку спеціальних фізичних якостей і військово-прикладних рухових навичок (за військовою професією); • покращення фізичного розвитку, підвищення працездатності, зміцнення здоров'я та профілактика захворювань; • набуття психічної та емоційної стійкості, впевненості в своїх силах, рішучості, наполегливості і витримки
Засоби	<ul style="list-style-type: none"> • традиційні засоби (загальна фізична підготовка: гімнастика та атлетична підготовка; прискорене пересування та легка атлетика; лижна підготовка, спортивні та рухливі ігри); • спеціальні засоби та військово-прикладні фізичні вправи: подолання перешкод; рукопашна підготовка; оберти на лопінгу та стрибки на батуті; військово-прикладне плавання та веслування на ялах); • стандарти фізичної підготовки

Продовження табл. 4.5

1	2
Зміст та організація форм фізичної підготовки	<ul style="list-style-type: none"> • ранкова фізична зарядка 30-50 хв.; • навчальні заняття 3-4 г. на тиждень; • фізичне тренування в процесі навчально-бойової діяльності (фізичні вправи в умовах чергування (10 хв. через 2 години), супутнє фізичне тренування (прискорене пересування дорогами і на пересіченій місцевості з подоланням природних перешкод; подолання водних перешкод; тренуванням з посадки та висадки із машин; подолання ділянок з глибоким сніговим покривом на лижах чи без них, зі зброєю і спорядженням; багаторазового подолання перешкод та інженерних загорож на навчальних полях; метання гранат на дальність і у ціль), фізичні вправи при пересуванні військ транспортними засобами (до 20 хв. через кожні 3-4 годин руху); • спортивно-масова робота – 2 години в робочі дні і 3 години у вихідні та святкові дні; • тренажі з фізичної підготовки – 1-2 рази на тиждень у службовий час; • самостійна підготовка
Контроль та оцінка рівня фізичної підготовленості та військово-прикладної навченості	<ul style="list-style-type: none"> • перевірка загальної та спеціальної фізичної підготовленості – 2 рази на рік; • військово-спортивний комплекс - 1 раз на рік
Методи мотивації до занять фізичною підготовкою та спортом	<ul style="list-style-type: none"> • матеріальне стимулювання відсутнє; • стягнення за незадовільні результати – умовні; • підвищення вимог та контрольних нормативів, а також ускладнення умов їх виконання; існуючі таблиці оцінок не завжди реально стимулюють підвищення результатів фізичної підготовки

Супутнє фізичне тренування, залежно від географічних умов, завдань і змісту занять з бойової підготовки проводиться у вигляді: прискореного пересування дорогами і на пересіченій місцевості з подоланням природних перешкод; подолання водних перешкод; тренування з посадки та висадки із машин; подолання ділянок з глибоким сніговим покривом на лижах чи без

них, зі зброєю і спорядженням; багаторазове подолання перешкод та інженерних загорож на навчальних полях; метання гранат на дальність і у ціль. В окремих випадках супутнє фізичне тренування проводяться в ході виконання поставлених тактичних завдань. Для цього використовуються дії, що виконуються на швидкість: перешикування із похідного строю в розгорнутий, у передбойовий і бойовий порядки, захоплення вказаних рубежів (висот), багаторазове виконання бойових прийомів і дій, в тому числі з використанням засобів індивідуального захисту [150, 185, 303].

Час і порядок виконання фізичних вправ в умовах чергування визначається інструкціями та проводиться під керівництвом відповідного чергового. Перед заступанням на чергування (вахту), під час несення чергування, а також після закінчення чергування, пов'язаного з обмеженою рухливістю, з усім особовим складом чергової зміни протягом 8-10 хв. виконується комплекс фізичних вправ. При тривалих бойових чергуваннях комплекс вправ виконується через кожні 2 години, безпосередньо на робочому місці тривалістю, не менше 5 хв. Зміст та методика проведення фізичних вправ в умовах чергування розробляється фахівцями фізичної підготовки [150, 185].

Фізичні вправи під час пересування транспортними засобами проводяться відповідними командирами щоразу під час зупинок, привалів, а під час тривалого пересування – кожні 3-4 години руху, тривалістю до 20 хв. на місцях.

Тренажі з фізичної підготовки плануються 1-2 рази на тиждень у службовий час у період підготовки, навчань тощо, коли не заплановано інших заходів з фізичної підготовки тривалістю до 30 хвилин [185, 296].

Самостійна підготовка проводиться у години, що передбачені розпорядком дня, тривалістю одну навчальну годину на тиждень. Індивідуальним фізичним тренуванням офіцери та військовослужбовці контрактної служби займаються у службовий час (за рішенням командира військової частини в години самостійної підготовки та спортивно-масової

роботи) та позаслужбовий час, користуючись методичними рекомендаціями фахівців з фізичної підготовки та медичної служби [150, 186, 189].

Зазначені форми фізичної підготовки (навчальні заняття та спортивно-масова робота), відповідно до статті 49 Закону України «Про фізичну культуру і спорт», у якій говориться, що право проводити фізкультурно-оздоровчу, спортивну діяльність, фізкультурно-спортивну реабілітацію надається фахівцям, що мають спеціальну освіту та відповідний освітньо-кваліфікаційний рівень [100]. Тобто, такі заняття у Збройних силах України повинні проводитись фахівцями з фізичного виховання та спорту. У теперішній час, згідно діючої системи фізичної підготовки у Збройних силах України, в окремих військових частинах передбачено, на жаль, лише одну таку штатну посаду – начальник фізичної підготовки та спорту з освітньо-кваліфікаційним рівнем «магістр» (до 2016 року – «спеціаліст»). Проте, позитивним є те, що у 2016 році окремим дорученням Міністра оборони у Сухопутних військах, Десантно-штурмових військах та Силах спеціальних операцій та вищих військових навчальних закладах (ВВНЗ) введено штатну посаду «інструктор з фізичної підготовки (бакалавр)» з розрахунку один фахівець на 320 чоловік. Але, ці посади укомплектовано лише на 37 %, а у Повітряних та Військово-морських Силах таких посад не передбачено взагалі.

Перевірка фізичної підготовленості проводиться 2 рази на рік. Рівень фізичної підготовленості військовослужбовців у встановленому порядку повинен враховуватися при присвоєнні чергових військових і спеціальних звань, призначенні на відповідні посади. Проте, ця вимога є відносно умовною та не завжди виконується [185, 303].

До військовослужбовців, які досягли високого рівня фізичної підготовленості, щоразу застосовуються заходи морального і матеріального стимулювання та мотивації, зокрема: присвоєння спортивних розрядів; присвоєння звання «Воїн-спортсмен»; заохочення відповідно до Дисциплінарного статуту Збройних сил України; нагородження спортивними

кубками, грамотами, дипломами, цінними подарунками, грошовими преміями. Щодо військовослужбовців, які не виконують установлені для них нормативні вимоги, повинні застосовуватися відповідні дисциплінарні та матеріальні стягнення [185, 303].

Результати проведеного аналізу організаційно-методичних засад систем фізичної підготовки збройних сил провідних держав – членів НАТО та України дозволяють стверджувати, що основними концептуальними напрямками модернізації підходів до організації та змістового наповнення діючих у збройних силах країн Північноатлантичного блоку й України систем фізичної підготовки є:

- високий вихідний рівень фізичної підготовленості молоді, що йде на службу до збройних сил;
- інтенсифікація процесу фізичної підготовки;
- підвищення рівня загальної фізичної підготовленості військовослужбовців;
- пріоритетний розвиток військово-прикладної спрямованості процесу фізичної підготовки;
- спортивна спрямованість процесу фізичної підготовки;
- забезпечення функціональної готовності організму кожного військовослужбовця до виконання службових та бойових завдань.

4.3 Наслідки політики девальвації фізичної підготовки у фізичному вихованні освітніх закладів України для громадян і держави

Із 2008 р. різними постановами щодо реформування системи фізичного виховання учнів та студентської молоді по фізичній підготовці в архітектоніці даної системи був здійснений серйозний удар, який має всі ознаки політичності. Девальвація фізичної підготовки у фізичній культурі в навчальних закладах робилася на фоні статистики про негативний фізичний стан молоді й, перш за все, здоров'я. Рішення про скасування державних

тестів і нормативів оцінки фізичної підготовленості населення України не було науково обґрунтованим, чим було нанесено шкоду системі фізичної культури (фізичного виховання) в закладах освіти. Прийняті кроки (урядове рішення щодо порядку проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України) викликають багато запитань, адже акцент зроблений на констатацію результату і майже нічого конкретно не сказано про організацію процесу фізичної підготовки, яка б сприяла покращенню цих результатів.

Закон України «Про військовий обов'язок і військову службу» здійснює правове регулювання відносин між державою і громадянами України у зв'язку з виконанням ними конституційного обов'язку щодо захисту Вітчизни, незалежності та територіальної цілісності України, а також визначає загальні засади проходження в Україні військової служби. Відповідно до ст. 1 п. 3, підготовка громадян до військової служби є військовим обов'язком громадян України. У ст. 8 – «Підготовка до військової служби» визначається, що фізична підготовка є складовою частиною багатогранної підготовки до військової служби. Стаття 12 п. 2 цього ж Закону говорить: «Фізична підготовка допризовників та призовників організовується у вищих, професійно-технічних, загальноосвітніх та позашкільних навчальних закладах, спортивних товариствах і клубах за програмою курсу фізичної культури центральними органами виконавчої влади, що реалізують державну політику у сферах освіти, фізичної культури та спорту» [242].

С. В. Романчук (2013) зазначає: «...Фізична підготовка впливає на всі компоненти боєздатності військовослужбовців» [274, с. 8-9] Відомо, що успіх у результатах бойових дій в значній мірі залежить від фізичного стану військовослужбовців, основними складовими якого є фізичний розвиток та фізична підготовленість [45]. Фізична підготовка спрямована на формування у юнаків міцного здоров'я, високого рівня розвитку фізичних якостей (сили, витривалості, швидкості і спритності), набуття прикладних умінь та навичок

[172]. Т.Ю. Круцевич (2017) визначає фізичну підготовку як спеціалізований процес фізичного виховання, спрямований на формування рухових навичок, розвиток фізичних здібностей (якостей) відповідно вирішення конкретних завдань, необхідних для забезпечення гармонійного фізичного розвитку (загальна фізична підготовка), чи при заняттях спортом (спеціальна фізична підготовка), або під час освоєння професійної діяльності (професійно-прикладна фізична підготовка) [294].

По фізичній підготовці в архітектоніці системи фізичної культури (фізичного виховання) незалежної України був здійснений серйозний удар. У 2008 р. була прийнята постанова Кабінету Міністрів України від 5 листопада 2008 р. №992 «Про визнання такою, що втратила чинність», стосовно постанови Кабінету Міністрів України від 15 січня 1996 р. №80 «Про державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України» [233]. У подальшому були прийняті програмно-нормативні документи щодо відміни визначення рівня фізичної підготовленості молоді, які були результатом спільного рішення колегії МОН, МОЗ, Мінсім'ї молоді та спорту України. Ці дії були визначені як реформування системи фізичного виховання учнів та студентської молоді у навчальних закладах України [256]. Спровокували ці рішення летальні випадки на уроках фізкультури. Основними причинами смертей під час уроків фізичної культури називались заважкі контрольні нормативи, які були складовою навчальних програм до 2008 р.

Фізична підготовка як фундамент в конструкції спортизованої парадигми фізичної культури була зруйнована, адже до того однією із складових вітчизняної системи (фізичного виховання) було складання нормативів фізичної підготовленості, які були одним із головних критеріїв ефективності системи фізкультури, адже фізична підготовленість є складовою фізичної культури особистості. Фактично цими кроками було прийнято політичне рішення про нівелювання значення фізичного виховання у системі вищої освіти. Чиновники пішли найлегшим шляхом і просто

відмінили нормативи, які були гарантією наявності фізичної підготовки у фізичній культурі. У закладах вищої освіти фізична підготовка теж стала спрощуватись аж до того, що фізичне виховання опинилось у факультативах.[146]

Питання місця і ролі фізичної підготовки у фізичній культурі досі фундаментально не розглядалось. За радянської спортивної парадигми фізичної культури, фізична підготовка була основою (комплекс ГПО – готовий до праці й оборони – був програмою фізкультурної підготовки в загальноосвітніх, професійних і спортивних організаціях СРСР), тоді як у незалежній Україні при незмінній парадигмі, фізичну підготовку почали розглядати лише як одну із багатьох складових фізичної культури, якою за відповідних обставин знехтували і лише поглибили кризу функціонування фізичної культури, адже основний критерій ефективності системи фізкультури був знешкоджений, а формування чи підвищення рівня здоров'я як критерій показує вкрай низьку спроможність цієї освітньої дисципліни вирішувати дане соціальне завдання. Намагання показати девальвацію фізичної підготовки у фізичному вихованні освітніх закладів України як політично вмотивоване рішення є головною невирішеною раніше частиною загальної проблеми, що відгукнулося негативними наслідками як для громадян, так і для держави.

Реальні загрози суверенітету України і потреба захисту Вітчизни, незалежності та територіальної цілісності України, які постали у 2014 р. оголили всю недалекоглядність державного управління сферою «фізична культура і спорт».

Статистика показала, що «...кількість визнаних придатними до військової служби зменшилась з 49% до 37% і 32% протягом 3, 4 і 5-ї хвили мобілізації відповідно ($p < 0,05$), а кількість визнаних непридатними до військової служби в мирний час, обмежено придатними в воєнний час і непридатними з виключенням із військового обліку збільшилась з 21% до 26% і 26% та з 2% до 3% і 3% протягом 3, 4 і 5-ї хвилю мобілізації відповідно

($p < 0,05$)» [48, С. 34]. Можливо незначним, але точно присутнім у цій негативній статистиці є аспект нехтування ціннісним потенціалом фізичної культури. Знецінення фізичної підготовки у фізичній культурі в навчальних закладах відбувалося на тлі погіршення статистики щодо негативного стану здоров'я молоді.

Н. О. Рингач, (2009) у монографії «Громадське здоров'я як чинник національної безпеки» [263] пише про те, що «...стан здоров'я (фізичного, психічного, соціального) призовного контингенту в Україні впродовж останніх років є незадовільним з огляду на потребу у формуванні особового складу строкової служби, причому динаміка змін не дає підстави прогнозувати покращання ситуації в найближчому майбутньому. Загальне погіршення здоров'я молоді негативно позначається на стані національної безпеки через зменшення чисельності спроможних за станом здоров'я до виконання військового обов'язку та зниження якісних характеристик призовного контингенту» [263].

Цілком очевидним є те, що фізична підготовленість є надзвичайно важливим компонентом різноманітної підготовки захисників держави. Фізичній підготовці слід приділяти більше уваги, оскільки достатній рівень фізичної підготовленості молоді суттєво скорочує процес адаптації до військової служби безпосередньо у військовій частині, робить її ефективною і здатною реалізовувати покладені на неї обов'язки із захисту суверенітету України.

Рішення про скасування державних тестів і нормативів оцінки фізичної підготовленості населення України було недалекоглядним, адже це нанесло суттєву шкоду системі фізичного виховання в закладах освіти і було швидше політично вмотивованим, аніж науково доцільним.

Висновок про це можна опосередковано зробити із Постанови Кабінету Міністрів України від 9 грудня 2015 р. № 1045 «Про затвердження Порядку проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України». Мета цього щорічного оцінювання обґрунтовується наступним

чином: для «...визначення та підвищення рівня фізичної підготовленості населення України, створення належних умов для фізичного розвитку різних груп населення, покращення його здоров'я, забезпечення здатності до високопродуктивної праці, захисту суверенітету і територіальної цілісності України, а також сприяння у вихованні патріотизму та громадянської позиції» [234]. Із операції формальної логіки випливає, що у 2008 р. нормативи скасовуються із метою збереження здоров'я, а в 2015 р. впроваджуються для покращення здоров'я, що свідчить про деструктивність певних дій в управлінні сферою фізичної культури і спорту.

4.4 Проблемні аспекти та шляхи вдосконалення фізичного виховання, здоров'я і психологічної підготовки юнаків призовного віку до умов військової служби

Протягом останнього часу в Україні склалася загрозлива ситуація: різко погіршилося здоров'я і фізична підготовленість юнаків призовного віку. Це, насамперед, пов'язано з кризою в національній системі фізичного виховання, яка не відповідає сучасним вимогам і міжнародним стандартам фізичної підготовленості людини. Незаперечним є той факт, що кожен член суспільства має відповідально ставитися до свого здоров'я, свого фізичного розвитку і фізичної підготовленості, має розуміти їхнє особисте і соціальне значення, повинен відчувати і реалізувати внутрішню потребу фізичної і духовної досконалості.

Фізичне виховання є складовою всебічного розвитку особистості. Воно спрямоване на забезпечення фізичного розвитку індивіда, зміцнення здоров'я, морфологічне і функціональне вдосконалення організму людини. Чим більше розвинені фізичні і духовні сили людини, тим вищий рівень її працездатності і результативності праці, що насамперед необхідно в процесі військової служби. Отже, проблема фізичного виховання і сьогодні є актуальною та соціально значущою. Здорова людина більш активна, мобільна, життєрадісна

і загалом життєздатніша. Сучасний стан фізичного виховання юнаків призовного віку вимагає об'єктивного аналізу існуючих форм, систем і концепцій його розвитку в українському просторі. На сьогоднішній день серйозне занепокоєння викликає погіршення стану здоров'я сучасної української молоді, яка бажає служити у лавах Збройних сил України. У підростаючого покоління різко прогресують хронічні ревматичні хвороби серця, гіпертонія, неврози, артрити, сколіози, ожиріння тощо, що вже унеможлиблює вступ до Вищого військового навчального закладу або до служби в Збройних силах України. Тому нині активно йде переосмислення перспектив розвитку фізичного виховання допризовної молоді.

Пошуку засобів підвищення ефективності фізичного виховання допризовної молоді присвятили свої дослідження багато вчених. Організаційно-педагогічне та методологічне підґрунтя вдосконалення системи фізичного виховання викладено у дослідженнях Т.Ю. Круцевич, [294] Б.М. Шияна [339]; диференційованому фізичному вихованню майбутніх воїнів присвячені дослідження А.І. Босенка [44], І.О. Ільницького [117].

Серед багатьох проблем, однією з актуальних є втрата інтересу юнаків до занять фізичною культурою, що зумовлено низкою вагомих причин. Серед них: недостатній рівень знань у вчителів загально-освітніх закладів в області фізичного виховання; відсутність індивідуального підходу до конкретної молоді людини з її особливостями і потребами; відсутність належної навчально-тренувальної бази у загальноосвітніх школах.

Однієї із складових окресленої вище проблеми є недостатнє залучення юнаків призовного віку до самостійних занять фізичною культурою та спортом.

Самостійність у роботі, збільшення її значення у системі навчання сприяє більш повному розкриттю потенційних можливостей допризовника, забезпечує формування інтересу до вивчення предмету, активізує мислення, спонукає до глибокого знання і слугує вмінню активно набувати його [277].

Обов'язкові заняття з фізичного виховання в загально-освітніх школах не завжди спроможні поповнити дефіцит рухової активності допризовників, забезпечити відновлення їх розумової працездатності, запобігти захворюванням, що розвиваються на фоні хронічної втоми. Вирішенню цього завдання сприяють самостійні заняття фізичними вправами протягом тижня. Організація самостійних занять допризовників передбачає: підвищення рівня теоретичних знань з фізичної культури і спорту; підготовку до виконання нормативів з програми фізичного виховання, професійну підготовленість, удосконалення рухових умінь та навичок, які були засвоєні на обов'язкових заняттях. Самостійні заняття фізичною культурою та спортом допомагають ліквідувати дефіцит рухової діяльності, сприяють більш активному засвоєнню навчальної програми та здачі нормативів. Ці заняття надають можливість оволодіти цілим рядом нових рухових умінь та навичок, які не передбачені програмою з фізичного виховання у загально-освітніх навчальних закладах, розширити діапазон рухових дій, підвищити спортивну майстерність. Під час проведення самостійних занять підвищується не тільки рівень фізичної підготовленості допризовників, але й розвиваються такі моральні якості, як працьовитість та самодисциплінованість [115, 119].

Безперечно, нагальною у своєму вирішенні є проблема забезпечення формування духовно-фізичного розвитку особистості у системі фізичного виховання. Духовно-фізичний розвиток особистості – одна з постійних проблем, без успішного розв'язання якої неможливе виховання всебічно розвиненої особистості. Через відсутність духовних цінностей і відповідної мотивації, усвідомленої потреби в руховій активності, допризовна молодь не зацікавлена в систематичних заняттях фізичними вправами як в ефективному універсальному засобі фізичного й духовного розвитку. Так, у допризовників в масштабах країни – у більшості недостатній рівень здоров'я, фізичної підготовленості, має місце фізична безграмотність, відсутність потреб у заняттях фізичними вправами, у засвоєнні різноманітних цінностей фізичної культури. Однієї із причин, найімовірніше, є виключно

прикладний характер практики фізичного виховання, тобто з переважним впливом на тілесну сторону людини. При цьому недооцінюються можливості фізичної культури у формуванні духовно-ціннісної сторони людини (розвиток її моральних, інтелектуальних, естетичних та духовних компонентів). У свою чергу, саме навчально-виховний процес з фізичного виховання безпосередньо може вплинути на зміну цього ставлення і на формування у допризовників духовних і фізичних якостей. Сучасна система фізичної освіти являє собою педагогічний процес, що не торкається душі людини, не будить емоцій, естетичних почуттів, не дає простору для розвитку особистості, а вимагає лише механічного виконання фізичних вправ. Проблема взаємозв'язку духовної і фізичної культури знайшла відображення у роботах Ю. П. Горго, [69] Е. П. Ільїна[107] та інших вчених [96, 131]. Взаємозв'язок фізичного та духовного виховання виявляється у формуванні почуттів прекрасного у рухах, які впливають на розвиток відповідних понять у поведінці та у діянні людини, а також на розвиток духовного світу.

У сучасному суспільстві велика увага приділяється вихованню у людей свідомого ставлення до фізичного розвитку, стану свого здоров'я, адже людина, яка знає і розуміє користь від регулярних занять фізичною культурою та спортом і вміє на практиці реалізувати ці знання, здатна на творчу, активну, суспільно-громадську діяльність. [95].

Аналіз літературних джерел [57, 88, 105, 133, 134, 135] свідчать про те, що на момент вступу до Вищих військових навчальних закладів або на службу до лав Збройних сил України різні відхилення у стані здоров'я спостерігаються у кожного третього підлітка. Це пояснюється тим, що навчання у школі супроводжувалось дефіцитом рухової активності, нервовим перенапруженням, необхідністю засвоєння та переробки учнями великої кількості інформації.

Одним зі шляхів вирішення дефіциту рухової активності є підвищення уваги до фізичного виховання, пошук нових форм та засобів навчання,

впровадження в навчальний процес інноваційних педагогічних технологій, які дозволяють удосконалити навчально-виховний процес у відповідності до сучасних вимог.

Використання сучасних технологій на заняттях фізичної культури дає змогу викладачеві найбільш якісно виконувати одну із важливих вимог до сучасного навчального процесу: у поєднанні з освітньою спрямованістю досягти високої моторної компактності, динамічності, емоційності, які стимулюють інтерес допризовної молоді до занять фізичними вправами. На підставі проведених досліджень встановлено, що факторами підвищення рівня фізичної підготовленості допризовника є [23, 45, 119] :

- систематичні заняття фізичними вправами;
- загартування організму;
- здорове харчування;
- боротьба із шкідливими звичками;
- активний відпочинок.

Нами визначено наступні шляхи вдосконалення системи фізичного виховання:

- мотивувати підлітків до занять фізичними вправами за допомогою відеоматеріалів, зустрічей з відомими спортсменами та громадськими активістами в області здорового способу життя;
- заохочувати молодь до участі у благодійних змаганнях в ролі волонтерів а також учасників.
- створювати спортивно-туристичні гуртки; підвищувати рівень теоретичних знань щодо організації та методики проведення самостійних занять;
- посилити гуманістичну спрямованість фізичного виховання;
- активно залучати молодь до здорового способу життя (оскільки у сучасному суспільстві спостерігається широке розповсюдження

паління, вживання алкогольних напоїв та наркотичних речовин, належності від комп'ютерних ігор та ігрових автоматів).

У будь-якому суспільстві здоров'я людини є вищою цінністю, найважливішим надбанням держави, воно – безперечний пріоритет, запорука життєстійкості і прогресу суспільства. Та на жаль, в нашій країні спостерігається виразна тенденція до погіршення стану здоров'я допризовної молоді.

Усі вище окреслені шляхи сприятимуть підвищенню інтересу й активності допризовників до самостійних занять фізичними вправами, веденню здорового способу життя. У плані перспективи можна зазначити, що така організація фахової підготовки надасть можливість сформувати всебічно розвинену особистість, яка без будь-яких проблем зможе поступити у Вищий військовий навчальний заклад або призиватись на службу до лав Збройних сил України.

4.5 Оцінка фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України

Для подальшого обґрунтування визначення основних складових і розробки моделі фізичної готовності призовного контингенту до служби в Збройних силах України України постало питання щодо визначення показника ефективності заходів педагогічного впливу, як маркера досягнення корисного кінцевого результату досліджуваного навчально-виховного процесу – чисельної (кількісної) оцінки фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України.

За нашим переконання, а також – враховуючи думку фахівців-експертів (дод. А,Б), це повинна бути *об'єднана* (інтегральна) оцінка складових фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України, тобто – порівняння ступеню досягнення призовним контингентом корисного кінцевого результату за напрямом фізична підготовка (культура) з

еталонними уявленнями, описами в навчальних програмах, методичних рекомендаціях, навчально-методичних, навчальних посібниках та інших нормативних документах.

У процесі проведеного експертного опитування (дод. А,Б) вдалося підтвердити доцільність і нагальну значущість досягнення належного рівня фізичної підготовленості в процесі проведення форм фізичної культури (фізичного виховання) у призовного контингенту, що сприятиме функціональній готовності серцево-судинної системи, набуттю та сформованості військово-прикладних рухових навичок.

Для отримання об'єктивної оцінки ефективності функціонування процесу фізичної підготовки призовного контингенту українців до військової служби, за результатами проведеної роботи, нами запропоновано структурну модель інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України (рис. 4.1).

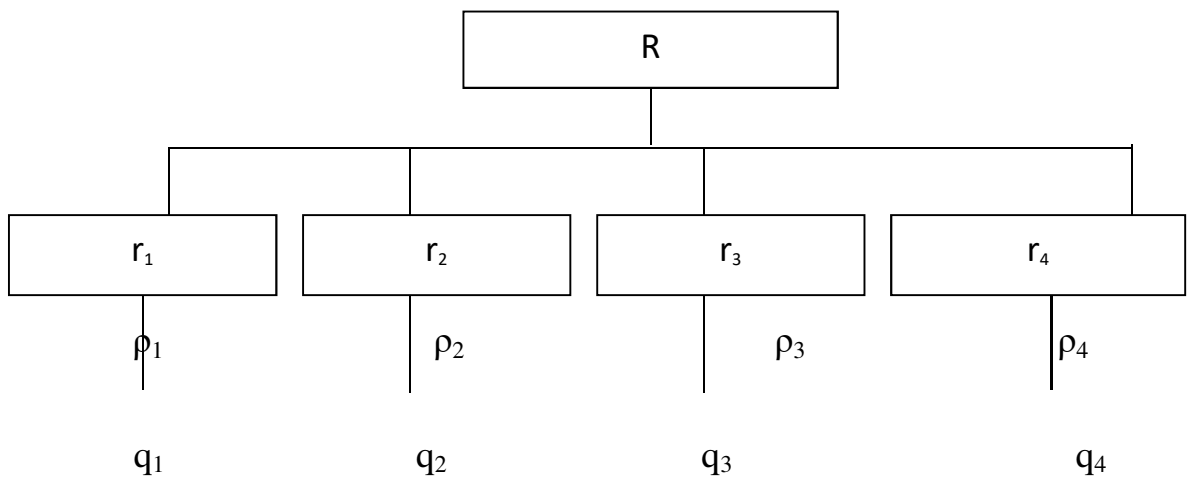


Рис. 4.1 Структурна модель інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України.

Примітка:

R – інтегральна оцінка фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України;

r_1 – рівень сформованості та розвитку загальних фізичних якостей;

- r_2 – рівень сформованості та розвитку спеціальних фізичних якостей;
- r_3 – рівень набуття військово-прикладних рухових умінь;
- r_4 – стан роботи серцево-судинної системи
- ρ_1 - ρ_4 – коефіцієнти вагомості показників складових інтегральної оцінки;
- q_1 - q_4 – показники (первинні оцінки) складових інтегральної оцінки.

Використовуючи логічну послідовність зазначеної на рис. 4.1 структурної моделі інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в силах безпеки й оборони, при наявності числових значень рівнів показників складових інтегральної оцінки, для визначення рівня загалом інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України, ми скористатись рівнянням [189]

$$R = \sum_{j=1}^4 r_j = \sum_{j=1}^4 q_j \rho_j \quad (4.1)$$

де: R – інтегральна оцінка фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України;

- r_j – рівні показників інтегральної оцінки;
- q_j – показники (первинні оцінки) складових інтегральної оцінки;
- ρ_j – коефіцієнти вагомості показників складових інтегральної оцінки.

Оцінювання (тестування) рівня всіх складових інтегральної оцінки фізичної готовності повинно відбуватись поетапно під час поточного та підсумкового річного (семестрового) контролів за навчальним предметом «Фізична культура» [42].

Рівень сформованості та розвитку загальних фізичних якостей, як фундаментальної складової інтегральної оцінки, оцінюється практичним виконанням вправ: підтягування на перекладині, біг на 100 (60) м, біг на 3000 м. [42].

Рівень сформованості та розвитку спеціальних фізичних якостей (і набуття військово-прикладних рухових умінь, як невід’ємних складових інтегральної оцінки, оцінюється практичним виконанням спеціальних вправ: «комплексна вправа на спритність», подолання смуги перешкод, виконання

прийомів рукопашного бою, плавання в одязі з вагою 2 кг, пірнання в довжину, пересування на 5000 м з вагою 3 кг, «кут» в упорі на брусах, комплексна координаційна вправа тощо [42].

Стан роботи серцево-судинної системи оцінюється за індексом Робінсона.

З метою визначення кількісної міри ступеня вагомості та пріоритетності кожного з показників інтегральної оцінки, для об'єктивного визначення якості навчально-виховного процесу за напрямом функціонування навчального предмету «Фізична культура» та для здійснення віддаленого прогнозу ефективності його результатів, нами проведено аналіз комплексної характеристики складових досліджуваної оцінки, що одержані за каналом зворотного зв'язку та за допомогою експертної оцінки (дод. Б).

Поєднання елементів експертного опитування за методом Дельфі та методу сучасної теорії ієрархічних систем Т. Сааті з використанням запропонованої в 2013 році О. Ольховим інформаційної програми (дод. Б) [194, 279, 280] забезпечило визначення нами кількісної міри ступеня важливості та пріоритетності вагових коефіцієнтів кожної зі складових (табл. 4.6) інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України.

За результатами проведеного дослідження ми отримали середні показники вагових коефіцієнтів за всіма його складовими, що дозволило оперативно відобразити результати експертної оцінки за коефіцієнтами вагомості показників (див. підр. 2.1.3) інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України (див. табл. 4.6).

Таблиця 4.6

**Коефіцієнти вагомості складових інтегральної оцінки
фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України**

Складові інтегральної оцінки	Значення складових	
	умовна позначка	коефіцієнт вагомості
Рівень сформованості та розвитку загальних фізичних якостей (r_1)	ρ_1	0,411
Рівень сформованості та розвитку спеціальних фізичних якостей (r_2)	ρ_2	0,235
Рівень набуття військово-прикладних рухових умінь (r_3)	ρ_3	0,216
Стан роботи серцево-судинної системи (r_4)	ρ_4	0,138

Кожна з наведених вище складових лише умовно відділена в цілісній інтегральній оцінці фізичної готовності молоді до служби в Збройних сили України, інтегрується з іншими показниками та складовими і є частковим виявом цієї оцінки.

Діагностування складових в нашому дослідженні здійснювалось за кількісною мірою ступеня їх важливості, повноти, стабільності вияву, наявності можливих відхилень чи недоліків по відношенню до вирішення мети та завдань забезпечення фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України. Якщо такі відхилення з'являться, то необхідно проаналізувати, які вони, з якої причини виникли, що слід зробити для їх усунення і запобігання у майбутньому. Без оціночного контролю, без коригування помилкових дій, навчання буде "сліпим", ним неможливо керувати, тобто, воно припиняє бути взагалі «керованим», його результати стануть непередбачуваними.

Узагальненою дефініцією інтегральної оцінки ефективності процесу фізичного виховання є фізична готовність молоді, що проявляється у вигляді

здатності до служби в Збройних силах України.

Для забезпечення якісної результативності організації навчально-виховного процесу української молоді віком 14-17 років (за напрямом фізична культура (фізичне виховання) і досягнення максимальної фізичної готовності їхнього організму до служби в Збройних силах України нами було здійснено анкетне опитування 21 експерта (дод. А,Б) щодо досліджуваного аспекту.

Визначено причини, що знижують ефективність функціонування діючої системи фізичної культури призовного контингенту українців за напрямком підготовки до служби в Збройних силах України, це: неправильне планування навчальних занять (37% опитаних), невідповідність змісту системи фізичної культури вихідним задачам навчання (23% опитаних), відволікання молоді від навчання (22% опитаних), недостатня кількість часу на вивчення навчального предмету (18% опитаних).

Анкетним опитуванням підтверджено, що рівень підготовленості кадрового потенціалу (учителів фізичної культури) існуючої системи фізичної культури відповідає завданням, що на неї покладено законодавчими актами України (в площині підготовки до служби в Збройних силах України) (98% опитаних)

Враховуючи наявний стан фізичної готовності молодого поповнення до служби у військових частинах та підрозділах, на думку експертів, існуюча система фізичної культури призовного контингенту українців потребує корегування (58% опитаних) та введення обов'язкового семестрового (по чвертям) виконання тестових завдань контрольних нормативів (42% опитаних) для визначення стану фізичної підготовленості та розвитку організму.

Також, абсолютна більшість експертів вважає, що рівень функціонального стану серцево-судинної системи (67% опитаних), загальної фізичної підготовленості (73% опитаних), набутих до призову військово-прикладних рухових умінь (59% опитаних) і сформованості та розвитку

спеціальних фізичних якостей (83% опитаних) призовного контингенту українців якісно впливає на проходження молодим поповненням в подальшому військової служби.

За результатами опрацювання анкет встановлено середньостатистичне відсоткове наповнення використання в навчальних програмах середньої та старшої школи засобів фізичної підготовки за складовими, що забезпечуватимуть фізичну готовність до служби в Збройних силах України за роками навчання (табл. 4.7).

Таблиця 4.7

Відсотковий розподіл в навчальних програмах з фізичної культури засобів, що спрямовані на розвиток і вдосконалення у призовного контингенту українців фізичних якостей і набуття військово-прикладних рухових умінь

Засоби, що спрямовані на:	14-15 років	15-16 років	16-17 років
розвиток загальних фізичних якостей, %	66,4	58,3	51,8
розвиток спеціальних фізичних якостей, %	21,5	22,4	21,9
набуття військово-прикладних рухових умінь, %	12,1	19,3	26,3

Окрім того, на думку респондентів, для якісної підготовки молоді до служби в Збройних силах України, діюча система фізичної культури призовного контингенту українців повинна мати виражене спрямування:

- на набуття та розвиток загальних фізичних якостей: сили – 25%, швидкісних якостей – 20%, витривалості – 25%, спритності – 20%, гнучкості – 10%;
- на набуття та розвиток спеціальних фізичних якостей, а саме стійкості до: заколихування – 20% опитаних, перевантаження – 20% опитаних, кисневого голодування – 15% опитаних, дихання під надлишковим тиском – 15% опитаних, гіпервентиляції – 15% опитаних, вібрації – 15% опитаних;
- на набуття рухових умінь до: подолання перешкод та

пересування пересіченою місцевістю – 20% опитаних, виконання прийомів рукопашного бою – 20% опитаних, плавання в одязі з додатковою вагою – 15% опитаних, пірнання в довжині і глибину – 12% опитаних, веслування на ялах – 8% опитаних, пересування на лижах – 11% опитаних, метання гранат на дальність – 9% опитаних, метання гранат на влучність – 10% опитаних.

4.6 Модель фізичної готовності призовного контингенту громадян України до служби в Збройних силах України

Для обґрунтованого формування моделі фізичної готовності молоді, до служби в Збройних силах України, враховуючи складність інтегративного освітянського процесу, в умовах наявної соціально-економічної ситуації нами застосовано один із найбільш прийнятних загальнонаукових методів дослідження – моделювання, суть якого полягає у теоретичній побудові моделей педагогічних об'єктів та явищ до яких відноситься й система фізичного виховання призовного контингенту українців, що забезпечуватиме корисний кінцевий результат – фізичну готовність молоді до служби в Збройних силах України. При цьому орієнтиром розробки створеної моделі постала узагальнена модель військової служби.

Системний аналіз, з урахуванням наявних у теорії та практиці чинного педагогічного процесу фізичного виховання допризовної молоді положень, привів нас до обрання акмеологічного підходу для створення моделі фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України, що викликане:

- наявним змістом системи фізичного виховання допризовної молоді, методичним забезпеченням навчально-виховного процесу і вимогами щодо фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України;
- специфікою загальної спрямованості діючої системи фізичного виховання допризовної молоді та внутрішніми мотивами розвитку їх особистості, індивідуальних та фізичних якостей;

- наявним рівнем фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України та існуючими вимогами до випускників середньої освіти, правовим і економічним аспектами України.

Наука акмеологія розглядає людину як суб'єкта життєвого шляху і розробляє засоби досягнення окремою особистістю соціальних і професійних вершин. У перекладі з грецької «акме» означає «пік, вершина, вищий ступінь чогось». Бути в «акме» означає «бути на вищому ступені розвитку» [34]. Тобто, взявши за основу формування моделі фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України акмеологічний підхід, ми виходили з позиції самореалізації та зрілості призовного контингенту, де навчально-виховні освітянські процеси логічно змінюються та продовжуються процесами самореалізації у формі самовиховання, самоосвіти та самовдосконалення [34].

Проведеним дослідженням підтверджено необхідність використання, в якості складових системи фізичного виховання призовного контингенту українців, саме напрямів з розвитку спеціальних фізичних якостей і набуття військово-прикладних рухових умінь. Це забезпечить можливість досягнення вершини акмеологічної моделі фізичної готовності – функціональної готовності серцево-судинної системи їхнього організму до служби в Збройних силах України.

Отже, за результатами аналізу документальних та науково-літературних джерел, проведеного експертного опитування (дод. А,Б), нами сформовано акмеологічну модель фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України, а в якості взаємопов'язаних невід'ємних складових цієї моделі визначено:

- загальна фізична підготовленість – сформованістю і розвитком загальних фізичних якостей (сили, швидкості, витривалості, спритності та гнучкості);
- спортивно-спрямована фізична підготовленість – сформованістю та розвитком спеціальних фізичних якостей (стійкості до заколихування,

перевантаження, кисневого голодування, дихання під надлишковим тиском, гіпервентиляції, вібрації);

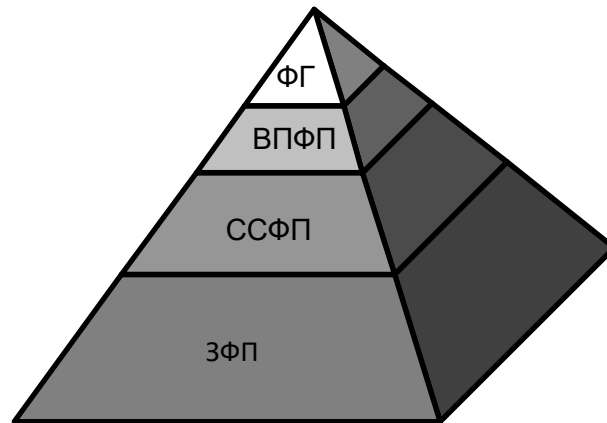
- військово-прикладна фізична підготовленість – набуттям військово-прикладних рухових умінь (вправи на лопінгу та гімнастичних колесах, подолання смуги перешкод, виконання прийомів рукопашного бою, плавання в обмундируванні зі зброєю, пірнання в довжину і глибину, веслування на ялах тощо);

- функціональна готовність – належний стан серцево-судинної системи (рис. 4.2).

Оптимальне змістове наповнення фізичної підготовки призовного контингенту українців за вищенаведеною моделлю фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України ґрунтуватиметься і визначатиметься:

- вимогами Воєнної доктрини України;
- сутністю фізичної готовності призовного контингенту українців до служби в Збройних силах України;
- встановленням наповнення складової, адаптованої до сучасних вимог моделі забезпечення готовності призовного контингенту українців до служби в Збройних силах України;
- розкриттям основних механізмів ефективності системи фізичної підготовки призовного контингенту українців до служби в Збройних силах України;
- забезпеченням поєднання державних і особистих інтересів призовного контингенту в процесі фізичного вдосконалення, підвищенні мотивації до занять фізичною підготовкою та спортом і рівня відповідальності за індивідуальну фізичну підготовленість.
- функціональним станом серцево-судинної системи осіб призовного контингенту;

- соціально-економічним та науково-технічним рівнем розвитку країни, станом наукового обґрунтування та методичного забезпечення функціонування системи фізичної підготовки у Збройних силах України.



1

Рис. 4.2. Акмеологічна модель фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України:

Примітки:

ФГ – функціональна готовність серцево-судинної системи;

ВПФП – військово-прикладна фізична функціональна готовність серцево-судинної системи підготовленість;

ССФП – спортивно-спрямована фізична підготовленість;

ЗФП – загальна фізична підготовленість.

Формуючи змістове наповнення моделі забезпечення готовності призовного контингенту українців до служби в Збройних силах України, з врахуванням сьогоденного її стану, нами враховано низку вищезазначених складових, що дають можливість достатньо повно охопити всі суттєві характеристики явища, що досліджується. Для практичної реалізації моделі була розроблена технологічна модель фізичної підготовки молоді в системі закладів загальної середньої освіти. Модель складається з наступних компонентів: мети, завдань, спрямованості засобів фізичного виховання у

відсотковому відношенні в 9-11 класах, форм організації занять і рухового режиму, контролю фізичної підготовленості допризовної молоді. (рис. 4.3).

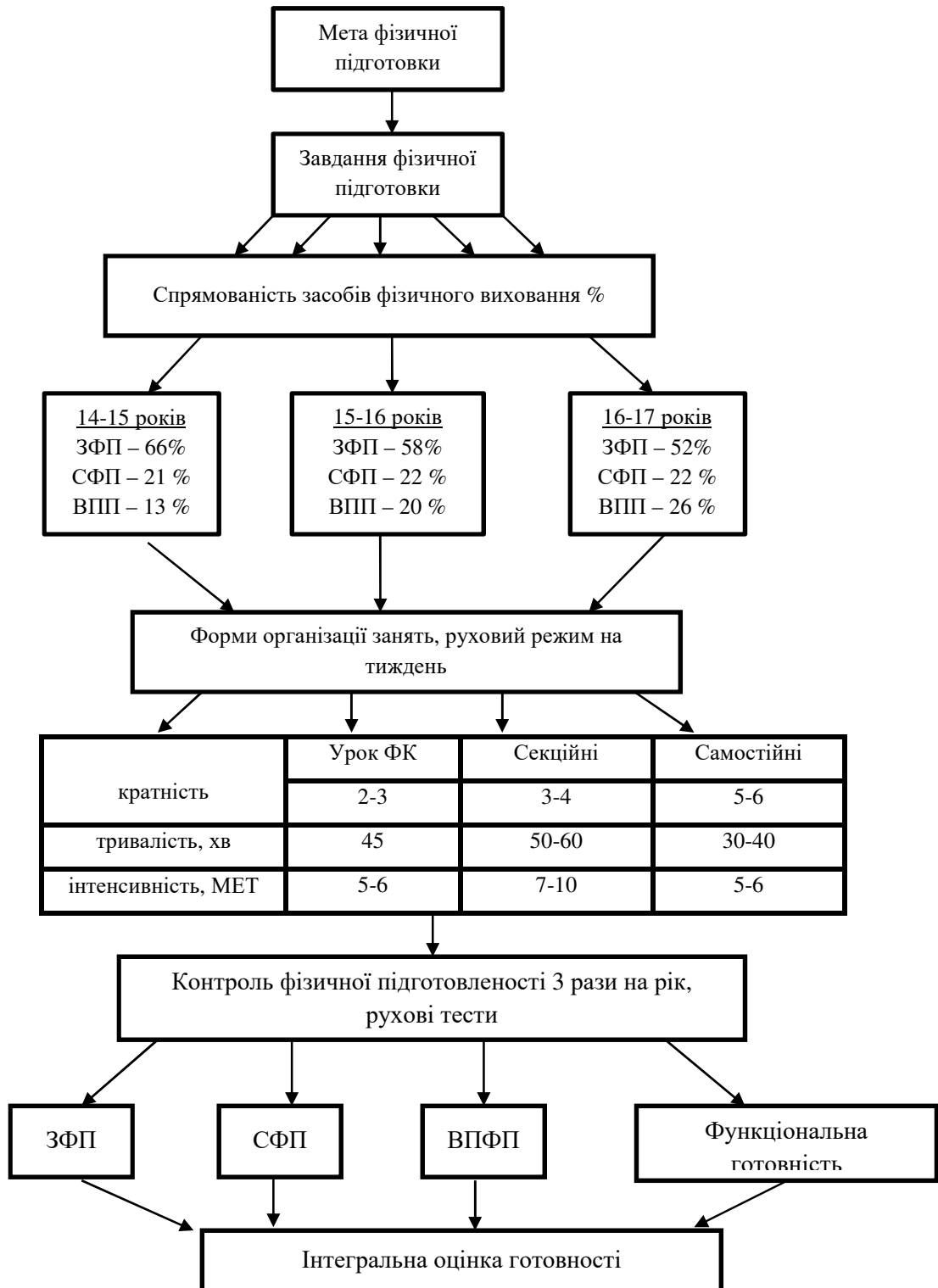


Рис. 4.3. Технологічна модель фізичної підготовки допризовної молоді в системі ЗЗСО

Метою фізичної підготовки є формування рухових умінь і навичок, розвиток фізичних здібностей (якостей), забезпечення гармонійного фізичного розвитку (загальної фізичної підготовки) та спеціальної фізичної підготовки відповідно до вирішення конкретних завдань військово-прикладної спрямованості.

Завданнями фізичної підготовки є:

- покращення фізичного розвитку;
- прискорення адаптації призовного контингенту до умов військової служби та підвищення військово-спеціальної підготовленості;
- набуття та вдосконалення призовним контингентом військово-прикладних рухових навичок і умінь з рукопашної підготовки, подолання перешкод, метання гранат на дальність та точність, пересування пересіченою місцевістю в пішому порядку та на лижах, марш-кидків, військово-прикладного плавання, веслування на ялах тощо;
- забезпечення стійкості організму призовного контингенту до впливу несприятливих чинників подальшої військової служби: стійкості до заколихування, перевантажень, кисневого голодування, вібрації, гіпервентиляції, дихання під надмірним тиском, різних температурних режимів;
- підвищення та забезпечення у призовного контингенту службової працездатності та активності, зміцнення здоров'я та профілактика захворювань.

Спрямованість засобів фізичного виховання можна визначити у відсотках (табл. 4.7) відповідно до вікових груп підлітків. Експерти дають рекомендації стосовно співвідношення засобів фізичного виховання на розвиток сили, швидкісних якостей, витривалості, спритності, гнучності, а також на розвиток спеціальних фізичних якостей, таких як: стійкість до заколихування, перевантаження, кисневого голодування, вібрації тощо.

Формами організації фізичної підготовки в системі закладів загальної середньої освіти учнів старших класів є: урок фізичної культури, секційні заняття і самостійні заняття фізичними вправами.

Уроки фізичної культури проводяться відповідно програми фізичної культури для учнів 10-11 класів. Згідно «Програми» існує інваріативний модуль фізичної підготовки, який в 10 класі може складати біля 60% часу, а в 11 класі – 50%.

Для розвитку спеціальних фізичних якостей можна використовувати види спорту із рекомендованих варіативних модулів: плавання, види єдиноборств, кросфіт тощо.

Секційні заняття рекомендовано проводити 3-4 рази на тиждень тривалістю 50-60 хв.

До змісту занять військово-прикладним багатоборством ми пропонуємо включати такі розділи – плавання, легка атлетика, стрільба, подолання смуги перешкод. Зміст запропонованих видів спорту є орієнтовним і може бути змінений, в залежності від наявних матеріально-технічних умов, кадрового складу закладу середньої освіти.

Інтенсивність фізичних навантажень можна визначити за показником МЕТ – відношення енергетичної вартості навантаження до інтенсивності основного обміну. 1 МЕТ відповідає рівню основного обміну і становить 4,6-5,4 кДЖ або 1,1-1,4 ккал•хв⁻¹.

Згідно рекомендацій щодо енергетичної характеристики окремих видів вправ [294]. Т.Ю.Круцевич (2017) можна визначити широке коло фізичних вправ, які можуть бути обраними за інтересами і можливостями учнів. Так, на рівні 5-6 МЕТ може бути: ходьба зі швидкістю 6-6,5 км•год⁻¹; біг підтюпцем; їзда на велосипеді зі швидкістю 15-16 км•год⁻¹; веслування зі швидкістю 70-30 м•хв⁻¹; робота на велотренажері потужністю 1,3-1,5 Вт•кг⁻¹; швидкі танці; гімнастичні вправи.

Самостійні заняття можуть виконуватись за індивідуальними програмами, які складаються самостійно учнями старших класів з

консультаціями вчителів фізичної культури. Форма індивідуальної програми занять фізичними вправами може бути за варіантом, що надана [294]. Т.Ю.Круцевич (2017).

Контроль фізичної підготовленості здійснюється 3 рази на навчальний рік. У вересні місяці – попередній педагогічний контроль для визначення вихідного рівня фізичної підготовленості учнів. Можна використовувати рухові тести згідно програми «Фізична культура для учнів 10-11 класів». Це біг на 100 м, 3000 м (юнаки), підтягування на перекладині, стрибок у довжину з місця, піднімання тулуба з положення лежачи, нахил з положення сидячи. Рівень виконання оцінюється за 12 бальною системою.

В кінці першого і другого семестру здійснюється комплексний інтегральний контроль за показниками загальної фізичної, спеціальної, військово-прикладної підготовленості та показника роботи серцево-судинної системи.

Тести для визначення спеціальної фізичної підготовленості юнаків можуть обиратися вчителем відповідно до умов школи. Це: комплексна вправа на спритність, човниковий біг 10x10 (с), згинання і розгинання рук в упорі на брусах (кількість разів), підйом переворотом на перекладині (кількість разів), плавання 50 м (с) (нормативи – додаток В.)

Для визначення прикладної фізичної підготовленості можуть бути рекомендовані такі вправи, як: метання гранати Ф1 на дальність (м), смуга перешкод (хв., с), біг 100 м зі старту лежачи (с), човниковий біг 6x100 м з макетом автомата, воєнізований крос 3000 м (нормативи до додаток В)

Стан серцево-судинної системи оцінюється за індексом Робінсона.

$$\text{Індекс Робінсона} = \text{IP} = \frac{\text{ЧСС}_{\text{спок, уд}} \cdot \text{ХВ}^1 \cdot \text{АТ}_{\text{сучт, мм рт.ст.}}, \text{ ум. од.}}{100}$$

Оцінка: ≥ 96 (3 бали);

95-85 (4-6 балів);

84-76 (7-9 балів);

75-70 (10-12 балів).

Інтегральну оцінку фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України розраховуємо за формулою:

$$R = \sum_{j=1}^4 r_j = \sum_{j=1}^4 q_j p_j \quad (4.1)$$

Всі показники $r_1 - r_4$ оцінюємо в балах від 1 до 12. 1-3 бали (низький рівень), 4-6 бали (середній), 7-9 бали (достатній), 10-12 (високий). Використовуючи коефіцієнти $p_1 - p_4$ визначаємо межі рівнів складових $q_1 - q_4$ інтегральної оцінки.

Таким чином ми можемо визначити рівень сформованості окремих компонентів інтегральної фізичної готовності молоді до служби в силах безпеки і оборони України (табл. 4.8), а також коректувати вміст засобів фізичного виховання залежно від таких складових, які відстають від належної норми.

Таблиця 4.8

Оцінка рівня сформованості за складовими інтегральної фізичної готовності (бали)

$\sum_n r$	P_j	Оцінка q (бали)				
		q_j	12-10 б	9-7 б	6-4 б	3 б і менше
r_1	$P_1=0.411$	q_1	4,93 – 4,11	3,70 – 2,88	2,47 – 1,64	1,23
r_2	$P_2=0.235$	q_2	2,82 – 2,35	2,16 – 1,64	1,41 – 0,94	0,71
r_3	$P_3=0.216$	q_3	2,59 – 2,16	1,94 – 1,51	1,30 – 0,87	0,65
r_4	$P_4=0.138$	q_4	1,66 – 1,38	1,24 – 0,97	0,83 – 0,55	0,41
$R_{\text{ІНТ}}$	$\sum_j^4 r_j$		12 – 10	9 – 7	6 – 4	3

r_1 – рівень сформованості загальних фізичних якостей

r_2 – рівень сформованості спеціальних фізичних якостей

r_3 – рівень прикладної фізичної підготовленості

r_4 – стан роботи с.с.с.

$P_1 - P_4$ – коефіцієнти високості показників складових інтегральної оцінки.

$q_1 - q_4$ – показники складових інтегральної оцінки

Основою фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України стало розуміння того, що кожна зі складових, яка входить до змісту навчально-виховного процесу за напрямом «фізична культура (виховання)», є показником ефективності заходів педагогічного впливу і використовується для досягнення корисного кінцевого результату цього процесу [195].

Висновки до 4 розділу

Фізична підготовка у країнах-учасницях НАТО та в Україні розглядається як один із найважливіших компонентів бойової готовності, як базовий фактор для реалізації технічної та психологічної готовності військ. Найбільш важливими компонентами фізичної готовності вважаються: сила, швидкість, витривалість та спритність, військово-прикладні рухові навички, а також психологічні якості. У сьогоденні зберігається та підсилюється, проявляючись на різних ступенях та в різних формах залежно від конкретних умов кожної країни, тенденція до інтенсифікації, уніфікації та підвищення військово-прикладної направленості фізичної підготовки військ (сил).

Для ефективного вирішення загальних і спеціальних задач фізичної підготовки військовослужбовців вже на етапі фізичної підготовки молоді до служби в Збройних силах України доцільно застосовувати вправи з їх направленістю на розвиток та підтримання потрібного рівня фізичних та спеціальних фізичних якостей, військово-прикладних рухових умінь з урахування особливостей вікового розвитку юнаків.

Основними концептуальними положеннями модернізації підходів до організації та змістового наповнення діючих у збройних силах країн Північноатлантичного блоку й України систем фізичної підготовки є:

- інтенсифікація процесу фізичної підготовки;

- фундаментальний розвиток загальної фізичної підготовленості військовослужбовців;
- пріоритетний розвиток військово-прикладної спрямованості процесу фізичної підготовки
- спортивна спрямованість процесу фізичної підготовки;
- забезпечення функціональної готовності організму кожного військовослужбовця до виконання функціональних службових та бойових завдань.

Скасування державних тестів і нормативів оцінки фізичної підготовленості населення України спричинило девальвацію фізичної підготовки у фізичному вихованні освітніх закладів України та негативно відбилось на фізичному стані громадян і, зрештою, на обороноздатності держави.

Кардинальні зміни, що відбуваються в усіх сферах життєдіяльності суспільства, вимагають нових підходів до виховання та соціалізації підростаючого покоління. Особливого значення набуває формування гармонійно розвиненої, суспільно активної, фізично досконалої, здорової особистості. Виховання здорового покоління з гармонійним розвитком фізичних і духовних якостей – одне з основних завдань сучасного суспільства.

Незадовільний рівень фізичної підготовленості призовного контингенту українців вимагає нагального перегляду та прийняття кардинальних змін щодо процесу підготовки молоді до служби в Збройних силах України, у напрямках:

- управління та сутності процесу фізичного вдосконалення призовного контингенту українців;
- визначення оптимальних шляхів забезпечення максимальної ефективності функціонування системи фізичного виховання призовного контингенту українців;

- методології реалізації специфічних і неспецифічних функцій системи фізичного виховання призовного контингенту українців й шляхи досягнення нею корисних кінцевих результатів.

Сучасна модель середньо освітньої системи фізичної культури в Україні повинна включати такі основні складові: загальна фізична підготовка; спортивно-спрямована фізична підготовка; військово-прикладна фізична підготовка. Визначене повноцінно забезпечить функціональну готовність серцево-судинної системи допризовної молоді до служби в Збройних силах України.

Результати дослідження висвітлені у наступних публікаціях автора [146, 187, 215, 219, 269].

РОЗДІЛ 5

АНАЛІЗ ТА УЗАГАЛЬНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ

Реальні загрози суверенітету України, її територіальної цілісності зумовили необхідність підвищення рівня готовності молоді до виконання свого патріотичного обов'язку та, відповідно, високого рівня функціональної та психофізичної підготовленості. У цих умовах особливої актуальності набули питання пошуку ефективної системи підготовки допризовної молоді до служби у Збройних силах України.

Фізична підготовка, на думку фахівців є основним засобом бойової підготовки військовослужбовців, а також структурною складовою, яка забезпечує боєдатність збройних сил у цілому. Як зазначають Ю.А. Бородін [43], А. І. Босенко, О.Д. Гусак [79], С.В. Романчук [270], С.С. Федак [309], [45] фізична підготовка є базовим чинником для реалізації технічної та психічної готовності військ, засобом адаптації до військово-професійної діяльності.

Але, результатом чисельних досліджень свідчать про незадовільний рівень фізичної підготовленості допризовної молоді [89, 116, 154].

Зокрема А.І. Буженко (2016) констатує, кількість визнаних придатними до військової служби зменшилась із 49% до 37% і 32% протягом 3,4 і 5-ї хвиль мобілізації відповідно ($p < 0,05$), а кількість юнаків визнаних непридатними до військової служби в мирний час, обмежено придатними у воєнний час і непридатними з виключенням із військового обліку збільшилась з 21%, та з 2% до 3% і 3% протягом 3,4 і 5-ої хвиль мобілізації відповідно ($p < 0,05$) [48]. Можна говорити про те, що у значній мірі ця негативна статистика обумовлена нехтуванням ціннісного потенціалу фізичної культури. Особливе занепокоєння викликає те, що девальвація фізичної підготовки у фізичній культурі в освітніх закладах відбулась на тлі статичних даних про негативний стан здоров'я дітей, підлітків і молоді України.

Н.О. Рингач (2009) у монографії «Громадське здоров'я як чинник національної безпеки» зазначає, що стан здоров'я (фізичного і соціального) призовного контингенту в Україні впродовж останнього десятиліття є незадовільним з огляду на потребу у формуванні особового складу строкової служби, причому негативна динаміка змін не дає підстав для прогнозування покращення ситуації в найближчому майбутньому. Автор наголошує, що загальне погіршення здоров'я молоді негативно позначається на стані національної безпеки, оскільки зменшується кількість здорових і фізично підготовлених юнаків призовного віку [263].

Т.І. Лошицька (2007), досліджуючи стан здоров'я і рівень фізичної підготовленості юнаків 17-20 років у середині 2000-х років, наводить дані про те, що випускники шкіл і студенти, які є потенційним мобілізаційним ресурсом, у 90% випадків мають відхилення у стані здоров'я, 30% учнів загальноосвітніх шкіл мають низький рівень фізичної підготовленості і тільки 0,8% - високий. Рівень фізичної підготовленості юнаків за вимогами настанови з фізичної підготовки ЗС України оцінюється як незадовільний. Понад 70% призовників не відповідають мінімальним граничним вимогам фізичної підготовленості, рівень якої у 10-11 класах за останні 20 років знизився на 20-30% [164].

Як свідчать результати досліджень у подальшому показники стану здоров'я призовного контингенту України погіршувалися [48, 204, 344]. МОЗ України інформує, що поширеність хвороб (за 2009-2013рр.) серед підлітків становить 2000%, і лише 10% школярів не мають відхилень у стані здоров'я [343]. Поширеність захворювань серед юнаків 15-17 років протягом останніх років збільшилась майже на 10%.

Так, Т.В. Пересипкіна (2015) провела ретроспективний аналіз (1990-2013 рр.) стану здоров'я міських юнаків 15-17 років. Було встановлено зростання загальної патологічної ураженості майже удвічі - з 652,3% у 1990р до 1530,0% у 2013р. Також встановлено зміни у групі підлітків із дисгармонійними фізичними розвитком за рахунок збільшення кількості

юнаків із надлишковою масою тіла (16,7% у 1991р. проти 26,1% у 2013 р.) [209].

Станом на 2013 р. кількість підлітків (14-17 років), яких було визнано здоровими (за відсутності хронічних захворювань і вад розвитку), коливалася у межах 9-45%. У середньому та старшому шкільному віці здоровою залишається лише кожна п'ята молода людина (22,4%). Але навіть серед цих школярів високий і середній рівень функціональних резервних можливостей серцево-судинної системи мають приблизно 30% осіб [277].

В.В. Косарчук і А.А. Захараш (2011) наголошують про гостру необхідність підвищення якості відбору в Збройні сили України. За їхніми даними, основними причинами високої захворюваності й звільнення з лав збройних сил військовослужбовців за класом розладів психіки та поведінки є низький рівень стану здоров'я юнаків допризовного та призовного віку [134].

За даними тесту з дозованим фізичним навантаженням у молодих військовослужбовців знижені рівні фізичного стану і фізичної роботоздатності внаслідок зменшення функціональних резервів кардіореспіраторної системи і зниження адаптаційних можливостей організму [135].

Ученими встановлено, що однією з причин погіршення стану здоров'я призовних контингентів є незадовільна робота із їх оздоровлення. Не сприяє цьому і відсутність ефективної програми для залучення до здорового способу життя молоді України. [8, 27, 35, 50 93, 125].

Л.В. Діденко (2011), в процесі соціологічного дослідження (анкетування) виявив, що одним з головних чинників, які впливають на стан здоров'я військовослужбовців, призовної та допризовної молоді є ставлення до занять фізичною культурою і спортом як фактору зміцнення і збереження здоров'я. Але, ставлення до таких занять у цих контингентів різне: 73,4% військовослужбовців контрактної служби, 81,7% офіцерів та 78,3% офіцерів вищого командного складу відносять фізкультурно-спортивні заходи до таких, які мають «надзвичайне значення» і «впливають» на стан здоров'я.

Проте, переважна частина призовної молоді (62,1%) і військовослужбовців строкової служби (36,0%) вважали, що заняття фізичною культурою і спортом не впливають на стан здоров'я [87].

Військовий конфлікт на території України поставив на порядок денний питання щодо підвищення ефективності системи фізичної підготовки як чинних військовослужбовців, так і придатної до служби в Збройних силах України молоді. Фізична підготовка допризовної молоді є складовою системи фізичного виховання у закладах вищої освіти. Але, як свідчить результати низки досліджень, за період навчання більшість студентів не досягає навіть середнього рівня фізичної підготовленості [73, 154, 212].

Не сприяє покращенню ситуації постійні процеси «реформування» фізичного виховання у закладах вищої освіти. Так, Т.Ю. Круцевич та Н.Є Пангелова (2016) зазначають, що за період набуття Україною незалежності Міністерство освіти і науки так і не визначилось з концепцією реформування дисципліни «Фізичне виховання». Спочатку зменшували кількість курсів, на яких вона викладається, потім кількість навчальних годин. Останнім викликом сталому розвитку сфери фізичної культури і спорту було намагання організувати заняття у ЗВО як факультативи (без підсумкового контролю та включення до навчальних планів). Реалізація зазначених пропозицій може призвести до повної руйнації системи фізичного виховання студентів та суттєвого погіршення їх здоров'я, закриття рекреаційно-відновлювальної інфраструктури закладів вищої освіти України, послаблення рівня обороноздатності держави [149].

Негативні наслідки такої «модернізації» фізичного виховання проявилися під час військових дій на Сході України. З оголошенням часткової мобілізації держава зіткнулася з такою ситуацією: з одного боку - високий морально-психологічний підйом і готовність громадян стати на захист Батьківщини, а з іншого - низький військовий вишкіл, особливо тих, хто не проходив військової служби [26, 143].

Отже, в умовах гібридного конфлікту на території України особливої актуальності набули питання із пошуку ефективної системи фізичної підготовки допризовної молоді. У цьому зв'язку доцільними є вивчення історичного досвіду формування фізичної підготовки, визначення позитивних і негативних аспектів її трансформації для обґрунтування шляхів оптимізації підготовки молоді для військової служби.

Проведений теоретичний аналіз даних науково-методичної літератури з проблематики допризовної військово-фізичної підготовки дозволив визначити актуальність дослідження, уточнити і конкретизувати мету і завдання, розробити методологію дослідження. Дослідження проводилися із застосуванням методів, які адекватні сформованим завданням і дають можливість комплексного вивчення проблеми (аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури; метод системного підходу; хронологічний метод; історико-логічний метод; компаративний метод; соціологічний метод; методи математичної статистики).

Згідно меті й завданням дослідження історичні передумови виникнення і формування системи військово-фізичної підготовки молоді розглядались у відповідності до загальноприйнятої історичної періодизації в умовах різних суспільно-економічних формацій (від рабовласницького суспільства до наших днів).

Аналіз літературних джерел свідчить про те, що у період рабовласництва (першої класової суспільно-економічної формації), фізична культура набула класового характеру, втратила безпосередній зв'язок з трудовою діяльністю і стала засобом військово-фізичної підготовки рабовласників. З цією метою в усіх рабовласницьких державах були створені системи фізичного виховання і військово-фізичної підготовки.

Проведене нами теоретичне досягнення дозволяє стверджувати, що виникнення і формування системи військово-фізичної підготовки рабовласників було обумовлене низкою об'єктивних передумов, а саме: економічне і соціальне розмежування населення; розвиток приватної

власності; формування інституту рабства; формування державно-правових форм організації й регулювання суспільної політики. Отримані дані підтверджують результати Л.Куна [154], В.С Мунтян [179], Н.Є. Пангелової [201] та ін.

Були також визначені чинники, які сприяли розвитку системи підготовки воїнів у рабовласницькому суспільстві. Ними були: необхідність утримувати у покорі рабів і напіввільне населення (землеробів); безпосередня участь у бойових діях; підтримання соціального статусу; участь в атлетичних змаганнях (Давня Греція); кар'єрне зростання (Стародавній Рим).

В античних державах Стародавньої Греції і Стародавньому Римі яскраво проявилася закономірність у співвідношенні розвитку фізичної культури та військового мистецтва. Коли у фізичній культурі панівного класу рабовласників атлетичні форми рухів починають застосовуватися обмежено, а превалюють презентативне полювання, культ лазні, розваги, які не потребують значних фізичних зусиль, мова вже йде про використання армії найманців і про занепад самої держави.

В епоху Середньовіччя військова функція фізичної культури реалізується панівним класом феодалів, яким необхідно було утримувати селян у покорі, приймати участь у чисельних війнах, які були невід'ємним атрибутом феодального суспільства. Однак, порівняно з рабовласницьким суспільством, де необхідними були великі масові армії, у феодальному рівень військової справи дозволяє вирішувати завдання бою порівняно невеликою кількістю важко-озброєних лицарів, а селян можна було утримувати у покорі не тільки силою зброї, але у більшій мірі – християнською церквою.

Система військово-фізичної підготовки феодалів та еволюція її організаційних форм (у тому числі – лицарських турнірів) були відображенням соціального запиту на фізичне виховання і змагання. Чим вищий рівень соціального попиту – тим вищим є рівень розвитку фізичної культури (у тому числі її складової – військово-фізичної підготовки) і

навпаки. Відомо, що формування соціального запиту відбувається у відповідності з об'єктивними умовами соціально-історичного розвитку.

Основні фактори, які сприяли розвитку військово-фізичної підготовки молоді у період Нового часу (середина VXII ст. – 1917р.) виникли і поширились протягом останніх двох десятиліть VXIII – першої половини XIX століть.

Основними передумовами становлення і розвитку військово-фізичної підготовки молоді до служби в армії у Новий час були: політичні (класові потреби панівного класу – буржуазії, національні прагнення до єдності і незалежності); соціальні (урбанізація і формування громадянського суспільства замість соціально-майнового розмежування населення); створення демократичних інститутів (парламенти, партії, конституції, вибори та ін.); поява «середнього» класу; економічні (розвиток промисловості й торгівлі; поява нових технологій у виробництві (мануфактури, фабрики, використання нових джерел енергії-пара); колоніальні (загарбницька політика деяких країн); військові (скорочення терміну служби в армії; зміна характеру ведення бойових дій; необхідність у масових арміях; відповідність засобів і методів фізичного виховання характеру військових дій; введення до прозивної підготовки).

На зміст, форми і спрямованість військово-фізичної підготовки молоді у буржуазному суспільстві впливали такі чинники: впровадження й розвиток фізичного виховання у школі; формування спорту «джентльменів» (Англія); виникнення позашкільних організацій, які культивували фізичну культуру і спорт; створення і розвиток науково-педагогічних основ фізичного виховання.

Саме військові потреби обумовили той факт, що у всіх великих країнах континентальної Європи майже одночасно (початок XIX ст.) створюються національні гімнастичні системи (німецька, шведська, французька), які у найбільшому ступені відповідали потребам підготовки молоді до військової служби.

Зовсім по іншому вирішувалися аналогічні завдання в Англії й США, оскільки там склалися умови, які значно відрізнялися від умов існування країн континентальної Європи. Тому основним методом військово-фізичної підготовки був спортивно-ігровий метод, основою якого були педагогічні концепції Чарльза Кінгслі й Томаса Арнольда.

У другій половині Нового часу (кінець XIX – початок XX ст.) розвиток військової науки і скорочення термінів служби в армії призвели до пошуку нових підходів щодо вдосконалення військово-фізичної підготовки молоді. Основою цієї зацікавленості були зростаючі протиріччя між найбільшими капіталістичними країнами, які прагнули до колонізації нових регіонів. Багаточисельні війни призводять до мілітаризації спорту і фізичного виховання. Тому фізичне виховання юнаків, яке виступало в якості еквіваленту скороченого строку служби стає засобом позавійськової підготовки. Мілітаризація охопила фізичне виховання юнаків не тільки у країнах Європи, але і у США. Створення стрілецьких товариств, різноманітних комітетів сприяння військово-фізичній підготовці, бойскаутських загонів, введення допризовної фізичної підготовки у навчальних закладах – все це було спрямоване на підготовку кадрового резерву армії і було відображенням об'єктивних соціально-економічних потреб держав.

Фізична культура і спорт у зарубіжних країнах у період між двома світовими війнами (I період Новітнього часу) розвивалась у складних умовах політичної та економічної кризи. Однак, представники впливових кіл у різних країнах вважали фізичну культуру засобом захисту власних інтересів. Як зауважують Л.Кун [154], М.С. Солопчук [288], А.Т. Литвин [162], І.Х. Турчик [304], на той час фізична культура у всіх своїх проявах отримує статус соціального визнання.

Загальною характерною рисою даного періоду була організаційна перебудова системи фізичного виховання, заміна застарілих методик на нові з врахуванням військових потреб у нових історичних умовах. Після I

Світової війни розвиток спортивно-гімнастичного руху був підпорядкований меті військово-фізичної підготовки та ідеологічного виховання молоді [86, 154, 162, 201, 292].

Особливо яскраво тенденції мілітаризації фізичного виховання проявилися у країнах, які програли у першій світовій війні, а потім утворили фашистський блок (Німеччина, Італія, Японія). У цих країнах саме фізичне виховання та спортивно-гімнастичний рух відіграли вирішальне значення у підготовці молоді до нової світової війни.

Також завданням допризовної підготовки у 30-ті роки ХХ ст. у цих країнах була підпорядкована діяльність рекреаційного руху. Були створені організації подібні до бойскаутських, однак сутністю їх діяльності була саме військово-фізична підготовка. Виникли німецька, італійська, болгарська, угорська спортивні мілітаризовані організації та іспанська молодіжна організація фалангістів. Основою занять у цих організаціях були стрільба, вправи за зброєю, а також спортивні змагання та військові ігри [148].

Країни-переможці у першій світовій війні (США, Великобританія, Франція) також надавали великого значення фізичній культурі як засобу військово-фізичної підготовки та ідеологічного виховання молоді. Але, в цих країнах мілітаризації фізкультурно-спортивного руху здійснювалося в іншій, завуальованій формі. Досить значним у справі допризовної підготовки молоді був вплив напіввійськових (скаутських) та рекреаційних організацій.

Після другої світової війни (II період Новітнього часу) розвиток фізичної культури і спорту (в тому числі – різних підходів до військово-фізичної підготовки молоді) визначався виникненням двополярності світових суспільних систем (капіталістичної та соціалістичної), а також – руйнацією колоніалізму і утворенням незалежних держав в Азії та Африці.

Підвищення значущості допризовної підготовки молоді у II період Новітнього часу обумовлене також появою нових держав, які змушені знаходитися у стані перманентних військових дій. Найбільш яскравим прикладом у цьому плані є Ізраїль, який був утворений у 1948 році. Відомо,

що ізраїльська армія є однією з найбільш боєдатних у світі, що у значній мірі пояснюється наявністю в країні ефективних допризовних та резервістських систем [49].

У II період Новітнього часу, в результаті нових умов економічного, політичного, культурного розвитку світової спільноти зберігаються фактори зростання суспільної значущості фізичної культури, а також – такої її складової, як військово-фізична підготовка. Характерними рисами допризовної підготовки молоді у другій половині XX ст. є такі: посилення державного керівництва військово-фізичною підготовкою молоді, створення державних структур управління (Президентська рада з фізичної підготовки та спорту (США), державний комісаріат у справах молоді, спорту та активного дозвілля (Франція) та ін.); взаємодія військових міністерств з іншими державними структурами з питань військово-фізичної підготовки підлітків та юнаків; переважання спортивно-ігрового методу в процесі допризовної підготовки; підвищення суспільної значущості різноманітних організацій, які здійснюють військово-патріотичне виховання (скаутські, клерикальні спортивні організації – католицькі, християнські, іудейські («Маккабі») та ін., воєнізовані молодіжні структури («Гадна» в Ізраїлі); вдосконалення організаційно-методичних засад допризовної підготовки молоді; залучення до військово-фізичної підготовки не тільки юнаків, але й дівчат.

Особлива увага в процесі дослідження була приділена ретроспективному аналізу систем підготовки воїнів в Україні на різних історичних етапах. Це пов'язане з тим, що військово-патріотичне виховання (складовою частиною якого є військово-фізична підготовка) сучасної молоді передбачає формування міліарної культури, заснованої на єдності загальнолюдських цінностей і національних військових традицій. Тому знання та успадкування надбань українського народу у сфері військово-фізичної підготовки підростаючого покоління дозволить обґрунтувати національну ідею щодо формування державно-зорієнтованої моделі військово-патріотичного виховання підлітків, юнаків і молоді.

Протягом тисячоліть на теренах сучасної України існували різні етнічні спільноти людей (трипільці, кіммерійці, скіфи, сармати, елліни). В структурі найдавніших форм фізичної культури провідне місце належало саме військово-фізичній підготовці молоді, основою якої були їзда верхи, боротьба, володіння різними видами холодної зброї, полювання.

У давніх слов'ян (зарубинецька, черняхівська культури) існувала своєрідна система військово-фізичної підготовки молоді, яка включала певні обряди у відповідній послідовності: обряд народження, постриги, посвята у воїни (ініціація). Основою військово-фізичної підготовки слов'янських племен були самобутні засоби й форми фізичного виховання, що органічно поєднувалися з повсякденною працею [237, 332].

У період Київської Русі військово-фізична підготовка виступає як досить досконала педагогічна система. Як зазначають Є.Н. Приступа зі співавторами (1997), Н.А. Деделюк (2004), А.В. Цьось (2014) в основу ідеї цієї підготовки була покладена вікова диференціація молоді й народні традиції фізичної культури. В той же час, вона не мала обмеженого етнічного характеру. На її розвиток впливали культурні традиції сусідніх народів (наприклад, трансформацією лицарських турнірів середньовічної Європи були «руські ігрища»).

Система військово-фізичної підготовки населення включала такі форми: фізичне виховання в родині; військово-фізичне виховання у побуті («дома молоді», «лісові школи»); військово-фізичне виховання у культових і навчальних закладах (церкви, монастирі, школи); військово-фізичне виховання у княжому війську.

Професійна військова організація «Дружина князя» була створена на початку IX ст. і складалася з трьох підрозділів: 1) найбільш знатні, досвідчені воїни – верхівка княжого війська; 2) молоді воїни – «отроки»; 3) власне воїни, які до половини XII ст. були головною військовою силою.

Військово-фізична підготовка у княжій дружині була доволі спеціалізованою, враховувала рід війська, його цільове призначення,

специфіку озброєння тощо. Важливими засобами у підготовці воїна – «отрока» були: природні фактори загартування; ігри військового спрямування («гра у війну», «боротьба родів» та ін.); військові танці; змагальні вправи – фехтування на мечач, боротьба, бої навкулачки; природні локомоції (ходьба, біг, стрибки, метання, плавання); фізичні вправи із застосуванням засобів пересування (човни, лижі); полювання; військові походи.

У XV ст. внаслідок національного феодального і релігійного гноблення виникло вільне озброєння населення – козацтво. Цей період в історії України відомий як доба Козаччини (XV – XVIII ст.), а головним її осередком була Запорізька Січ. Вже у першій половині XVII ст. козацтво піднялася до рівня кращих європейських армій, а за своєю наступальною тактикою навіть переважало їх.

Відомі дослідники історії козацтва О.М. Апанович (1991), Д.І. Яворницький (1990), Г. Боплан (1991), А.В. Цьось (2014) зазначають, що військово-фізична підготовка запоріжців виступала як системно завершена педагогічна структура, яку склали такі компоненти [10, 37, 332, 345]:

- початковий відбір, де переважає рівень розвитку фізичних і моральних якостей;
- традиційно народний здоровий спосіб життя з чітко окресленими звичаями (поміркованість у харчуванні, пости), використання оздоровчих сил природи (водні процедури, сон на повітрі та ін.);
- національні за своїм змістом, специфічні засоби та методи військово-фізичної підготовки (герці, народні види боротьби, бойовий гопак та ін.).

В системі фізичного виховання козаків переважали ігрові та змагальні форми рухових дій, що часто поєднувалися з піснями або музикою. Пріоритетне місце в спеціальній підготовці козаків надавалось:

- цілеспрямованому розвитку рухових якостей;
- вдосконаленню військово-прикладних навичок у плаванні, бігу, пірнанні, їзди верхи;

- володінню різними видами зброї, засобами пересування (віз, човен, галера тощо).

Вінцем розвитку системи фізичного виховання козаків слід вважати оволодіння бойовим танцем – «Гопаком».

Освітянським здобутком Запорізької Січі була реалізація принципу гармонійного розвитку людини в процесі виховання. Це особливо помітно в структурі січової школи, де поруч із загальноосвітніми предметами значна увага приділялася психофізичному вдосконаленню майбутніх козаків.

Аналіз сучасного стану військово-фізичної підготовки допризовної молоді в Україні свідчить, що вона є складовою військово-патріотичного виховання, спрямованість якого визначена низкою нормативно-правових документів. Значну роль у реалізації основних положень, які викладені у нормативно-правовій базі відіграють освітні установи (заклади середньої і вищої освіти). Однак, в умовах нестабільного політичного та соціально-економічного стану в державі у молоді часто спостерігається небажання виконувати свій військовий обов'язок перед Вітчизною. Таким чином, актуальною є у суспільстві проблема оборонної стратегії, яку частково може вирішити освіта. В.В. Івашковській (2012), О.М. Ольховий (2013), С.В. Романчук (2013), А.І. Босенко (2017) наголошують, що перспективні завдання зміцнення обороноздатності армії неможливо вирішувати без освіченої, патріотично налаштованої молоді, готової до захисту Вітчизни. Однак, у програмі предмету «Захист Вітчизни» у ЗСО, а також у програмі підготовки майбутніх офіцерів запасу у цивільних ЗВО не передбачені спеціальні розділи «Фізична підготовка», що не дозволяє повною мірою вирішувати питання фізичної підготовленості майбутніх воїнів.

Одним з шляхів вирішення зазначеної проблеми може бути широке впровадження у практику військово-патріотичного виховання молоді ігор національного військово-спортивного спрямування – «Зірниця», «Сокіл» («Джура»), «Хортінг», «Патріот» та інших фізкультурно-патріотичних заходів.

Таким чином, історичний підхід у дослідженні формування і розвитку систем військово-фізичної підготовки допризовної молоді дозволяє визначити основні теоретичні положення і структурні компоненти їх побудови під впливом соціальних, політичних, економічних, релігійних та інших факторів, які мали певну ступінь значущості у різні періоди розвитку суспільства. Такий ретроспективний аналіз дозволяє визначити, що в основі вдосконалення військово-фізичної підготовки української молоді є: реконструкція етнічної моделі військово-патріотичного виховання; виявлення найбільш дієвих засобів військово-фізичної підготовки у різні історичні епохи національного тіловиховання; з'ясування можливостей їх трансформації відповідно до потреб і запитів суспільного життя в сучасній Україні.

Для того, щоб визначити системні підходи та шляхи впровадження основних принципів удосконалення військово-фізичної підготовки допризовної молоді України необхідно було здійснити порівняльний аналіз концепцій, змістового наповнення та особливостей організації системи фізичної підготовки збройних сил провідних держав – членів НАТО і України.

У теперішній час у збройних силах провідних країн НАТО прийняті три різні концепції системи фізичної підготовки військ: концепція «придатності» (Німеччина); концепція «готовності» (США, Великобританія); концепція «мобілізації» (Франція) [203, 272].

Для реалізації кожної з цих концепцій існує характерне визначене поєднання засобів, що використовуються, методів та організаційних форм, які визначають спрямованість фізичної підготовки військ.

Не зважаючи на певні відмінності у формулюванні мети і завдань системи фізичної підготовки збройних сил країн Північноатлантичного альянсу сутність їх практично ідентична – розвиток фізичних і психологічних якостей, формування військово-прикладних навичок, що забезпечують

виконання бойових завдань у будь-яких (у тому числі – екстремальних) умовах.

Для реалізації всіх визначених концепцій («придатності», «готовності», «мобілізації») використовуються традиційні засоби фізичної підготовки (загальнорозвивальні гімнастичні вправи, елементи легкої атлетики, плавання, спортивні ігри, єдиноборства), а також – військово-прикладні вправи (рукопашний бій, метання гранат, плавання (звичайне і з аквалангом), подолання перешкод). Існують і певні відмінності щодо застосування засобів військово-фізичної підготовки. Так, у підрозділах армії США окремо виділяють вправи для розвитку силової та аеробної витривалості (система кросфіт); у збройних силах Німеччини – комплекси вправ, пов'язаних з небезпекою та ризиком, а також – військово-прикладні види спорту (військові багатоборства, парашутний спорт, альпінізм). Особливістю змісту фізичної підготовки військових Франції є широке використання засобів різних видів спорту.

Організаційні форми фізичної підготовки в арміях країн НАТО дещо відрізняються. Так, в армії США організаційні форми фізичної підготовки диференціюються наступним чином: ранкове фізичне тренування, групові заняття у службовий час (не менше 3-х годин на тиждень), силові тренування за системою кросфіт, індивідуальні заняття у службовий час. У бундесвері (Німеччина) в основі підготовки є службовий спорт (загальна і особлива програми, перевірки та оцінки, масові змагання, підготовка спортсменів високого класу), заняття з якого проводяться 2-3 рази на тиждень тривалістю до 50 хвилин. У Великобританії проводяться планові заняття з фізичної підготовки у службовий час 3 рази на тиждень, але тривалість їх є різною, в залежності від віку військовослужбовців (до 40 років – 45-60 хв., для військових, які є старшими за 40 років – 30 хв.). В армії Франції фізична підготовка відбувається у формі планових занять у службовий час (щодня 45-60 хвилин та 3 години по суботах – всього 8 годин та тиждень).

Спільним в організації військово-фізичної підготовки в арміях країн НАТО є наявність спеціальних курсів різної спрямованості, а саме: США – «курс зміцнення»; «курс витривалості»; «курс повітряно-штурмової підготовки»; курси підготовки до дій у горах, у пустелі, у джунглях та арктичних районах та ін.; Німеччина – диверсійно-розвідувальний курс; повітряно-штурмовий; курс автомобільної підготовки; курс рукопашного бою та ін.; Великобританія – курс «пригод»; курси рукопашного бою, подолання перешкод, стрибків з парашутом, скелелазінню, орієнтування; курси оволодіння способами скритого й швидкого пересування важко прохідною місцевістю, виживання в екстремальних умовах; Франція – курси «командо», «смуга ризику», «втеча з полону», бій із танками та ін.

Уніфікація фізичної підготовки військ здійснюється як усередині збройних сил окремих країн, так і на рівні всього блоку НАТО в цілому. Основним засобом уніфікації фізичної підготовки слугує спорт. Чисельні спортивні змагання, які проводяться за єдиними правилами, сприяють формуванню єдиних вимог до змісту та організації фізичної підготовки.

Порівнюючи системи фізичної підготовки у Збройних силах України і арміях країн НАТО треба зауважити, що існують спільні підходи щодо мети, завдань і засобів, які застосовуються. Присутні певні відмінності в організаційних формах військово-фізичної підготовки в Україні. Так, основними формами фізичної підготовки є такі: навчальні заняття, ранкова фізична зарядка, спортивно-масова робота, фізичне тренування в процесі навчально-бойової діяльності. Додатковими формами проведення фізичної підготовки є тренажі та самостійна підготовка [147, 176, 185, 296].

Отже, можна констатувати, що в арміях країн НАТО і Збройних силах України існують єдині погляди щодо напрямів подальшого вдосконалення систем фізичної підготовки військовослужбовців.

Але, у теперішній час, коли існують реальні загрози цілісності й суверенітету України боєздатність армії України знижується в результаті

незадовільного рівня здоров'я і фізичної підготовленості юнаків призовного віку.

Нами з'ясовано, що низька ефективність системи фізичної підготовки молоді до служби в армії обумовлена низкою чинників, серед яких: криза національної системи фізичного виховання, яка не відповідає сучасним вимогам і міжнародним стандартам фізичної підготовленості людини; відсутність адекватного обґрунтування національної ідеї військово-патріотичного виховання; втрата інтересу юнаків до занять фізичною культурою, що обумовлене низкою педагогічних прорахунків (недостатній рівень вчителів ЗСО в області фізичного виховання, відсутність індивідуального підходу до учнів, відсутність належної матеріальної бази для занять); недостатнє залучення юнаків допризовного віку до самостійних занять фізичною культурою і спортом; відсутність дієвих механізмів духовного-тілесного розвитку особистості в процесі шкільного фізичного виховання.

Визначення системи підходів удосконалення фізичної підготовки учнів до служби у Збройних силах України передбачало обґрунтування і розробку моделі фізичної готовності призовного контингенту до служби в Збройних силах України. У зв'язку з цим постало питання щодо визначення показника ефективності заходів педагогічного впливу – числової (кількісної) оцінки фізичної готовності молоді до військової служби.

З цією метою була обрана інтегративна оцінка складових фізичної готовності допризовної молоді, тобто порівняння їх досягнень з еталонними уявленнями, описами, які представлені у спеціальній літературі та нормативних документів.

В процесі проведеного соціологічного дослідження (експертного оцінювання) була підтверджена значущість належного рівня розвитку загальних і спеціальних фізичних якостей допризовників.

Була запропонована структурна модель інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до військової служби, яка включала такі складові: рівень

сформованості та розвитку загальних фізичних якостей; рівень сформованості й розвитку спеціальних фізичних якостей; рівень сформованості військово-прикладних рухових умінь і навичок; стан роботи серцево-судинної системи.

Поєднання експертного оцінювання за методом Дельфі, методу сучасної теорії ієрархічних систем Т.Сааті [279, 280] та інформаційної програми, яка була розроблена О.М. Ольховим [194] забезпечило визначення пріоритетності вагових коефіцієнтів кожної із складових інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України.

Для визначення змісту, а також співвідношення засобів у програмі військово-фізичної підготовки допризовної молоді було здійснено анкетне опитування експертів.

За результатами опрацювання анкет, а також, враховуючи вагові коефіцієнти кожної із складових інтегральної оцінки фізичної готовності допризовної молоді був здійснений відсотковий розподіл засобів для розвитку кожної з її складових (загальні і спеціальні фізичні якості, військово-прикладні уміння й навички, функціональна готовність).

Отримані результати дозволили обґрунтувати й розробити акмеологічну модель фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України. Структурними взаємопов'язаними компонентами моделі є:

- загальна фізична підготовленість (оптимальний рівень розвитку основних фізичних якостей – сили, швидкості, витривалості, спритності й гнучкості);
- спеціальна фізична підготовленість (стійкість до заколихування, перевантаження, кисневого голодування, гіпервентиляції, вібрації та ін.);
- військово-прикладна фізична підготовленість (оволодіння військово-прикладними руховими вміннями – подолання смуги перешкод, оволодіння прийомами рукопашного бою, прикладне плавання, володіння зброєю, веслування на ялах тощо);
- функціональна готовність (належний стан серцево-судинної системи).

Для практичної реалізації акмеологічної моделі нами була розроблена технологічна модель (рис. 4.3) де визначені мета фізичної підготовки, завдання, спрямованість засобів фізичного виховання для учнів 9-11 класів. Визначено форми організації занять, руховий режим на тиждень.

Для формування мети та завдання, відбору частини засобів, методів та дозування навантаження було використано наявні науково обґрунтовані положення щодо вдосконалення системи фізичної підготовки допризовної молоді [117, 119, 316].

Нами обґрунтовано систематичність контролю фізичної підготовленості три рази на рік, визначені рухові тести для оцінки загальної фізичної підготовленості, спеціальної фізичної підготовленості, військово-прикладної фізичної підготовленості і функціональної підготовленості. Вперше нами обґрунтована і розрахована інтегральна оцінка готовності допризовної молоді до служби в Збройних силах України.

Таким чином, було отримано три групи даних:

– **підтверджено** дані досліджень про те, що: фізична підготовка є однією з найважливіших складових підготовки юнаків і молоді до військової служби (О.Т. Мазурчук, 1999; О.А. Зарічанський, 2002; О.П. Скавронський, 2009; А.В. Косарчук, 2011; Г.А. Єдинак, 2012; Д.В. Іщенко, 2013; О.П. Римар, 2013; В.І. Мудрик, 2014; І.В. Ільницький, 2015; І.С. Семененко, 2015; В.П. Щирба, 2016; Я.Б. Зорій, 2017); про незадовільний стан здоров'я і низький рівень фізичної підготовленості призовного контингенту в Україні (О.М. Амосова та ін., 1995; Г.П. Грибан, Т.Б. Кутек, 2004; Т.І. Лошицька, 2007; Н.А. Башавець, 2011; Л.В. Діденко, 2011; Л.П. Балущка, 2014; О.М. Ольховий, 2015; Л.К. Пархоменко, 2016; А.І. Босенко, 2017); про необхідність вдосконалення військово-прикладної підготовки учнів і студентів в системі фізичного виховання закладів середньої та вищої освіти (Р.Т. Раєвський, 2000; І.В. Бакіко, 2007; Ю.А. Бородін, 2009; Н.В. Бурень, 2010; Д.М. Анікеєв, 2012; Д.В. Бойко, 2012; С.М. Футорний, 2013; Д.І. Цись, 2013; С.В. Романчук, 2014; Т.К. Чиженок, 2014; Т.Ю. Круцевич, Н.Є. Пангелова, 2016; О.С.

Хоменко, 2019); про доцільність вивчення історичного досвіду організації фізичної підготовки молоді, виявлення позитивних та негативних тенденцій її трансформації для визначення шляхів оптимізації підготовки молоді України для військової служби (Є.Н. Приступа, 1996; А.В. Ніколаєв, 2004; О.Д. Бутовський, 2007; В.В. Івашковський, 2012; В.С. Мунтян, 2015; Н.Є. Пангелова, 2015; Д.О. Соловей, 2016);

– **доповнено** наукові дані щодо виникнення, особливостей розвитку, факторів і чинників, що впливали на зміст й організаційні форми військово-фізичної допризовної підготовки молоді в різні історичні періоди (Л. Кун, 1982; Є.Н. Приступа, Я.В. Тимчак, Л.О. Мазур, 1997; В.К. Пельменєв, 2000; М.С. Солопчук, 2001; С.М. Філь, 2003; Н.А. Деделюк, 2004; Б.Р. Голощопов, 2005; А.Т. Літвін, 2007; Н.Є. Пангелова, 2010; Т.Ю. Круцевич, Н.Є. Пангелова, С.Б. Пангелов, 2013; Н.Ю. Мельнікова, 2013; А.В. Цьось, 2014; В.В. Григоревич, 2016; Д.О. Соловей, 2016).

– **дістала подальший** розвиток система експертних оцінок за методом Дельфі і сучасної теорії ієрархічних систем Сааті в практиці організації фізичного виховання молоді в умовах урочних і позаурочних формах занять;

– **уперше** визначено фактори, які впливали на виникнення і розвиток фізичної підготовки молоді до військової служби залежно від соціально-економічних і політичних умов на різних етапах розвитку світової спільноти; з'ясована хронологія розвитку та вдосконалення системних підходів з фізичної підготовки допризовної молоді на теренах України та інших країн світу стосовно ефективного забезпечення боєздатності армій; обґрунтована і розроблена акмеологічна модель фізичної готовності молоді до служби в Збройні сили України.

ВИСНОВКИ

1. Сучасні реалії загрози суверенітету України, її територіальної цілісності зумовлюють необхідність підвищення рівня готовності молоді до служби у Збройних силах України. Допризовна фізична підготовка є обов'язковою складовою частиною загальнодержавної системи освіти і спрямована на формування у юнаків високого рівня здоров'я і розвитку фізичних якостей, набуття прикладних умінь і навичок.

Але, результати численних досліджень свідчать про незадовільний рівень здоров'я, фізичної підготовленості й функціонального стану призовного контингенту в Україні впродовж останніх років, причому наявна динаміка цих показників не дозволяє прогнозувати покращення ситуації в найближчому майбутньому. Все це негативно позначається на стані національної безпеки через зменшення кількості юнаків, які є спроможними за станом здоров'я до виконання військового обов'язку і мають достатній рівень фізичної підготовленості. Не сприяють покращенню ситуації постійні процеси «реформування» фізичного виховання у закладах середньої та вищої освіти, результатом чого стало зниження вимог до фізичної підготовленості і зменшення кількості навчальних годин.

У зв'язку з збройним конфліктом на території України значущості набули питання із пошуку ефективної моделі системи фізичної підготовки допризовної молоді. У цьому зв'язку доцільним є вивчення історичного досвіду формування фізичної підготовки молоді, визначення позитивних і негативних аспектів її трансформації для обґрунтування шляхів оптимізації підготовки молоді до військової служби.

2. Ретроспективний аналіз хронології змін військово-фізичної підготовки молоді свідчить про те, що з появою класового суспільства фізична культура (в тому числі її складова-військова-фізична підготовка) стає привілеєм панівного класу.

Рабовласницьке суспільство було першою класовою суспільно-економічною формацією. Виникнення і формування систем військово-

фізичної підготовки рабовласників було обумовлене низкою об'єктивних передумов, а саме: формування державно-правових форм організації й регулювання суспільної практики; формування привілейованого класу (рабовласники); розвиток приватної власності; формування інституту рабства і найбідніших верств населення. Чинниками, які сприяли розвитку системи підготовки воїнів у рабовласницькому суспільстві були: необхідність утримувати у покорі рабів і напіввільне населення (землеробів); безпосередня участь у бойових діях; підтримання соціального статусу; участь в атлетичних змаганнях (Давня Греція); кар'єрне зростання (Стародавній Рим).

Військово-фізична підготовки феодалів у період Середньовіччя розвивалась під впливом релігійних, політичних та соціально-економічних чинників. Ця система та еволюція її організаційних форм (однією з яких були лицарські турніри) було відображенням соціального запиту на фізичне виховання як складової військової підготовки.

Основними передумовами становлення розвитку фізичної підготовки молоді до служби в армії у Новий час (сер. XVII ст. - 1917р.) були: політичні (класові потреби панівного класу – буржуазії, національні прагнення до єдності й незалежності); соціальні (урбанізація й формування громадського суспільства, створення демократичних інститутів (парламенти, партії, конституції та ін.), поява середнього майнового класу); економічні (розвиток промисловості й торгівлі, поява нових технологій у виробництві); колоніальні (загарбницька політика деяких країн); військові (скорочення терміну служби в армії, зміна характеру ведення бойових дій, необхідність у масових арміях, відповідність засобів і методів фізичного виховання характеру військових дій). На зміст, форми і спрямованість військово-фізичної підготовки молоді у буржуазному суспільстві впливали такі чинники: впровадження фізичного виховання в школі; формування спорту «джентльменів» (Англія); виникнення позашкільних організацій, які культивували фізичну культуру і спорт; створення і розвиток науково-педагогічних основ фізичного і виховання.

3. У перший період Новітнього часу (1920-1940 рр.) фізкультурно-спортивний рух, а також фізичне виховання в освітніх закладах у значній мірі були підпорядковані завданням військово-фізичної підготовки молоді. Особливо яскраво тенденції до мілітаризації фізичного виховання проявилися у країнах, які у 1930-х роках утворили фашистський блок (Німеччина, Італія, Японія). Тут саме фізичне виховання та спортивно-гімнастичний рух мали вирішальне значення у підготовці молоді до II світової війни. У США, Англії та Франції також велике значення надавалось фізичній культурі як засобу військово-фізичної підготовки та ідеологічного виховання молоді. Але, у цих країнах мілітаризація фізичного-спортивного руху здійснювалась в іншій, завуальованій формі, більше уваги приділялось спорту. Досить значним у допризовній підготовці молоді був вплив напіввійськових, бойскаутських та рекреаційних організацій (рух «Перелітний птах» та ін.).

Після другої світової війни (II період Новітнього часу) розвиток фізичної культури і спорту (в тому числі – різних підходів до військово-фізичної підготовки молоді) визначався виникненням двополярності світових суспільних систем (капіталістичної та соціалістичної), а також-руйнацією колоніалізму і створенням незалежних держав в Азії та Африці. Зберігаються фактори зростання значення допризовної фізичної підготовки молоді. Її характерними рисами у другій половині XX - початку XXI ст. є такі: посилення державного керівництва військово-фізичною підготовкою молоді, створення спеціальних державних структур управління; взаємодія військових міністерств з іншими урядовими організаціями з питань військово-фізичної підготовки підлітків та юнаків; переважання спортивно-ігрового методу в процесі фізичної підготовки; підвищення значущості громадських організацій, які здійснюють військово-патріотичне виховання (скаутські й клерикальні спортивні організації, воєнізовані молодіжні структури); вдосконалення організаційно-методичних засад допризовної підготовки

молоді; залучення до військово-фізичної підготовки не тільки юнаків, але й дівчат.

4. Хронологія розвитку та вдосконалення системних підходів з фізичної підготовки воїнів на теренах України проводилась з метою обґрунтування національної ідеї щодо формування державно-зорієнтованої моделі військово-фізичної підготовки підлітків, юнаків і молоді.

Ретроспективний підхід до визначення особливостей військово-фізичної підготовки молоді різних спільнот людей, які проживали на теренах України (трипільці, кіммерійці, скіфи, сармати, елліни) свідчить, що вони були обумовлені світоглядом, звичаями та способами життя населення. Детальний аналіз військово-фізичної підготовки у Київській Русі свідчить, що вона являла собою досить досконалу педагогічну систему і включала такі форми: фізичне виховання в родині; військово-фізичне виховання у побуті; військово-фізичне виховання у княжому війську; військово-фізичне виховання у культових і навчальних закладах (церкви, монастирі, школи). Найпоширенішими засобами цієї підготовки були: національні види боротьби; вправи зі зброєю; фізичні вправи змагального характеру; полювання; військові походи.

У добу Козаччини (XVI-XVIII ст.) також існувала ефективна система військово-фізичної підготовки молоді, основними засобами якої були: ігри військового спрямування; військові танці (гопак, козак, метелиця та ін.); фізичні вправи зі зброєю (різновиди «холодної», вогнепальної зброї); їзда верхи; веслування, плавання; змагальні фізичні вправи (бої навкулачки, різновиди боротьби, фехтування та ін.).

5. Застосований історичний підхід у дослідженні формування і розвитку систем військово-фізичної підготовки допризовної молоді дозволив визначити, що основні теоретичні положення і структурні компоненти їх побудови залежать від впливу соціальних, політичних, економічних, релігійних та інших факторів, які мають певну ступінь значущості у різні періоди розвитку суспільства.

Проведений ретроспективний аналіз дозволяє визначити, що в основі вдосконалення військово-фізичної підготовки української молоді є: реконструкція етнічної моделі військово-патріотичного виховання; застосування дієвих засобів військово-фізичної підготовки, які використовувалися у різні історичні епохи національного тіловиховання (природні рухи, гартувальні заходи, народні бойові танці та ін.); трансформація традиційних національних засобів і форм військово-фізичної підготовки відповідно до потреб і запитів суспільного життя в сучасній Україні (впровадження у практику військово-патріотичного виховання молоді ігор і систем національного військово-спортивного спрямування – «Сокіл», «Джура», «Хортінг», «Патріот» та інших фізкультурно-патріотичних заходів).

6. Для визначення системних підходів та шляхів впровадження основних принципів удосконалення військово-фізичної підготовки молоді України був здійснений порівняльний аналіз концепцій, змістового наповнення та особливостей організації системи фізичної підготовки збройних сил провідних держав-членів НАТО й України.

Не зважаючи на певні відмінності у формуванні мети і завдань системи фізичної підготовки збройних сил країн Північноатлантичного альянсу та України, сутність їх практично ідентична – розвиток фізичних і психологічних якостей, формування військово-прикладних навичок, що забезпечують виконання бойових завдань у будь-яких (у тому числі екстремальних умовах).

Загальним для реалізації визначених завдань є використання традиційних засобів фізичної підготовки (загальнорозвивальні гімнастичні вправи, елементи легкої атлетики, плавання, спортивні ігри, єдиноборства), а також військово-прикладних вправ (рукопашний бій, метання гранат, підводне плавання, подолання перешкод та ін.). Існують і певні відмінності у застосуванні засобів військово-фізичної підготовки. Так, у підрозділах армії США окремо виділяють вправи для розвитку силової та аеробної

витривалості (система кросфіт); у збройних силах Німеччини – комплекси вправ, пов'язаних з небезпекою та ризиком (парашутний спорт, альпінізм); у фізичній підготовці військових Франції використовуються різні види спорту.

Організаційні форми фізичної підготовки в арміях країн НАТО дещо відрізняються. Спільним є наявність спеціальних курсів різної спрямованості («курс повітряно-штурмової підготовки», диверсійно-розвідувальний курс, «командо», «смуга ризику» та ін.). В Україні існують основні форми військово-фізичної підготовки (навчальні заняття, ранкова фізична зарядка, спортивно-масова робота та ін.) і додаткові (тренажі та самостійна підготовка).

Можна констатувати, що в арміях НАТО і Збройних силах України існують єдині погляди щодо напрямів подальшого вдосконалення систем фізичної підготовки військовослужбовців.

7. Результати проведених теоретичних і соціологічних досліджень дозволили обґрунтувати і розробити структурну модель інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до військової служби, яка включає наступні складові: рівень сформованості та розвитку загальних і спеціальних фізичних якостей; рівень сформованості військово-прикладних рухових умінь і навичок; стан роботи серцево-судинної системи.

Поєднання експертного оцінювання, методу сучасної теорії ієрархічних систем Т. Сааті та інформаційної програми, як була розроблена О.М. Ольховим забезпечило визначення пріоритетності вагових коефіцієнтів кожної зі складових інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в Збройні сили України.

Отримані результати дозволили обґрунтувати й розробити акмеологічну модель фізичної готовності молоді до військової служби. Структурними взаємопов'язаними компонентами моделі є: загальна фізична підготовленість; спортивно-спрямована (спеціальна фізична підготовленість); військово-прикладна фізична підготовленість; функціональна готовність.

8. Результати проведених теоретичних і соціологічних досліджень при опитуванні експертів та результатів опрацювання анкет, дозволило визначити відсоткове наповнення використання в навчальних програмах середньої і старшої школи засобів для розвитку загальних фізичних якостей, спеціальних фізичних якостей, набуття військово-прикладних рухових умінь що забезпечуватимуть фізичну готовність до служби в Збройних силах України за роками навчання. Обґрунтовано і розроблено акмеологічну та технологічну моделі фізичної готовності молоді до військової служби. Структурними взаємопов'язаними компонентами моделі є: мета, завдання, напрями використання засобів фізичного виховання, форми організації занять та їх руховий компонент, методи контролю фізичної підготовленості молоді.

Поєднання експертного оцінювання, методу сучасної теорії ієрархічних систем Т.Сааті та інформаційної програми яка була розроблена О.М.Ольховим забезпечило визначення пріоритетності вагових коефіцієнтів кожної зі складових інтегральної оцінки фізичної готовності молоді до служби в Збройних силах України.

Оцінка її складових компонентів: загальної фізичної підготовленості, спеціальної фізичної підготовленості, військово-прикладної підготовленості та функціонального стану серцево-судинної системи дозволить визначати спрямованість засобів для корекції фізичної підготовленості конкретного юнака і досягнення належного рівня фізичного стану в процесі фізичного виховання.

Розроблену технологічну модель фізичної підготовки допризовної молоді можливо використовувати в системі закладів загальної середньої освіти, а також в самостійних і організованих заняттях у поза навчальний час.

Перспективи подальших досліджень можуть полягати у визначенні оптимальних засобів військово-прикладного багатоборства для учнів старших класів закладів загальної середньої освіти в межах секційної роботи.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Александров В. М. Правове регулювання підготовки громадян України до військової служби. *Державне будівництво та місцеве самоврядування*. 2010. Вип. 19. С. 109-115.
2. Алхасов Д.С. Теория и история физической культуры (в таблицах и схемах): [метод. пособие для студентов, обучающихся по специальности 050141 «Физическая культура»] Москва – Берлин: Директ – Медиа, 2014. 100с.
3. Амосова Е.Н., Михайлец Н.Е., Бойчак М.П. Состояние здоровья подростков и некоторые медицинские проблемы комплектования Вооруженных Сил Украины. *Лікарська справа*. 1995. № 7 – 8. С. 8.
4. Андреев Ю. Создание аэромобильных войск бундесвера. *Зарубежное военное обозрение*. 1991. №6. С.17-22.
5. Андреев Ю.А. Об аэромобильных войсках НАТО. *Военная мысль*. 1992. №4. С. 75-80.
6. Анжерский С. «Силы быстрого реагирования» Великобритания. *Зарубежное военное обозрение*. 1988. №1. С.9-12.
7. Анжерский С. Сухопутные війська США. *Зарубежное военное обозрение*. 1995. №3. С.16-20.
8. Анікєєв Д.М. Рухова активність у способі життя студентської молоді: автореф. дис. ... канд. з фіз. вих. і спорту: 24.00.02. К. НУФВСУ, 2012. 20 с.
9. Антошків Ю.М. Вдосконалення професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МНС України: автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02. Львів, 2006. 20 с.
10. Апанович О.М. Розповіді про українських козаків. К.: Дніпро, 1991. 335с.
11. Аристотель. Сочинения: 14 т.: пер. с древнегреческого. М.: Мысль, 1984. Т.4. 830с.
12. Артамонов М.И. Киммерийцы и скифы. Л.: Изд-во Ленинград. ун-та, 1974. 156с.

13. Археологія Української РСР: у 3 т. Т.2. К.: Наук. думка, 1971. 504с.
14. Аршинова О. Организация физической подготовки сил специальных операций США. *Зарубежное военное обозрение*. 1996. №6. С.14-16.
15. Афиногенов Д.А. Политические основы военной доктрины государств: взгляды, перспективы и протеворечия.
16. Афонін В., Кізло Л., Попович О., Русіло П. Фізичний розвиток та фізична підготовленість курсантів військового інституту. *Молода спортивна наука України*. 2009. Т. 2. С. 6-12.
17. Бабайлов В.К. Индукция и дедукция. *Бізнес Інформ*. 2012. №10, С. 285-289.
18. Бабенко В. Г. Формування мотивації фізичної підготовки в системі професійної освіти працівників МВС України: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04 – теорія та методика професійної освіти. Київ, 2005. 18 с.
19. Бабишин С.Д. Школи Запорізької Січі. *Рідна Школа*. 1991. №6. С. 83-85.
20. Бадэко В. И. Место военной доктрины в системе военно-научных знаний, ее взаимосвязь с другими отраслями наук : сб. ст. *Система военно-научных знаний и современные проблемы общественного развития*. М., 1995. Вып 2. С. 32 – 37.
21. Бажуков В. И. О гуманитарном аспекте военных доктрин развития демократических государств. *Гуманизация воинской деятельности и реформы Вооруженных Сил*. М. : ГА ВС, 1996. С. 115 – 117.
22. Бакіко І.В. Поєднання базової та варіативної частин програми з фізичної культури школярів : автореф. дис.... канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.02. Львів, 2007. 19 с.
23. Балущка Л. Рівень фізичної підготовленості учнів ліцею з поглибленою військово-фізичною підготовкою. *Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини* / за заг. ред. Є. Приступи. Львів, 2014. Вип. 18, Т. 2. С. 3-6.

24. Балушок В.Г. Обряди ініціації українців та давніх слов'ян. Львів; Нью-Йорк: Вид-во М.П. Коць, 1998. 216с.
25. Баранов В. Комплектование вооруженных сил США личным составом, его военная и специальная підготовка. *Зарубежное военное обозрение*. 1989. № 10. С. 14 – 18.
26. Баришніков В.В., Неймирок О.К. Актуальні питання розвитку Збройних сил України. *Збірник наукових праць Харківського національного університету Повітряних Сил*. 2014. №2 (39). С. 34-37.
27. Башавець Н.А. Стан захворюваності сучасної студентської молодіта шляхи його поліпшення. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2011. № 7. С. 6-10.
28. Белей А.Б. Організація варіантів фізичної підготовки і вирішення деяких задач психологічної підготовки з курсантським складом ВНЗ. *Матеріали відкритої наук.-метод.конф. «Фізична підготовка військовослужбовців»*, 29-30 квітня 2012. Київ, 2012. С. 68-69.
29. Белый В.Я., Вовкодав Н.Н., Хижняк Н.И., Бидненко Л.И. Основные тенденции показателей здоровья населения Украины на современном этапе: *зб. научных трудов «Проблемы военного здравоохранения и пути его реформирования»*. К.: Логос, 1998. С. 186-188.
30. Беркутов С. Влияние опыта локальных войн на строительство вооруженных сил США. *Военно-исторический журнал*. 2006. № 1. С. 66 – 73.
31. Бессонова С.С. Религиозные представления скифов. Киев: Наук. думка, 1983. 136с.
32. Біла книга 2016. Збройні сили України. Київ: Міністерство оборони України, 2017. 113 с.
33. Блаватский В.Д. Античная археология Северного Причерноморья. М.: Изд-во АН СССР, 1961. 229с.
34. Блауберг Н.В., Садовский В.Н., Юдин Б.Г. Философский принцип системности и системный поход. *Вопросы философии*. 1978. № 8. С. 39 – 52.

35. Бойко Д. В. Сучасний стан та перспективні напрямки вдосконалення фізичного виховання студентів ВНЗ України III-IV рівнів акредитації. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2012. № 1. С. 22-25.
36. Бондар А.С. Історія фізичної культури: навч. посіб. Х.: ФОП Бровін О.В., 2013. 222с.
37. Боплан Г. Опис України. Українські козаки та їх останні гетьмани: Б. Хмельницький. Львів: Каменярь, 1990. 301с.
38. Борисенко В.В., Самойленко О.М. Організаційна структура Міністерства оборони США. Військова освіта. Х.: Основа, 2000. 252 с.
39. Бородин Ю.А. Эффективность физической подготовки в системе военно-профессионального обучения и пути ее повышения. *Физическое воспитание студентов творческих специальностей : сб. науч. тр. / под ред. С. С. Ермакова*. Харьков: ХГАДИ (ХХПИ), 2003. № 10. С. 60–76.
40. Бородин Ю., Сухорада Г. Тенденции изменений нормативных требований физической подготовки курсантов высших военных учебных заведений в период 1925 – 2000 годов. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2004. № 1. С. 95-104.
41. Бородин Ю.А., Романчук С.В., Романчук В.М. Мотиваційні аспекти занять з фізичної підготовки і спорту курсантів військових навчальних закладів : навч. посіб. К., 2006. 111 с.
42. Бородин Ю.А., Пічугін М.Ф., Боринський І.О., Романчук В.М., Романчук С.В. Форми фізичної підготовки у навчальних підрозділах Збройних сил України: навч.- метод. посіб. К.: Тип. ГШ ЗС України, 2007. 168 с.
43. Бородин Ю. А. Фізична підготовка курсантів у вищих військових навчальних закладах інженерно-операторського профілю : [монографія]. Київ: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2009. 417 с.
44. Босенко А.І., Судець С.В. Проблемні аспекти фізичної підготовленості допризовної молоді України та система її оцінювання. *Сучасні тенденції та*

перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту Збройних сил України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України: мат. Міжн. наук. – практ. конф. (Київ 20-30 листопада 2017 р.), Національний ун-т оборони України імені Івана Черняхівського; за заг. ред. В.І. Свистун, О.В. Петрачкова. К.: НУОУ, 2017. С. 48-50.

45. Босенко А.І., Судець С.В. Фізична підготовленість і система її оцінки у допризовної молоді України. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. 2017. Вип. 3 К (84). С. 87-91

46. Боярчук О. М. Фізична підготовка жіночого контингенту Збройних сил України в системі професійної діяльності : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. Львів. держ. ун-т фіз. культури. Львів, 2010. 20 с

47. Бровкин В. Комплектование вооруженных сил Великобритании. *Зарубежное военное обозрение*. 1990. № 13. С. 13 – 15.

48. Буженко А.І., Воронко А.А., Мороз Г.З., Шевчук Р.В., Ганоль М.В. Артеріальна гіпертензія та придатність до військової служби військовослужбовців і чоловіків мобілізаційного віку. *Україна. Здоров'я нації*. 2016. № 1–2 (37–38). С. 31-36

49. Бурдейный А.А., Щеголев В.А., Прокопчук С.С., Зефирова Е.Ф. Допризывная военно-физическая подготовка израильской молодежи. *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта*. 2016. №11(141). С. 37-40.

50. Бурень Н. В. Корекція фізичної підготовленості та функціонального стану студентів технічних спеціальностей засобами фізичної культури і спорту : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» Х., 2010. 22 с.

51. Бутовский А.Д. Полевая гимнастика в различных странах Западной Европы. С. Петербург, 1897. 23с.

52. Бутовський О.Д. Вибрані твори /Упорядники В.В. Драга, М.Д.Зубалій. 2-ге видання, переробл. і доповн.: К.:ВАТ «Поліграфкнига», 2007. 288с.
53. Валентинов В.О. О проблемах комплектования вооруженных сил Великобритании. *Зарубежное военное обозрение*. 1989. № 12. С. 21 – 22.
54. Валерин В. «Силы быстрого развертывания» в планах НАТО. *Зарубежное военное обозрение*. 1992. № 3 / 4 / 5. С. 29 – 30.
55. Вереньга Ю. В. Удосконалення фізичної підготовки працівників МВС України на етапі професійного становлення. автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту. ЛДУФК. Львів, 2015. 19 с
56. Витоки: від найдавніших часів до першої половини IX століття /упоряд. О.І. Гурчія. К.: Україна, 1995. 416с.
57. Волик О.М., Лопін Є.Б. Багаторічна динаміка загальної захворюваності військовослужбовців ЗС України кадрового складу. Сучасні аспекти військової медицини: Збірник наукових праць ГВКГ МО України. Київ, 2007. С. 17-20.
58. Волик О.М., Черней Л.М. Соціальний та духовний комфорт військовослужбовців строкової служби Збройних сил України. *Військова медицина України*. 2002. Т. 2, № 1. С. 92-94.
59. Гавриленко А.Є., Анікеєв Д.М. Вдосконалення професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів. *Шляхи підвищення ефективності спеціальної підготовки офіцерів Державної кримінально-виконавчої служби України: зб. матеріалів круглого столу (Київ, 24 травня 2018 р.)*. Київ: Інститут кримінально-виконавчої служби, 2018. С. 55-57.
60. Глазунов Н. К. Стратегические концепции и развитие вооруженных сил Североатлантического союза. *Военно-исторический журнал*. 1978. № 11. С. 80 – 86.
61. Глазунов С.И. Проблемы мотивации к физическому совершенствованию офицеров Вооруженных сил Украины.

Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2007. № 1. С. 16–20.

62. Глазунов С.І. Експрес-контроль спеціальної фізичної підготовленості військовослужбовців механізованих підрозділів Сухопутних військ: автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02. Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України. К., 2003. 20 с.

63. Голик Л. А., Хижняк М.І., Демчихін Г.В. Показники захворюваності військовослужбовців Київського гарнізону за 1995-1999 рр. *Современные аспекты военной медицины*: Сборник научных трудов ГВКГ МО Украины. - К., 2000. С. 24-27.

64. Голицын В. М. Направления развития военных доктрин и строительство Вооруженных Сил основных зарубежных стран. *Военная мысль*. 1992, июль. С. 14-20.

65. Головатенко О.М., Олексієнко Я.І., Дудник І.О. Фізична підготовленість студентів ВНЗ: методика розвитку та удосконалення. Черкаси: Видавничий відділ ЧІБС, 2013. 70 с.

66. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта: учеб. пособие. М.: Издательский центр «Академия», 2005. 312с.

67. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта: [учебник для студ. учреждений высш. проф. образования]. 10-е изд. спец. М.: Изд. центр «Академия», 2013. 320с.

68. Гончаренко С.У. Педагогічні дослідження : методологічні поради молодим. Вінниця: ТОВ Фірма «Планер», 2010. 308 с.

69. Горго Ю.П., Чайченко Г.М. Основи психофізіології. Херсон: Персей, 2002. 248 с.

70. Гречанюк О.О. Фізична культура Північного Причорномор'я в античний період (VI ст. до н.е.-IV ст.н.е.): автореф. дис...канд. наук з фіз. вих. і спорту: спец. 24.00.02. Волин. держ. ун-т ім. Лесі Українки. Луцьк, 2000. 16с.

71. Грибан Г.П., Тимошенко О.В., Романчук В.М., Боярчук О.М., Гусак А.Д. Роль фізичної підготовленості та рухової активності в системі професійної підготовки жінок-військовослужбовців. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2014. Вип. 5. С. 33-37.
72. Грибан Г.П., Кутек Т.Б. Аналіз стану здоров'я студентів вищих навчальних закладів. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2004. №7. С. 130-132.
73. Грибан Г.П. Динаміка фізичної підготовленості студентів в історичному аспекті. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету*. 2013. Вип. 112. Т.1 С.106-111.
74. Грибан Г.П. Фізичне виховання студентів аграрних вищих навчальних закладів: [монографія]. Житомир: Вив-во «Рута», 2012. 514 с.
75. Григоревич В.В. Всеобщая история физической культуры и спорта: учеб.пособие. М.: Из-во «Советский спорт», 2016. 371с.
76. Григорук А.О., Анікеєв Д.М. Професійно-прикладна фізична підготовка курсантів. *Шляхи підвищення ефективності спеціальної підготовки офіцерів Державної кримінально-виконавчої служби України: зб. матеріалів круглого столу (Київ, 24 травня 2018 р.)*. Київ: Інститут кримінально-виконавчої служби, 2018. С. 57-59.
77. Грошев Ю. Боевая подготовка в Сухопутных войсках США (Принципы обучения и формы организации учебного процесса). *Зарубежное военное обозрение*. 1988. № 10. С. 19 – 23.
78. Гусак О.Д., Романчук С.В. Роль фізичної підготовки у вирішенні завдань психологічної підготовки військовослужбовців. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2011. № 4. С. 61–65.
79. Гусак О.Д. Формування психофізичної готовності військовослужбовців аеромобільних підрозділів до професійної діяльності у процесі фізичної підготовки : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02-

Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. Львів. держ. ун-т фіз. культури. Львів, 2012. 20 с.

80. Давня історія України: у 2 кн./під ред. П.П. Толочка та ін. К.: Либідь, 1994. Кн.1. 240с.

81. Деделюк Н.А., Цьось А.В. Традиції фізичного виховання в Київській Русі: [монографія]. Луцьк: Волинська обласна друкарня, 2004. 192с.

82. Деделюк Н.А. Традиції фізичного виховання Київської Русі та її використання в загальноосвітній школі: автореф. дис. ...канд. наук з фіз. вих. і спорту: спец. 24.00.02. Львів. держ. ін-т фіз. культури. Львів, 2004. 20с.

83. Дейкун М.П. Причинно-наслідкові обґрунтування визначень «державна система охорони здоров'я» та «охорона населення». *Лікарська справа*. 1998. № 4. С. 157 – 161.

84. Державний стандарт базової і повної загальної середньої освіти: затв. постановою Кабінету Міністрів України від 23 листопада 2011 р. № 1392. *Урядовий кур'єр*. 2012. №19. С. 9-16.

85. Державні тести та нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України. Київ, 1996. 32 с.

86. Дивинская Е.В. Курс лекций и практические рекомендации для самостоятельной подготовки студентов по дисциплине «История физической культуры и спорта». Волгоград, 2017. 253с.

87. Діденко Л.В. Соціально-гігієнічні умови та спосіб життя як основні критерії придатності молоді до військової служби. *Проблеми військової охорони здоров'я*. 2011. Вип. 29. С. 400-405.

88. Дідик Н.М. Вивчення проблеми формування здорового способу життя серед молоді. *Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 26. С. 119-128.

89. Дикий О.Ю. Методика навчання військово-прикладного семиборства старшокласників у позаурочній діяльності: дис....канд. пед. наук.: 13.00.02. Луцьк, 2018. 217с.

90. Додаток до листа Міністерства освіти і науки України від 25.09.2015 № 1/9-454 «Рекомендація щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах».
91. Долженко Л. Прогностичні моделі фізичної підготовленості студентів з різним рівнем фізичного здоров'я. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2006. № 2. С. 89–91.
92. Дорофеев В.А., Нестеров А.А. Система проверки и оценки физической подготовки вооруженных сил стран НАТО. Ленинград: ВИФК, 1990. 54 с.
93. Дорохов М.С. Державні зміни фізичного виховання в Україні: проблеми та шляхи їх вирішення в Збройних силах України. *Збірник наукових праць Військового інституту Київського національного університету імені Тараса Шевченка*. 2016. Вип. 52. С. 180-193.
94. Дух Т., Боднар І. Взаємопідготовка студентів як передумова удосконалення фізичного виховання вищих навчальних закладів. *Молода спортивна наука України*. 2012. Т.4. 35-41. С. 37
95. Екстремальна психологія: [підручник]. За ред., проф. О.В. Тимченка. Київ, 2017. 502 с.
96. Ендальцев Б.В., Мавроматис В.Д., Альмамбетов Т.В. Влияние физических упражнений на формирование адаптационных реакций организма человека *Тезисы доклада итоговой научной конференции за 2003 г. СПб.: ВИФК, 2004. С. 47–49.*
97. Єдинак Г.А., Мисів В.М., Скавронський О.П. Фізична підготовка учнів військових ліцеїв: [монографія]. Кам'янець-Поділ. нац. ун-т ім. Івана Огієнка. Кам'янець-Подільський: Рута, 2012. 303 с.
98. Жембровський С. М. До питання реформування системи фізичної підготовки Збройних сил України на сучасному етапі. *Сучасний стан та перспективи розвитку фізичної підготовки військовослужбовців в системі бойового навчання військ (сил) Збройних сил та інших силових структур України: матеріали наук.-метод. конф. 28–29 листопада 2013 р.* Київ : МОУ, 2013. С. 30–36.

99. Закон України «Про військовий обов'язок і військову службу» від 25.03.1992 р. № 2232. – XII зі змінами від 04.04.2006 р. №3597 – IV.
100. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» // <http://www.rada.gov.ua>
101. Закорко І.П. Спеціальна фізична підготовка у вищих навчальних закладах МВС України з урахуванням індивідуальних особливостей моторики курсантів : автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02. Київ, 2001. 18 с.
102. Зарічанський О. А. Педагогічні умови професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вищих закладів освіти I - II рівнів акредитації МВС України : автореф. дис... канд. пед. наук : 13.00.04. Тернопіль, 2002. 19 с.
103. Захист Вітчизни: підруч. для 10-11 кл. загально-освіт. навч. закладів /М.М. Бака, Ю.А. Квашньов, А.О. Литвиненко: за ред. Ю.А. Квашньова. К.: Вежа, 2006. 448с.
104. Зорій Я.Б., Шпанко М.А. Особливості професійно-особистісної фізичної підготовки майбутніх офіцерів запасу у вищих навчальних закладах України. *Young Scientist*. №3.1 (43.1). March, 2017. P.147-150.
105. Зятьєв С. На тисячу юнаків – тисяча двісті хвороб. *Народна армія*. 2000. 16 серпня.
106. Игнатъев О. Основные направления развития ВВС европейских стран НАТО на период до 2015 - 2020 годов. *Зарубежное военное обозрение*. №5. 2007. С.36.
107. Ильин Е. П. Психофизиология состояний человека. СПб.: Питер, 2005. 411 с.
108. История физической культуры и спорта: [учеб. – метод. комплекс для студ]. под общ. ред. В.Ю. Дятлова. Новополоцк: УО «ПТУ», 2005. 244с.
109. История Древнего мира: [учеб. пособие]. М.: «Просвещение», 1986. 431с.
110. История средних веков. Хрестоматия: [пособие для учителей]. В 2 ч. Ч 1 (V-XV века), Ч 2 (XV-XVII века) /Сост. В.Е. Степанова, А.Я. Шивелян. 3-е изд., дораб. М.: Просвещение, 1988. Ч 1. 287с, Ч 2. 271 с.

111. История физической культуры и спорта. Антология. Кн. II. М.:Русь-Олимп, 2011. 320с.
112. История физической культуры: [учебник] / Под. ред.С.Н. Комарова. С. Петербург, 2015. 244с.
113. Іванова А., Ковальчук Н. Вихідні рівні стану здоров'я та фізичної підготовленості студентів 1 курсу окремих спеціальностей Луцького національного технічного університету. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2011. №. 2 (14). С. 57-59
114. Івашковський В.В. Військово-патріотичне виховання учнівської молоді як засіб формування суб'єкта громадянського суспільства. *Проблеми освіти: науковий збірник Інституту інноваційних технологій і змісту освіти МОН молоді і спорту України*. К., 2012. Вип. 72. С. 124-132.
115. Івашковський В.В. Педагогічні основи формування готовності старшокласників до служби в Збройних силах України: дис....канд. пед. наук. К., 2002. 199с.
116. Ільницький І., Окопний А. Фізична підготовленість учнів ліцею імені Героїв Крут з посиленою військово-фізичною підготовкою. *Молода спортивна наука України*. 2016. Т.2. С. 218-221.
117. Ільницький І., Окопний А. Фізичне виховання учнів ліцеїв із посиленою військово-фізичною підготовкою. *Молода спортивна наука України*. 2015. Т.2. С. 101-104.
118. Ішичкіна Л. М. Педагогічні умови підвищення ефективності фізичної підготовки особового складу підрозділів пожежної охорони: автореф. дис.... к. пед. наук: 13.00.04. Луганськ, 2005. 20 с.
119. Іщенко Д. В., Мірошніченко В.І. Мотиваційні аспекти навчальної діяльності старшокласників з формування готовності до військової служби за контрактом. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. 2013. Вип. 3. С.17-28.
120. Кащенко А.Ф. Оповідання про славне Військо Запорізьке низове. К.: Веселка, 1992. 302с.

121. Климович В., Ольховий О., Романчук С., Курбакова С. Взаємозалежність професійної та фізичної готовності курсантів-артилеристів. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2016. №3. С. 75-79
122. Климович В.Б., Курбакова С.М., Ольховий О.М., Романчук С.В. Вплив системи фізичної підготовки на рівень побічних показників фахової працездатності випускників-артилеристів. *Український журнал медицини, біології та спорту*. 2017. № 1. С. 215-219.
123. Клімакова С.М. Аналіз стану фізичного виховання у вищих навчальних закладах. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2011. № 8. С. 36-39
124. Коваленко Ю.О. Оптимізація фізичного виховання учнів ліцею з використанням засобів рукопашного бою. *Вісник Запорізького національного університету. Серія : фізичне виховання та спорт*. 2014. № 1. С. 28–35.
125. Козіброцький С., Деделюк Н. Особливості та напрями укладання навчальних програм із фізичного виховання для студентів вищих навчальних закладів України. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2011. №. 4 (16). С. 3-5.
126. Козіброцький С., Смолюк В., Швай О. Програмне забезпечення фізичного виховання студентської молоді в період незалежності України. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2010. №. 2 (10). С. 10-13
127. Коновалов В.В. Управління фізичною підготовкою військовослужбовців в умовах реформування Служби безпеки України: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту: 24.00.02. Харк. держ. акад. фіз. культури. Х., 2011. 20 с
128. Коновалов В.В., Божко С.А., Піддубний О.Г. Оптимізація педагогічної діяльності викладача фізичної підготовки. *Військова освіта*. 2013. № 1. С. 114-124
129. Конституція України. *Відомості Верховної Ради України*. 1996. №30. С. 141

130. Концепція національно-патріотичного виховання дітей та молоді на 2015-2019 рр. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://ippo.Kubg.edu.ua/arhives/6436>
131. Корчагін М., Курбакова С., Ольховий О. Залежність успішності професійної діяльності військовослужбовців-операторів від рівня психофізіологічних якостей. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2017. № 3. С. 65-68.
132. Корчагін М.В. Оптимізація спеціальної фізичної підготовки військовослужбовців-операторів повітряних сил у циклі бойового чергування: автореф. дис....канд. наук з фіз.вих. і спорту: 24.00.02. Дніпро, 2018. 20 с.
133. Косарчук В.В., Захараш А.Д. Аналіз якості професійно-психологічного відбору військовослужбовців та медико-соціальні фактори ризику, що формують рівень здоров'я юнаків, призваних до Збройних сил України в навчальний центр «Десна». *Проблеми військової охорони здоров'я*. 2011. Вип. 29. С. 114-121.
134. Косарчук В.В., Захараш А.Д. Наукове обґрунтування оптимізації медичного забезпечення військовослужбовців ЗС України в системі допризовник-призовник-молодий солдат. *Проблеми військової охорони здоров'я*. 2011. Вип. 29. С.332.
135. Косарчук В.В., Хижняк М.І. Вивчення стану здоров'я та фізичного розвитку військовослужбовців рядового складу мобілізаційного резерву Збройних сил України на етапах вступу та проходження строкової служби. *Збірник наукових праць співробіт. НМАПО імені П.Л.Шурика*. 2014. № 23 (1). С. 439-449.
136. Костюкевич В.М., Воронова В.І., Шинкарук О.А., Борисова О.В. Основи науково-дослідної роботи магістрантів та аспірантів у вищих навчальних закладах спеціальності 017 (Фізична культура і спорт):

навчальний посібник за заг. ред. В.М. Костюкевича. Вінниця: ТОВ «Мілан - ЛТД», 2016. 554 с

137. Кравченко Н. Сучасна навчальна програма як складова забезпечення оптимальної рухової активності школярів середнього шкільного віку. *Молода спортивна наука України*. 2012. Т.2. . С. 108-111.

138. Красота В., Ольховий О., Романчук С. Взаємозалежність професійної та фізичної готовності майбутніх офіцерів. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2014. № 1. С. 42-46.

139. Красота В. М. Спеціальна фізична підготовка офіцерів чергового бойового розрахунку командного центру військово-морських сил України. автореф. дис.... канд. фіз. вих. та спорту: 24.00.02 фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. Харків, 2007. 23 с.

140. Круцевич Т.Ю., Воробйов М.І., Бзверхня Г.В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді: навч. посіб. К.: Олімп. л-ра, 2011. 224 с.

141. Круцевич Т, Трачук С. Нормативні основи сучасної системи фізичного виховання різних груп населення України. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2017. №1. С.184-188.

142. Круцевич Т., Ольховий О. Професійно спрямована система фізичної підготовки майбутніх офіцерів. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2012. №4. С. 73-77.

143. Круцевич Т., Саїнчук М., Підлетьчук Р. Причини політики девальвації фізичної підготовки в системі фізичного виховання в закладах освіти України. *Спортивний вісник Придніпров'я*. Науково-практичний журнал №1/2018 с. 169-175. Фахове видання України, яке включено до міжнародної науко метричної бази Index Copernicus (ISSN 2071-1476; eISSN 2071-1506). *Здобувачеві належить виявлення проблеми, участь у пошуку джерел інформації, опрацюванні результатів дослідження, співавторам - написання висновків, аналіз причини політики девальвації фізичної підготовки в системі фізичного виховання в закладах освіти України.*

144. Круцевич Т., Саїнчук М., Підлетьчук Р. Наслідки руйнації конструкту фізична підготовленість в архітектоніці предмету фізична культура. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. Науково-теоретичний журнал, 2.2018 с.102-109. Фахове видання України, яке включено до міжнародної науко метричної бази Index Copernicus (ISSN 1992-7908). *Здобувачеві належить участь в обробці матеріалів дослідження, оформленні публікації, співавторам належить– розроблення стратегії дослідження, аналіз і узагальнення його результатів.*

145. Круцевич Т., Семенко В., Підлетьчук Р. Особливості професійно-прикладної фізичної підготовки та психофізичної готовності здобувачів вищої освіти. Матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції НУОУ ім. Черняхівського 14-15.02.2019 с.180-181 *Дисертантом особисто проведено аналіз науково-методичної літератури, оброблено результати дослідження. Внесок співавторів полягає у визначенні проблеми та формулюванні висновків дослідження.*

146. Круцевич Т., Саїнчук М., Підлетьчук Р. Наслідки політики девальвації фізичної підготовки у фізичному вихованні освітніх закладів України для громадян і держави. Науковий часопис НПУ імені Драгоманова 2.2018 с.51-55. Фахове видання України, яке включено до міжнародної науко метричної бази Index Copernicus (ISSN 2311-2220). *Дисертантом особисто проведено аналіз науково-методичної літератури, оброблено результати дослідження та сформульовано висновки. Внесок співавторів полягає у визначенні проблеми дослідження, аналізу наслідків реорганізації системи фізичного виховання і його впливу на стан здоров'я молоді України.*

147. Круцевич Т., Красота В., Ольховий О. Технології набуття організаційно-управлінських умінь з управління фізичною підготовкою. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2013. № 2. С. 107-111.

148. Круцевич Т.Ю., Пангелова Н.Є., Пангелов С.Б.. Історія розвитку фізичної рекреації: навч. посіб. К.: Академвидав, 2013. 160с.

149. Круцевич Т.Ю., Пангелова Н.Є. Сучасні тенденції щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2016. №3. С.109-115.
150. Кубіцький С. О. Система оцінювання готовності майбутніх офіцерів до професійної діяльності : автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 – теорія та методика професійної освіти. Київ, 2001. 20 с.
151. Кузнєцова О. Динаміка рівнів фізичної підготовленості студентів-першокурсників технічних ВНЗ. *Молода спортивна наука України*. 2014. Т.2. С. 69-74
152. Куликовський Я.В. Технології навчання студентів фізичним вправам з використанням реконструйованих українських традицій фізичного виховання (на матеріалі української боротьби на поясах). *Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова. Серія № 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи*. Випуск 14: зб. наук. праць / За ред. О.В. Тимошенка. К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2009. С. 113-117
153. Кулинко Н.Ф. История физической культуры и спорта: [учеб. пособие для студентов педагогических вузов]. Оренбург: Оренбургское книжное издательство, 2007. 374с.
154. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта: пер. с венгерского. М.:Радуга, 1982. 399с.
155. Курциус Э. История Древней Греции: Т. 2. Мн.: Харвест, 2002. 239с.
156. Кустовська О. В. Методологія системного підходу та наукових досліджень. Курс лекцій. Тернопіль: Економічна думка, 2005. 24 с
157. Кучер В.І. Загальна первинна захворюваність особового складу Збройних сил України. *Проблеми військової охорони здоров'я*. 2016. Вип. 45(1). С. 48-52
158. Леонидов Л. Новая концепция применения сухопутных войск по взглядам специалистов НАТО. *Зарубежное военное обозрение*. 1992. № 11. С. 23 – 27.

159. Лесгафт П.Ф. Руководство по физическому образованию. С. Петербург, 1904. 392 с.
160. Лист Міністерства освіти і науки України від 25.09.2015 № 1/9-454 «Щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах».
161. Лист Міністерства освіти і науки України від 26.01.2015 № 47 «Про особливості формування навчальних планів у 2015/2016 навчальному році».
162. Литвин А.Т. Состояние и основные тенденции системы физического воспитания в период между первой и второй мировыми войнами: лекция для студ., аспирантов и слушателей курсов повышения квалификации. К.:Т-во «Знання України», 2007. 31с.
163. Лищик Ю.А., Плохій С.М., Стороженко І.С. Як козаки воювали. Дніпропетровськ: [б.в.], 1991. 302с.
164. Лошицька Т.І. Модельно-цільові характеристики фізичної підготовленості юнаків призовного віку в системі фізичного виховання: автореф. дис.... канд. наук. з фіз. вих. та спорту. К., 2007. 22 с.
165. Лошицька Т. І. Максимальне споживання кисню юнаками призовного віку з різними рівнями фізичного здоров'я та фізичної підготовленості. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. Харків. 2007. № 1. С. 77 – 78.
166. Магльований А.В., Тьорло О.І. Співвідношення спеціальної фізичної підготовки та загальної фізичної підготовки в модульній системі навчання курсантів-жінок. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2007, № 9. С. 94–98.
167. Магльований А., Петрук А., Лесько О., Кожух Н. Фізична підготовка в системі формування військових фахівців провідних іноземних армій. *Спортивна наука України*. 2015. №5 (69). С. 16-20.
168. Магльований А.В., Боярчук М. Проблеми та шляхи вдосконалення фізичної підготовки молодшого офіцерського складу. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2013. №1. С.44-48.

169. Мазурчук О.Т. Особливості військово-фізичної підготовки допризовників, які проживають на території радіаційного забруднення: автореф. дис.... на здоб. наук. ст.канд. наук з фіз.вих.і спорту, 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. Луцьк, 1999. 16 с.
170. Макаренко В.Г. История развития проблемы физического воспитания: донаучный период. *Вестник Челябинского государственного педагогического университета*. 2010. №3. С.115-126.
171. Маланюк Л.Б. Обґрунтування режимів рухової активності чоловіків 18–25 років з різним рівнем фізичного здоров'я: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання та спорту : спец. 24.00.02 Львів: ЛДУФК. 2010. 20 с.
172. Маракушин А. І. Фізична підготовка курсантів-вертолітників у період допольотного навчання : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. Львів, 2006. 20 с.
173. Мельник В.О. Удосконалення фізичної підготовки курсантів вищих військових навчальних закладів в польових умовах: автореф. дис... на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання та спорту: 24.00.02. Львів, 2019. 20 с.
174. Мельникова Н.Ю., Трескин А.В. История физической культуры и спорта: [учебник]. М.: Советский спорт, 2013. 392с.
175. Методи і засоби психофізіологічного відбору кандидатів на службу за контрактом в Збройні сили України : монографія [С. М. Злепко, Л. Г. Коваль, В. В. Петренко, Р. С. Белзецький]. Вінниця : ВНТУ, 2010. 204 с.
176. Москаленко Н., Откирач В., Корчагін М., Хліманцов Т., Куржуко Є. Вплив занять військово-спортивним багатоборством на стан здоров'я курсантів ВВНЗ. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2020. №1. С. 345-352

177. Мудрік В.І. Формування готовності старшокласників до військової служби. *Сучасний виховний процес: сутність та інноваційний потенціал. Мат. звіт.наук.-практ.конф. Івано-Франківськ. 2014. С. 188-191.*
178. Мунтян В.С., Пліско В.І. Фізичне виховання у контексті положень нового закону України «Про вищу освіту». *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Чернігів, 2014. Вип. 118. Т. 1. С. 222–226.*
179. Мунтян В.С. Исторический обзор развития физического воспитания в системе ценностей и приоритетных направлений деятельности человека (Древний мир). *Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова. Серія № 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи. Випуск 3К (56): зб. наук. праць / За ред. О.В. Тимошенка. К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2015. С. 250-254.*
180. Настанова з фізичної підготовки у Збройних силах України (НФП-1997) К : 1997. 129 с.
181. Настанова з фізичної підготовки у Збройних силах України (Наказ Міністра оборони України від 30.12.2009 № 685 «Про затвердження Настанови з фізичної підготовки у Збройних силах України»). К.: РВВ АГУ ГШ ЗС України, 2009. 231 с.
182. Настанова з фізичної підготовки у Збройних силах України. (НФП – 2014). Київ: Міністерство оборони України, 2014. 158 с.
183. Національна стратегія розвитку освіти в Україні на період до 2021 року: схвалено Указом Президента України від 25 червня 2013 р. № 344/2013// Інформатика: всеукр. газ. для вчителів інформатики. 2013. №15. С. 3-13.
184. Николаев А.В. История становления и развития физической подготовки в военно-учебных заведениях России во второй половине XIX – начале XX века: автореф... канд. исторических наук: спец. 07.00.02. М., 2004. 21с.

185. Овчарук І.С., Ольховий М., Сидорченко К.М., Колот М.В. Теорія та організація фізичної підготовки військ : Навчально-методичний посібник. Одеса: ВА, 2015. Ч.2. 234 с.
186. Овчарук І.С. Система фізичної підготовки майбутніх фахівців з ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02. «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». Львів, 2008. 20с.
187. Одерев А., Климович В, Підлетейчук Р., Добровольський В., Корчагін М. Особливості організації та змістовне наповнення системи фізичної підготовки у збройних силах держав – членів НАТО та України. Український журнал медицини, біології та спорту. Том 5 №2(24) 2020 с. 271-283. Фахове видання України, яке включено до міжнародної науко метричної бази Index Copernicus (ISSN 2415-3060; eISSN 2522-4972). *Здобувачем виявлена проблема дослідження, участь у пошуку джерел інформації, опрацьовані результати дослідження та сформульовані висновки, співавторам – досліджено особливості організації та змістовне наповнення системи фізичної підготовки у збройних силах держав – членів НАТО та України.*
188. Ольховий О. М. Концептуальні зміни системи фізичної підготовки збройних сил. *Вісник Кам'янець-Подільського НУ ім. Івана Огієнка. «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини».* Вип. 8. КПНУ, 2015. С. 254–260.
189. Ольховий О. М. Оцінка готовності майбутніх офіцерів до управління фізичною підготовкою. *Слобожанський науково-спортивний вісник: наук.-теорет. журн. Х.: ХДАФК. 2012. № 4. С. 158 – 162.*
190. Ольховий О., Климович В., Романчук С. Оптимізація системи фізичної підготовки курсантів. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2016. № 2. С. 38-42*
191. Ольховий О. М. Концепція професійно спрямованої системи фізичної підготовки курсантів. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету ім. Т.Г Шевченка. Вип. 112. Т. II. Чернігів: ЧНПУ, 2013. С. 208 - 211.*

192. Ольховий О.М., Фіногенов Ю.С. Концепція фізичної підготовки Збройних сил України. *XV Міжнародна науково-практична конференція «Фізична культура, спорт та здоров'я»*. Х., 2015 С.173-174.
193. Ольховий О.М. Професійна діяльність офіцерів з питань управління фізичною підготовкою. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2012. №10. С. 50-54
194. Ольховий О.М. Теоретико-методичні засади системи фізичної підготовки курсантів вищих військових навчальних закладів: автореф. дис.... докт. фіз. вих. та спорту: 24.00.02 фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. Київ, 2013. 38 с.
195. Ольховий О.М. Теоретико-методичні основи професійно-спрямованої фізичної підготовки курсантів ВВНЗ ЗС України : монографія Х.: ХУПС, 2012. 286 с.
196. Остапенко О.І., Зубалій М.Д. Організація допризовної підготовки та військово-патріотичного виховання учнівської молоді в загальноосвітніх навчальних закладах. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. 2015. №19(2). С.75-87.
197. Островерхов-Вареник А. Борисфенківські Олімпіади. *Наука і суспільство*. 1994. №1. С.46-51.
198. Очерки по истории физической культуры / Под ред. Е.М. Петрова. М.: Физкультура и спорт, 1938. 175с.
199. Паєвський В.В. Спеціальна фізична підготовка курсантів протиповітряної оборони Сухопутних військ Збройних Сил України: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02. Харків. 2010. 20 с.
200. Пангелова Н. Є., Мінкін Д.О. Організація фізичної підготовки в арміях провідних країн світу. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. 2015. Вип. 8. С. 268-274.

201. Пангелова Н.Є. Історія фізичної культури: навч. посібник. К.: Освіта України, 2010. 294с.
202. Пангелова Н., Власова С. Зарубіжний досвід організації фізичного виховання в загальноосвітніх школах. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2017. №1. С. 215-221.
203. Пантелєєв К. Методичні аспекти фізичної підготовки військовослужбовців країн НАТО та удосконалення системи фізичної підготовки персоналу Державної прикордонної служби України. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія : Педагогічні науки*. 2016. № 1. С. 115-126.
204. Пархоменко Л.К., Страшок Л.А., Завеля Е.М., Ісакова М.Ю., Єщенко А.В. Роль підліткового терапевта у підготовці оборонного потенціалу країни. *Здоров'я ребенка*. 2016. № 5 (73). С. 94-98.
205. Педагогічна діагностика в системі фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів: кол. моногр. [Н. О. Белікова, Г. О. Гац, С. П. Козібродський та ін.]; наук. ред. й упорядник А. В. Цьось. Луцьк : Вежа-Друк, 2015. 240 с.
206. Пельменев В.К, Конеева Е.В. История физической культуры: [Учеб.пособие] Калининград: Изд-во Калинингр.ун-та, 2000. 186.
207. Передельський А.А. Двуликий Янус. Спорт, как социальный феномен. Сущность и антологические основания. М.: Литагент Спорт, 2017. 572с.
208. Переноскин А.И. Киммерийцы. Киев: Наук. думка, 1976. 224с.
209. Пересипкіна Т.В. Тенденції змін у стані здоров'я міських юнаків за даними ретроспективного аналізу. *Современная педиатрия*. 2015. № 4(68). С. 45-47.
210. Петрук А., Воронцов О., Демків А., Биков Р., Бичіхін Ю. Методична підготовка курсантів у процесі фізичного виховання у командних вищих військових навчальних закладах збройних сил України. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2016. № 3. С. 164-168.

211. Пилипей Л. П. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів: монографія. Суми : ДВНЗ «УАБС НБУ», 2009. 312 с.
212. Пилипей Л.П. Систематизація напрямків підготовки спеціалістів у ВНЗ згідно з вимогами до професійно-прикладної фізичної підготовки. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2008. № 1. С. 56-64.
213. Піддубний О. Г. Оптимізація фізичної підготовки курсантів вищих військових навчальних закладів у період первинного професійного навчання : автореф. дис.... канд. наук з фіз. виховання і спорту : [спец.] 24.00.02 Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. Львів, 2003. 20 с.
214. Підлетьчук Р. Особливості допризовної військово-фізичної підготовки молоді у зарубіжних країнах у другій половині ХХ ст. Тези доповідей XII Міжнародної конференції молодих вчених НУФВСУ 2019 с.333-335
215. Підлетьчук Р. Оцінювання фізичної підготовленості населення України як варіант залучення їх до спорту для всіх. Тези доповідей XI Міжнародної конференції молодих вчених НУФВСУ 2018 с.358-360
216. Підлетьчук Р. Передумови виникнення й чинники розвитку військово-фізичної підготовки в античних державах. *Спортивний вісник Придніпров'я. Науково-практичний журнал №2/2019 с. 122-134. Фахове видання України, яке включено до міжнародної науко метричної бази Index Copernicus (ISSN 2071-1476; eISSN 2071-1506).*
217. Підлетьчук Р. Характерні риси допризовної військово-фізичної підготовки молоді у зарубіжних країнах у другій половині ХХ століття. *Науковий часопис НПУ імені Драгоманова 11(105)18 с.114-118. Фахове видання України, яке включено до міжнародної науко метричної бази Index Copernicus (ISSN 2311-2220).*
218. Платонов В. Фізична культура – культура здоров'я. *Фізичне виховання в школі*. 2009. № 2. С. 40-43. С. 42.
219. Підлетьчук Р. Особливості організації військово-прикладної фізичної підготовки в країнах НАТО Тези доповідей XIII Міжнародної конференції молодих вчених НУФВСУ 2020 с.209-211

220. Плющ М.О. Методика педагогічного контролю розвитку витривалості у курсантів навчальних закладів ДСНС України. *Теорія та методика фізичного виховання*. 2016. № 02. С. 16-20.
221. Попеску І.К. Спорт у долях балканських народів. Львів: Світ, 1991. 184с.
222. Пономарев Н.И. Возникновение и первоначальное развитие физического воспитания М.: Физкультура и спорт, 1970. 248с.
223. Пономаренко В.М., Грузєва Т.С., Чепелевська Л.А., Кульчицька Т.К. Збереження і зміцнення здоров'я призовників і молоді – важливий напрямок охорони здоров'я. *Військова медицина України*. 2002. Т. 2. №3. С. 5-13.
224. Пономарчук В.А., Козлова В.С. Інститут спорту (Історія і реалії). Минск, 2002. С.10-37.
225. Попад'їн В. Мета, завдання й загальні положення програми з фізичної підготовки військовослужбовців Військово-Морських сил Збройних сил України. *Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки: Фізичне виховання і спорт*. 2013. Вип. 9. С. 92-96.
226. Попов Ф.І., Маракушин А.І. Сучасні уявлення про сутність та структуру системи фізичної підготовки в умовах комплектування Збройних сил України на основі служби за контрактом. Х.:Академія ВВ МВС, 2007. С.185-193.
227. Попович А. Образовательные учреждения в системе воспитания здорового образа жизни. *Витоки педагогічної майстерності*. 2015. Вип. 15. С. 239-243.
228. Попович О. Розвиток системи фізичної підготовки провідних армій світу. *Схід*. 2009. №7 (98). С. 91-94.
229. Попович О.І. Порівняльний аналіз фізичної підготовленості курсантів ВВНЗ і студентів, які навчаються за програмою офіцерів запасу. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2010. № 5. С. 109–112.

230. 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.
231. Попрошаєв О., Мунтян В., Островський М. Визначення місця та ролі навчальної дисципліни «фізичне виховання» в національній системі освіти. *Спортивна наука України*. 2016. №3 (73). С. 3-8.
232. Попрошаєв О.В., Білик О.А., Островський М.В. Фізичне виховання в контексті інтеграції в загальноєвропейський освітній простір. *Спортивна наука України*. 2015. № 2. С. 36–43.
233. Постанова Кабінету Міністрів України від 5 листопада 2008 р. № 992 «Про визнання такою, що втратила чинність, постанови Кабінету Міністрів України від 15 січня 1996 р. № 80 <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/992-2008-%D0%BF>
234. Постанова Кабінету Міністрів України від 9 грудня 2015 р. № 1045 «Про затвердження Порядку проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України». *Офіційний вісник України*. 2015. 31 груд. Урядовий кур'єр. 2016. 6 січня.
235. Приступа Є.Н., Тимчак Я.В., Мазур Л.О. Зміст і форма військово-фізичної підготовки в Україні (з найдавніших часів до XIII ст.). Традиції фізичної культури в Україні: Зб. наук. статей / За загальною ред. С.В. Кириленко, В.А. Старкова, А.В. Цьося. К.: ІЗІН, 1997. С. 35-44.
236. Приступа Є.Н. Народна фізична культура українців. Львів:УСА, 1995. 254с.
237. Приступа Є.Н. Становлення і розвиток педагогічних основ української народної фізичної культури: автореф. дис.... д-ра пед. наук: спец. 13.00.01. Ун-т педагогіки АПН України. К., 1996. 48с.
238. Приступа Є.Н., Пилат В.С. Традиції української національної фізичної культури. Львів: Троян, 1991. 104с.

239. Присяжнюк С.І., Краснов В.П., Третьков М.О., Раєвський Р.Т. Фізичне виховання: теоретичний розділ. К. : ЦУЛ, 2007. 193 с.
240. Про військовий обов'язок і військову службу : в ред. Закону України від 04.04.2006 р. № 3597-IV. *Відом. Верхов. Ради України*. 2006. № 38. С. 324.
241. Про військовий обов'язок і військову службу : в ред. Закону України від: 03.03.2016 р. № 1008-VIII від 18 лютого 2016 р.
242. Про військовий обов'язок і військову службу : в ред. Закону України від 14.01.2018 підстава 2225-19 // <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/2232-12>
243. Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо забезпечення проведення мобілізації (Закон України від 27.03.2014 р. № 1169 – VII).
244. Про внесення змін до Інструкції з організації і проведення навчальних зборів з військовозобов'язаними у військових частинах і установах ЗСУ (Наказ МОУ від 05.04.2013 р. № 245)
245. Про затвердження Змін до Інструкції про організацію виконання Положення про проходження громадянами України військової служби у Збройних силах України (Наказ МОУ від 01.02.2014 р. № 5).
246. Про затвердження змін до Положення про Управління фізичної культури і спорту Міністерства оборони України. № 129 від 03.03.2017 http://www.mil.gov.ua/content/mou_orders/129_nm.pdf.
247. Про затвердження положень про допризовну підготовку і про підготовку призовників з військово-технічних спеціальностей (Постанова КМУ від 30.11.2000 р. № 1770)
248. Про затвердження Порядку проведення військової підготовки студентів вищих навчальних заходів за програмою підготовки офіцерів запасу (Постанова КМУ від 01.02.2012 р. № 48)
249. Про затвердження тестів і нормативів два проведення щорічного тижня фізичної підготовленості населення України.

250. Про Концепцію допризовної підготовки і військово-патріотичного виховання молоді (Указ Президента України від 25.10.2002 р. №948/2002 зі змінами від 29.10.2003 р. № 1227/2003).
251. Про Концепцію національно-патріотичного виховання молоді : наказ Міністерства у справах сім'ї, молоді та спорту, Міністерства оборони України, Міністерство культури і туризму, Міністерства освіти і науки № 3754/981/538/49 від 27.10.2009 року.
252. Про оборону України [Електронний ресурс] : Закон України від 06.12.1991 р. № 1932-ХІІ : за станом на 10 черв. 2014 р. – Режим доступу : <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/1932-12>
253. Про організацію вивчення гуманітарних дисциплін за вільним вибором студента : наказ Міністерства освіти і науки України від 09.07.2009 р. № 642.
254. Про Положення про проходження громадянами України служби у військовому резерві ВВ МВС України(Указ Президента України від 10.08.2012 р. № 470/2012).
255. Про Положення про проходження громадянами України служби у військовому резерві ЗСУ (Указ Президента України від 29.10.2012р. №618/2012).
256. Про реформування системи фізичного виховання учнів та студентської молоді у навчальних закладах України : спільне рішення колегії МОН, МОЗ, Мінсім'ї молоді та спорту від 11 лист. 2008 р.№ 13/1-2/10/11/1.
257. Про Стратегію національно-патріотичного виховання дітей та молоді на 2016–2020роки Указ Президента України [Електронний ресурс] : Указ Президента України від 13.10.2015№ 580/2015. – Режим доступу : <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/580/2015>
258. Пронтенко К. В.Удосконалення фізичної підготовленості курсантів операторських спеціальностей засобами гирьового спорту на етапі первинного навчання: автореф. дис.... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02. Л., 2009. 20 с.

259. Пронтенко К.В., Романчук В.М., Романчук С.В., Пронтенко В.В. Організація загальної фізичної підготовки курсантів вищих військових навчальних закладів з використанням засобів гирьового спорту: Навч.-метод. пос. Житомир : ЖВІ НАУ, 2018. 186 с.
260. Радиш Я.Ф. Теоретико-методологічні засади дослідження здоров'я громадян як важливого фактора національної безпеки. *Науково-інформаційний вісник Академії національної безпеки*. 2015. Вип. 1-2 (5-6). С. 27-37
261. Раевский Р. Т. Физическое воспитание как действенный фактор обеспечения здоровья студенческой молодежи. *Спорт для всіх*. Донецк: ДонНУ. 2000. №1. С.5-10.
262. Римар О., Соловей А. Оцінювання рівня фізичної підготовленості учнів старших класів. *Молода спортивна наука України*. 2013. Т.2. С. 181-186.
263. Рингач Н.О. Громадське здоров'я як чинник національної безпеки : [монографія] .К.: НАДУ, 2009. 296 с.
264. Рингач Н. Здоров'я призовного контингенту як чинник впливу на національну безпеку. *Збірник наукових праць Національної академії державного управління при Президентові України* за заг. ред. О. Ю. Оболенського, С. В. Сьоміна. К. : НАДУ, 2008. Вип. 1.С. 214-223С.
265. Рішення Міністерства освіти і науки України, Міністерства охорони здоров'я, Міністерства сім'ї, молоді і спорту від 11.11.2008 р. № 13/1-2 «Про реформування фізичного виховання учнів та студентської молоді у навчальних закладах України».
266. Романова В.І. Динаміка фізичної підготовленості студенток старших курсів вищих навчальних закладів на основі різних режимів рухової активності: автореф. дис. ... канд. з фіз. вих. і спорту: 24.00.02. Харків. 2010. 21 с.
267. Романчук В.М., Романчук С.В., Старчук А.А. Способы повышения физической подготовленности офицеров 1–2 возрастной групп. *Фізична*

підготовка військовослужбовців : матеріали II відкритої наук.-метод. конф.
Київ, 2004. С. 54–60.

268. Романчук С. В. Фізична підготовка курсантів військових навчальних закладів Сухопутних військ Збройних сил України: [монографія]. Л.: АСВ, 2012. 367 с.

269. Романчук С., Анохін Е., Одеров А., Климович В., Підлетейчук Р, Добровольський В., Тичина І. Romanchuk S., Anokhin E., Oderov A., Klymovykh V., Pidleichuk R., Dobrovolskii V., Tychna I. The Impact of Mass Sports Work in Educational Institution on the Formation of Cadets' Value Attitude Towards Physical Education. SPORT MONT. International Scientific Journal Vol. 18(2020), No.1 (1-120) p.81-86 (ISSN 1451-7485; eISSN 2037-0351). *Здобувачем доповнено перелік критеріїв впливу масової спортивної роботи на кадетів, прийнята участь в обговоренні результатів дослідження (дискусія), співавторами здійснено - обґрунтуванні проблеми, структуризовано науковий матеріал, сформулюванні висновки.*

270. Романчук С.В. Фізична підготовка курсантів ВНЗ Сухопутних військ ЗС України: монографія. Л.: АСВ, 2012. 367 с.

271. Романчук В.М. Обґрунтування змісту та організації форм фізичної підготовки курсантів вищих військових навчальних закладів технічного профілю: автореф. дис.... канд. наук з фіз. виховання і спорту. Л., 2007. 22 с.

272. Романчук С., Романчук В. Фізична підготовка в сухопутних військах збройних сил провідних держав НАТО. *Молода спортивна наука України*. 2010. Т.2. С 205-209.

273. Романчук С., Яворський А. Фізична підготовленість студентів, які навчаються за програмою підготовки офіцерів запасу. *Спортивна наука України*. 2014. №6 (64). С. 8-11. С. 10.

274. Романчук С.В. Теоретико-методичні засади фізичної підготовки курсантів військових навчальних сухопутних навчальних закладів Збройних сил України: автореф. дис.... докт. фіз. вих. та спорту : 24.00.02. фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. Львів, 2013. 39 с.

275. Романчук С.В. Фізична підготовка курсантів військових навчальних закладів Сухопутних військ Збройних сил України: [монографія]. Львів: АСВ, 2012. 367 с.
276. Руснак І.С. Воєнна безпека України у світлі реформування сектора безпеки і оборони. *Наука і оборона*. 2015. № 2. С. 9-14. С.10.
277. Рябенко В.О., Надтока Г.М., Аксьонова С.Ю., Богуш Л.Г. та ін. Щорічна доповідь Президентів України, Верховній Раді України, Кабінету Міністрів України про становище здоров'я молоді в Україні (за підсумками 2013 року). К. 2014. 356 с.
278. Рябчук В. Физическая подготовка в ВМС США. *Военный вестник*. 1993. № 9. С. 81 – 86.
279. Саати Т. Л. Принятие решений при зависимостях обратных связей : Аналитические сети [пер. с англ.]. М.: ЛКИ, 2008. 360 с.
280. Саати Т. Принятие решений. Метод анализа иерархий [пер. с англ.]. М.: Радио и связь, 1993. 315 с.
281. Салук І.А. Індивідуалізація фізичного виховання студентів з різним рівнем здоров'я: автореф. дис.... на зд. наук. ступ.канд.пед. наук: 13.00.02. теорія та методика навчання(фізична культура, основи здоров'я). Київ. 2010. 20 с.
282. Семененко І., Куцкір М. Військово-патріотичне виховання та фізична підготовка допризовної молоді, курсантів і військовослужбовців Збройних сил України, працівників силових структур. *Теорія і методика хортингу*. 2015. Вип. 3. С. 69-79.
283. Семенова Н.В., Магльований А.В. Динаміка показників фізичної підготовленості студенток 15–17 років під впливом впровадженого режиму рухової активності. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2016. №4 (37). С.74-79
284. Семенов-Зусер С.А. Физическая культура и зрелища в древнегреческих колониях Северного Причерноморья. Харьков:[б.и.], 1940. 42с.

285. Сисоєва С.О., Кристопчук Т.Є. *Методологія науково-педагогічних досліджень: Підручник*. Рівне: Волинські обереги, 2013. 360 с
286. Скавронський О.П. Вплив різного змісту фізичної підготовки на показники фізичного стану учнів військового ліцею. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2009. С. 176–179.
287. Соловей Д.О. *Організаційно-методичні передумови розвитку форм організацій фізичного виховання в загальноосвітніх навчальних закладах: дис.... канд. наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.02*. Дніпропетровськ, 2016 . 193 с.
288. Солопчук М.С. *Історія фізичної культури і спорту: навчальний посібник*. Кам'янець-Подільський: «Абетка-Нова», 2001. 236с.
289. *Стан здоров'я допризовної молоді в Україні за 1996-2004 роки: Статист. довід.* / За заг. ред. В.Л.Весельського. К.: МОЗ України, 2005. 232 с.
290. Старчук О. О. *Методика формування фізичної готовності майбутніх офіцерів до військово-професійної діяльності: дис... канд.пед.наук за спеціальність 13.00.02. теорія і методика навчання (загальновійськові та військово-спеціальні дисципліни)*. Національна академія Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького. Хмельницький, 2011. 197 с.
291. *Статут внутрішньої служби Збройних сил України. Затверджений Законом України від 24 березня 199 року № 548-XIV. Із змінами та доповненнями, внесеними Законами України.* – Відомості Верховної ради України, 1999, №22-23, с. 194.
292. Степанюк С.І., Гречанюк О.О., Маляренко І.В. *Методичний посібник для вивчення дисципліни «Історія фізичної культури» за блочно-модульною системою: Для студ.ф-тів фіз.вих. і спорту*. Херсон: Вид-во ХДУ, 2017. 236с.
293. Сторіжко М.Ф. *Фізична підготовка Збройних сил України: навч.-метод. посіб.* Полтава : ПВІЗ, 2012. 202 с.

294. Теорія і методика фізичного виховання. У 2-х томах. За редакцією Т.Ю. Круцевич. Т.1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. К.: Олімп.літ., 2017. 392 с.
295. Теорія та методика наукових досліджень у фізичному вихованні та спорті : [навч. посіб.]. О. М. Ольховий. Х. : ХДАФК, 2015. 143 с.
296. Теорія та організація фізичної підготовки військ : [підручник] За ред. Ю. О. Резнікова, В. М. Афоніна. Львів : ЛВІ, 2004. 458 с.
297. Тимошенко О.В., Зубалій М. Д.Фізична підготовленість як один із критеріїв оцінювання рівня здоров'я учнівської та студентської молоді *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. 2015. Вип. 3К2 (57). С. 326-332.
298. Тимчасова настанова з фізичної підготовки у Збройних силах України (НФП-2014) К: 2014. 158 с.
299. Тимчак Я.В. Військово-фізична підготовка в Україні (ІХ – ХVІІІ ст.): автореф. дис.... канд. наук з фіз. вих. та спорту: 24.00.02. Луцьк, 1998. 16 с.
300. Тимчик М.В. Патріотичне виховання старших підлітків у процесі фізкультурно-масової роботи: дис....канд. пед. наук: 13.00.07. К., 2013. 222с.
301. Ткачук О.А., Палевич С.В., Кирпенко В.М., Піддубний О.Г. Теоретичні засади формування змісту спеціальної фізичної підготовки військовослужбовців повітряних сил Збройних сил України. *Scientific Journal «ScienceRise»*. 2017. № 6(35). С. 51-57.
302. Торбін В.Ф., Хобзей М.К. Деякі питання вивчення стану здоров'я військовослужбовців Збройних сил України. *Військова медицина України*. 2008. Т.8. № 4. С. 64-68.
303. Торбін В.Ф., Хобзей М.К. Деякі проблеми комплектування Збройних сил України здоровим поповненням. *Військова медицина України*. 2009. Т.9. № 2. С. 111-115.
304. Турчик І.Х. Фізичне виховання і спорт у шкільній освіті Європи. Дрогобич: Швидкодрук, 2017. 138с.

305. Тьорло О. І. Зміни показників спеціальної фізичної підготовленості та фізичної працездатності курсантів-жінок протягом навчального року: автореф. дис.... канд. фіз. вих. та спорту: 24.00.02. фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. Львів, 2008. 20 с.
306. Указ Президента України «Про Стратегію національно-патріотичного виховання дітей та молоді на 2016–2020 роки»: Указ Президента України від 13.10.2015№580/2015. Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/580/2015>.
307. Указ Президента України № 555/2015 «Про рішення Ради національної безпеки і оборони України від 2 вересня 2015 року «Про нову редакцію Воєнної доктрини України».
308. Утенко В. Н. Физическая подготовка войск стран НАТО. Л.: ВДКИФК, 1986. С. 76.
309. Федак С.С. Фізична підготовка військовослужбовців у період адаптації до військово-професійної діяльності в міжнародних операціях : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту :24.00.02 Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. Львів. 2015. 19 с.
310. Федак С. С. Афонін В.М., Небожук О.Р., Лашта В.Б., Романів І.В., Дзяма В.В., Пилипчак І.В. Рівень функціональної готовності військовослужбовців військового коледжу.*Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2016. № 6. С. 34-41.
311. Физическая культура и спорт в свете истории и философии науки: учеб. пособие /под.ред. А.А. Передельського. М.: Физическая культура, 2011. 357с.
312. Физическая культура и спорт в свете истории и философии науки: учеб. пособие /под.ред. А.А. Передельського. 2-й вып. М.: Физическая культура, 2017. 369с.
313. Физическая подготовка в иностранных армиях : учеб. пособ. [В. Н. Утенко, В. А. Щеголев, Н. Г. Лутченко и др]. Л. : ВДКИФК, 1997. 33 с.

314. Физическая подготовка иностранных армий. В.А. Щеголев, Г.Г.Дмитриев, В.П. Сущенко и др. СПб: Воен. ин-т физ. Культуры, 2007. 272с.
315. Физическая подготовка наемных и призывных иностранных армий: Учебное пособие. Под ред. А. И. Чернюка, В. А. Дорофеева и В. Н. Утенко. Москва: Академия ГШ ВС СССР, 1990. 38 с.
316. Фізична культура: експериментальна програма Кам'янець-Подільського ліцею з посиленою військово-фізичною підготовкою / за ред. Г. А. Єдинака. Кам'янець-Подільський, 2004. 54 с.
317. Фізична культура в школі: 5-11 класи: методичний посібники. За заг.редакцією С.М. Дятленка. К.: Літера ЛТД, 2011. 368 с.
318. Фізичне виховання: навч. посіб. М. Ф. Пічугін, Г. П. Грибан, В. М. Романчук, С. В. Романчук. Житомир : ЖВІ НАУ, 2010. 472 с.
319. Фізичне і військово-патріотичне виховання молоді: [навч.-методич. посіб.]/М.М. Бака, В.Т. Корж. К.: ПВА «Книга пам'яті України», 2004. 464с.
320. Філь С.М., Худолій О.М., Малка Г.В. Історія фізичної культури / за ред. проф. С.М. Філя. Х.:ОВС, 2003. 160с.
321. Фіногенов Ю. С., Благій О. Л., Глазунов С. І. Фізичне виховання, спеціальна фізична підготовка та спорт: [підручник]. К.: НУОУ, 2014. 468 с.
322. Фіногенов Ю.С. Заходи щодо підвищення ефективності організаційних основ фізичної підготовки військовослужбовців. *Науковий часопис Нац. пед. ун-ту імені М. П. Драгоманова. Серія 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи* : [зб. наук. пр.]. Київ, 2011. Вип. 27. С. 314–321.
323. Фіногенов Ю.С., Жембровський С.М. Фізична підготовленість офіцерів Сухопутних військ. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2006. №1. С. 71-75.
324. Футорний С.М. Шляхи удосконалення організації фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2013. №12. С.94-100.

325. Хазанов А.М. Золото скифов. М.:Советський художник, 1975. 139с.
326. Хамманд Н. История Древней Греции. М.: Литера, 2017. 617с.
327. Хоменко О., Лоза Т. Військово-спортивне багатоборство у системі професійно-прикладної фізичної підготовки студентів. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2016. Вип. 20. С. 203-209
328. Хоменко О.С. Удосконалення процесу фізичного виховання студентів аграрних спеціальностей на оснві секційних занять військово-спортивних багатоборств: автореф. дис.... на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання та спорту: 24.00.02. Львів, 2019. 20 с.
329. Цатурова К.А. История физической культуры зарубежных стран: Учеб. метод. пособие. СПб: ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2009. 232 с.
330. Цимбалюк Ж.О., Піддубний О.Г., Маракушин А.І., Кирпенко В.Н. Оптимізація фізичного виховання студентів ВНЗ на основі технологізації педагогічного процесу викладання дисципліни. *Теорія та методика фізичного виховання*. 2012. № 9. С. 7-9.
331. Цись Д.І. Спортивна спрямованість занять з фізичного виховання – один із чинників підвищення фізичної підготовленості студентської молоді. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2013. №1. С. 5-7.
332. Цьось А.В., Деделюк Н.А. Історія фізичного виховання на теренах України з найдавніших часів до початку ХХ ст.: [навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл.]. Луцьк: Східны Європ. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2014. 456с.
333. Чабаненко В., Зорій Я., Мосейчук Ю., Гусак В., Васильчук А. Фізичне виховання як системна складова підготовки майбутніх офіцерів запасу. *Молода спортивна наука України*. 2011. Т.4. С. 165-169.
334. Чиженок Т., Коваленко Ю. Дослідження засобів координаційної спрямованості для підвищення рівня фізичної готовності юнаків допризовного віку. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2014. Вип.18(1) С. 339-344.
335. Чмихов М.О., Кравченко Н.М., Черняков І.Т. Археологія та стародавня історія України. К.: Либідь, 1992. 376с.

336. Шалепа О.Г. Оптимізація фізичної підготовки курсанток вищих військових навчальних закладів з урахуванням специфіки етапів професійного навчання: автореф. дис.... канд. фіз. вих. та спорту: 24.00.02. фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. Київ, 2002. 18 с.
337. Шевченко О. О. Удосконалення професійної працездатності військових фахівців протиповітряної оборони Сухопутних військ засобами фізичної підготовки: автореф. дис...канд. наук з фіз. виховання і спорту:24.00.02. Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. Львів, 2010. 20 с.
338. Шигалевский В., Вережкин А. Физическая подготовленность абитуриентов вуза: результат исследований и градации уровней их трудоспособности. *Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні: зб. наук. пр.* Рівне : Принт-Хауз, 2001. Вип. 2. С. 324–327.
339. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Тернопіль: Навчальна книга. Богдан, 2000. Ч. 1. 272 с.
340. Шкреттій Ю. Реалізація Закону України "Про фізичну культуру і спорт" у навчально-виховній сфері. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві.* 2010. №.1 (9). С. 27-30.
341. Щеголев В.А. Физическая подготовка в военных образовательных системах США. *Теория и практика физической культуры.* 2014. №9. С. 55-60.
342. Щирба В. Оцінка фізичної підготовленості учнів ліцеїв із посиленою військово-фізичною підготовкою. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: збірник наукових праць.* № 4 (36), 2016. С. 53-59.
343. Щорічна доповідь про стан здоров'я населення, санітарно-епідемічну ситуацію та результати діяльності системи охорони здоров'я України. 2016 рік / МОЗ України, ДУ «УІСД МОЗ України». Київ, 2014. 438 с.
344. Щорічні доповіді про результати діяльності системи охорони здоров'я України. 2009-2013 роки / МОЗ України, ДУ Укр. ін-т стратегічних досліджень МОЗ України.

345. Яворницький Д.І. Історія запорізьких козаків: у 3 т. Т.1. К.: Наук. думка, 1990. 580с.
346. Яворський А.І. Прикладна фізична підготовка офіцерів під час професійної адаптації до служби у Збройних Силах України (на прикладі випускників вищих навчальних закладів): автореф. дис.... на здоб. наук.ст.канд.наук з фіз.вих. та спорту 24.00.02 фізична культура, фізичне виховання різних груп населення, Львів. 2016. 20 с.
347. Яворський А. Фізична підготовленість військовослужбовців в системі професійно-психологічного відбору на військову службу. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. 2016. Вип. ЗК1 (70). С.247-251.
348. Яременко В.В., Малинський Й.О, Колос М.А., Шандригось В.І. Застосування елементів єдиноборств у фізичному вихованні студентської молоді. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2011. № 5. С. 121-124
349. Ярещенко О. А. Обґрунтування змісту і організації спеціальної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МВС України : автореф. дис.... канд. наук з фіз. виховання та спорту. Харків., 2008. 20 с.
350. Ярмошук О.О. Професійно-прикладна фізична підготовка жінок-військовослужбовців: автореф. дис.... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02. Рівне, 2002. 20 с.
351. AR 600 – 6 – 2. Suspension of Favorable Personnel Action (Frag) Oct., 1987. – P. 32 – 36.
352. AR 600 – 9. The Army Weight Control Program Aug. 1992. – P. 22 – 56.
353. Army Command, Leadership, and Management : Theory and Practice. – US Army War College, Carlisle Barracks, Pennsylvania, 1995. – 465 p.
354. Army Training and Evaluation Program № 17 – 237 – 10 – MTP : Mission Training Plan for the Tank Platoon : Headquarters Department of Army 25.09.1996. – Washington : DC, 1996. – 401 p.

355. Balcerzyk R. Assessment system in the polish army / Robert Balcerzyk // Journal of science of the military academy of land forces. – 2016. – Vol. 48, N 1 (179). – P. 80–89.
356. Field Manual № 21 – 20. Headquarters Department of the Army. – Washington, DC, 30 September 1992 (FM 21 – 20). – P. 14 – 26.
357. Field Manual № 3 – 0 "Operations". US. Headquarters Department of the Army. – Washington, 2001 (FM 3 – 0) – P. 8 – 18.
358. Field Manual № 3 – 07 "Stability Operations and Support Operations". US. Headquarters Department of the Army. – Washington, 2003 (FM 3 – 0) – P. 7 – 16.
359. Liguori G., Krebsbach K., Schuna J.Jr. Decreases in maximal oxygen uptake among army reserve officers' training corps cadets following three months without mandatory physical training // International Journal of Exercise Science. 2012, vol.5(4), pp. 354-359.
360. Mariani T. Time Course of Adaptations during Strength and Power Training / T. Mariani // Strength and Power in Sport. – Oxford : Blackwell Scientific Publications, 1992. – P. 268 – 271.
361. Maritani M. Contemporaneo a tecnologia amministrazione del stato e sviluppo deU'economico / M. Maritani – Roma : SDN, 1998. – 238 p.
362. Nieuwenhuys A., Oudejans R.R.D. Effects of anxiety on handgun shooting behavior of police officers: a pilot study// Anxiety, Stress & Coping. 2010, vol.23, pp. 225–233.
363. Nieuwenhuys A., Oudejans R.R.D. Training with anxiety: short- and long-term effects on police officers' shooting behavior under pressure // Cognitive Processing. 2011, vol. 12, pp. 277–288. doi:10.1007/s10339-011-0396-x
364. Romanchuk S. Self-educational technologies of the commanders of cadets' units of higher military educational institutions in the field of physical training and sports / Serhii Romanchuk // Journal of Physical Education and Sport. – 2015. – Vol. 15 (3), art. 75. – P. 498–501.

365. Tradoc Pamphlet 600 – 4 : Soldier's Handbook : United States Army Training and Doctrine Command: Headquarters Department of Army 01.10.1999. – Fort Monroe, Virginia. – 1999. – 161 p.
366. Vayrynen R. The Age of Humanitarian Emergencies. United Nations University. – World Institute for Development Economic Research (UNU/WIDER) "Research for Action" / R. Vayrynen.– Helsinki, 1996. – P. 7 – 12.
367. ZDV 310. Sport in der Bundeswer. 1980. – P. 14 – 19.
368. AR 350 – 15. The Army Physical Fitness Program Dec. 1985. – P. 17 – 19

Додаток А.

Анкета-опитувальник щодо організації навчального процесу в закладах освіти за предметом «Фізична культура» призовного контингенту українців.

Шановні офіцери! Дане анкетування проводиться з метою удосконалення організації навчально-виховного процесу української молоді віком 14-17 років (за напрямком фізична культура (фізичне виховання)) до служби в Збройних силах України. Просимо Вас уважно ознайомитись з питаннями та відповісти на них (*закреслюючи непотрібне чи зазначаючи потрібне*).

На Вашу думку:

1. Чи впливає рівень загальної фізичної підготовленості призовного контингенту українців на якість проходження ним в подальшому військової служби?

ТАК

НІ

2. Для якісної підготовки призовного контингенту українців до служби в Збройні сили України діюча система фізичної культури для розвитку загальних фізичних якостей повинна мати більш виражене спрямування на набуття та розвиток (вказати відсотки, викреслити лишнє):

- | | |
|-----------------------------|---|
| А. сили | % |
| Б. швидкісних якостей | % |
| В. витривалості | % |
| Г. спритності | % |
| Д. гнучкості | % |
| Е. <i>Ваш варіант</i> _____ | |

3. Чи впливає рівень функціонального стану серцево-судинної та дихальної системи української молоді на спроможність проходження в подальшому військової служби?

ТАК

НІ

4. Чи впливатиме рівень набутих призовним контингентом українців до призову військово-прикладних рухових умінь на якість проходження ним військової служби?

ТАК

НІ

5. Для якісної підготовки призовного контингенту українців до служби в Збройні сили України діюча система фізичної культури для набуття військово-прикладних рухових умінь повинна мати більш виражене спрямування на набуття вмій до (вказати необхідне, викреслити лишнє):

- А. подолання перешкод та пересування пересіченою місцевістю
- Б. виконання прийомів рукопашного бою чи самооборона
- В. плавання
- Г. пересування на лижах
- Д. метання гранат на дальність
- Е. метання гранат на влучність
- Є. *Ваші варіанти* _____

6. Чи відповідає рівень підготовленості учителів фізичної культури існуючої системи фізичної культури завданням, що на неї покладено законодавчими актами України (в площині підготовки до служби в Збройні сили України)?

ТАК

НІ

7. Для якісної підготовки призовного контингенту українців до служби в Збройні сили України діюча система фізичної культури на етапі 16-17 років повинна мати більш виражений (вказати відсотки, викреслити лишнє):

- А. Загально-розвиваючий характер %
 Б. Військово-прикладний характер %
 В. Спеціально-спрямований характер (розвиток спеціальних фізичних якостей) %
 Г. *Ваш варіант* _____ %

8. Чи сприяє існуюча система фізичної культури призовного контингенту українців вирішенню одного з завдань – «забезпечення фізичної готовності молоді до захисту держави»?

ТАК

НІ

9. Яку кількість часу для фізичної підготовленості необхідно надавати призовному контингенту українців на позаурочні форми занять (спортивні секції, факультативи) _____ годин на тиждень.

10. Для якісної підготовки призовного контингенту українців до служби в Збройні сили України діюча система фізичної культури на етапі 14-15 років повинна мати більш виражений (вказати відсотки, викреслити лишнє):

- А. Загально-розвиваючий характер %
 Б. Військово-прикладний характер %
 В. Спеціально-спрямований характер (розвиток спеціальних фізичних якостей) %
 Г. *Ваш варіант* _____ %

11. Які причини знижують ефективність функціонування системи фізичної культури призовного контингенту українців в напрямку підготовки до служби в Збройні сили України?

- А. Неправильне планування навчальних занять.
 Б. Невідповідність змісту системи фізичної культури вихідним задачам навчання.
 В. Відволікання молоді від навчання.
 Г. Недостатня кількість часу на вивчення навчального предмету.
 Д. *Ваші варіанти* _____

12. Для якісної підготовки призовного контингенту українців до служби в Збройні сили України діюча система фізичної культури на етапі 15-16 років повинна мати більш виражений (вказати відсотки, викреслити лишнє):

- А. Загально-розвиваючий характер %
 Б. Військово-прикладний характер %
 В. Спеціально-спрямований характер (розвиток спеціальних фізичних якостей) %
 Г. *Ваш варіант* _____ %

13. Чи впливає рівень сформованості та розвитку спеціальних фізичних якостей призовного контингенту українців на якість проходження ним військової служби?

ТАК

НІ

14. Для якісної підготовки призовного контингенту українців до служби в Збройні сили України діюча система фізичної культури для розвитку спеціальних фізичних якостей повинна мати більш виражене спрямування на набуття та розвиток стійкості до (вказати потрібне, викреслити лишнє):

- А. заколихування
 Б. фізичного перевантаження
 В. кисневого голодування
 Г. вібрації
 Д. *Ваш варіант* _____

15. Враховуючи наявний стан фізичної готовності молодого поповнення до служби у військових частинах та підрозділах чи потребує існуюча система фізичної культури призовного контингенту українців корегування?

ТАК

НІ

16. Враховуючи наявний стан фізичної готовності молодого поповнення до служби у військових частинах та підрозділах чи потребує існуюча система фізичної культури призовного контингенту українців введення обов'язкового семестрового контролю фізичної підготовленості

- А. з 14 років
 Б. з 15 років
 В. з 16 років
 Г. з 17 років
 Д. *Ваш варіант* _____

17. Враховуючи наявний стан фізичної готовності молодого поповнення до служби у військових частинах та підрозділах чи потребує існуюча система фізичної культури призовного контингенту українців ведення обов'язкового іспиту з фізичної культури у випускному класі?

ТАК

НІ

Додаток Б.

Анкета-опитувальник, шановний ЕКСПЕРТ!

Для забезпечення якісної результативності та ефективності організації навчально-виховного процесу української молоді віком 14-17 років (за напрямком фізична культура (фізичне виховання)) до служби в Збройні сили України, до Вашої уваги запропоновано виявити **СТУПІНЬ ПЕРЕВАГИ** однієї **СКЛАДОВОЇ ГОТОВНОСТІ** над іншою, при парному порівнянні.

На Вашу думку:

яка складова в більшому ступені визначатиме фізичну ГОТОВНІСТЬ організму української молоді віком 14-17 років до служби в збройних силах України?

СКЛАДОВА ГОТОВНОСТІ	Рівень сформованості та розвитку загальних фізичних якостей	Рівень сформованості та розвитку спеціальних фізичних якостей	Рівень набуття військово-прикладних рухових умінь	Стан роботи серцево-судинної системи
Рівень сформованості та розвитку загальних фізичних якостей	1			
Рівень сформованості та розвитку спеціальних фізичних якостей	-	1		
Рівень набуття військово-прикладних рухових умінь	-	-	1	
Стан роботи серцево-судинної системи	-	-	-	1

*ПОЯСНЕННЯ: Заповнювати потрібно тільки клітини вище наведеної таблиці!

СТУПІНЬ ПЕРЕВАГИ визначаються за шкалою, надана у наведеній нижче таблиці:

Формулювання рівня переваги	Міра переваги
Немає переваги (однакова важливість, значимість)	1
Слабка перевага (слабкі відмінності важливості)	3
Значна перевага (значні відмінності у важливості)	5
Суттєва або дуже значна перевага	7
Абсолютна перевага	9
У разі сумніву у виборі рівня важливості співставлених позицій вибираються проміжні значення шкали. Наприклад, якщо експерт вагається в оцінці переваги між „значною” (5) та „суттєвою” (7), встановлюється величина «6».	2, 4, 6, 8
У разі протилежної переваги співставлених позицій вибираються значення шкали з мінусовим знаком.	Від -2 до -9

Нижченаведене не заповнюється. Це для обробки результатів Вашої експертної думки.

Індекс узгодженості:	Вагові коефіцієнти:	1-
Lmax:		2-
Відношення узгодженості:		3-
		4-

Додаток В.

Таблиця нормативів з прикладної фізичної підготовки
(навчальна програма 2017)

№ з/п	Вид нормативу	Бали					
		6	5	4	3	2	1
1	Підтягування на перекладені (разів)	11	10	9	8	7	6
2	Біг 3000 м. (хв. сек.)	12.25	12.30	12.40	12.45	12.50	13.00
3	Біг 100 м. (сек.)	14.0	14.2	14.3	14.5	14.7	14.9
4	Стрибки в довжину з місця (см.)	230	225	220	215	210	205
5	Метання гранати Ф1 на дальність (м.)	36	32	30	28	26	24
6	Смуга перешкод (хв. сек.)	2.20	2.25	2.30	2.35	2.38	2.40
7	Човниковий біг 10x10 (сек.)	27.2	27.7	28.0	28.5	29.0	29.5
8	Згинання і розгинання рук в упорі на брусах (разів)	10	8	7	6	5	4
9	Підйом переворотом на перекладені (разів)	5	4	3	2	1	0.5
10	Кут в упорі на брусах (сек.)	1	-	-	-	-	-
11	Плавання 50 м. (сек.)	42	44	46	48	50	55
12	Біг 1000 м. (хв.. сек.)	3.30	3.35	3.38	3.40	3.45	3.50
13	КСВ (разів)	53	51	49	47	45	43
14	Біг 100 м зі старту лежачі	15.8	15.9	16.0	16.1	16.2	16.4
15	Біг 400 м, або човниковий біг 4x400 м (хв. сек.)	1.20	1.21	1.22	1.25	1.26	1.25
16	Біг 200 м, або човниковий біг 4x200 м (хв. сек.)	42.0	42.1	42.2	43.0	43.5	44.0
17	Човниковий біг 6x100 м з макетом автомата (хв. сек.)	2.36	2.37	2.38	2.39	2.40	2.41
18	Біг 200 м (хв. сек.)	8.36	8.37	8.38	8.39	9.00	9.01
19	Воєнізований крос 3000 м (хв. сек.)	15.36	15.37	15.38	15.39	15.40	15.41
20	Комплексна вправа на спритність (сек.)	9.6	9.7	9.8	9.9	10.0	10.1
21	Стрибки зі скакалкою (хв. сек.)	1.24	1.23	1.22	1.21	1.20	1.19
22	Вправа на гнучкість (см.)	-10	-9	-8	-7	-6	-5
23	Підйом силою на перекладені (разів)	3	3	3	2	1	1
24	Піднімання 2 гир по довгому циклу (16 кг.)	7	7	7	6	5	4
25	Ривок гирі (16 кг)	20	19	18	10	9	8

№ з/п	Вид нормативу	Бали					
		12	11	10	9	8	7
1	Підтягування на перекладені (разів)	17	16	15	14	13	12
2	Біг 3000 м. (хв. сек.)	11.50	11.55	12.00	12.05	12.10	12.15
3	Біг 100 м. (сек.)	13.0	13.2	13.3	13.5	13.7	13.8
4	Стрибки в довжину з місця (см.)	260	255	250	245	240	235
5	Метання гранати Ф1 на дальність (м.)	56	52	48	46	42	38
6	Смуга перешкод (хв. сек.)	2.05	2.08	2.10	2.13	2.15	2.18
7	Човниковий біг 10x10 (сек.)	25	25.4	25.9	26.3	26.5	26.8
8	Згинання і розгинання рук в упорі на брусах (разів)	20	19	18	16	15	13
9	Підйом переворотом на перекладені (разів)	11	10	9	8	7	6
10	Кут в упорі на брусах (сек.)	20	15	10	8	5	2
11	Плавання 50 м. (сек.)	30	32	35	37	38	40
12	Біг 1000 м. (хв. сек.)	3.14	3.17	3.20	3.23	3.25	3.28
13	КСВ (разів)	65	63	61	59	57	55
14	Біг 100 м зі старту лежачі	15.2	15.3	15.4	15.5	15.6	15.7
15	Біг 400 м, або човниковий біг 4x400 м (хв. сек.)	1.14	1.15	1.16	1.17	1.18	1.19
16	Біг 200 м, або човниковий біг 4x200 м (хв. сек.)	40.0	40.1	40.2	41.0	41.1	41.2
17	Човниковий біг 6x100 м з макетом автомата (хв. сек.)	2.30	2.31	2.32	2.33	2.34	2.35
18	Біг 200 м (хв. сек.)	8.30	8.31	8.32	8.33	8.34	8.35
19	Воєнізований крос 3000 м (хв. сек.)	15.30	15.31	15.32	15.33	15.34	15.35
20	Комплексна вправа на спритність (сек.)	9.0	9.1	9.2	9.3	9.4	9.5
21	Стрибки зі скакалкою (хв. сек.)	1.30	1.29	1.28	1.27	1.26	1.25
22	Вправа на гнучкість (см.)	-16	-15	-14	-13	-12	-11
23	Підйом силою на перекладені (разів)	5	5	5	4	4	4
24	Піднімання 2 гир по довгому циклу (16 кг.)	9	9	9	8	8	8
25	Ривок гирі (16 кг)	44	43	42	30	29	28

АКТ

Впровадження наукових досліджень у практику фізичного виховання в ліцею №5 м. Долина Івано-Франківської області.

Ми, ті що підписалися нижче представники, склали цей акт про те, що результати роботи, виконаної за темою «Передумови формування системи фізичного виховання молоді, як об'єктивний фактор вдосконалення фізичної підготовки військовослужбовців» (номер державної реєстрації 0117U002386) впроваджені в навчальний процес в ліцею №5 м. Долина Івано-Франківської області. Виконавець теми: Підлетьчук Р.В. вніс наступні рекомендації та пропозиції:

Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика	Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання	Ефект від впровадження
Рекомендовано в процес фізичного виховання школярів 9-11 класів технологічну модель фізичної підготовки допризовної молоді, розподіл засобів загальної фізичної підготовки, спеціальної та військово-прикладної в системі урочних і позаурочних занять та інтегральної оцінки фізичної готовності юнаків до служби в ЗСУ.	Визначені фактори, які впливали на виникнення і розвиток фізичної підготовки молоді до військової служби на різних етапах розвитку світової спільноти. Обґрунтована і розроблена технологічна модель фізичної готовності молоді до служби у Збройних Силах України. Для практичної реалізації запропонованої моделі розроблена система інтегральної оцінки фізичної готовності молоді чотирма компонентами (загальна фізична підготовленість, спеціальна, прикладна і функціональна).	Забезпечення необхідного рівня рухової активності (в енергетичному плані), адаптація функціонального розвитку до специфіки військово-прикладних навичок. Профілактика негативних впливів пов'язаних з способом життя. Забезпечення фізичного, психічного і психологічного розвитку юнака, і підготовка до служби в збройних силах України.

Автор, розробник

Р.В.ПІДЛЕТЕЙЧУК

Представники ліцею №5 м. Долина Івано-Франківської області:

Директор



А.З.Юрків

Вчитель фізичної культури

В.А.Молодняк

АКТ

Впровадження наукових досліджень у практику фізичного виховання в ЗОШ I-III ступеня смт. Чорноморського Одеської області

Ми, ті що підписалися нижче представники, склали цей акт про те, що результати роботи, виконаної за темою «Передумови формування системи фізичного виховання молоді, як об'єктивний фактор вдосконалення фізичної підготовки військовослужбовців» (номер державної реєстрації 0117U002386) впроваджені в навчальний процес ЗОШ I-III ступеня смт. Чорноморського Одеської області.. Виконавець теми: Підлетьчук Р.В. вніс наступні рекомендації та пропозиції:

Назва пропозиції, форма впровадження і коротка характеристика	Наукова новизна та її значення, рекомендації з подальшого використання	Ефект від впровадження
Рекомендовано в процес фізичного виховання школярів 9-11 класів технологічну модель фізичної підготовки допризовної молоді, розподіл засобів загальної фізичної підготовки, спеціальної та військово-прикладної в системі урочних і позаурочних занять та інтегральної оцінки фізичної готовності юнаків до служби в ЗСУ.	Визначені фактори, які впливали на виникнення і розвиток фізичної підготовки молоді до військової служби на різних етапах розвитку світової спільноти. Обґрунтована і розроблена технологічна модель фізичної готовності молоді до служби у Збройних Силах України. Для практичної реалізації запропонованої моделі розроблена система інтегральної оцінки фізичної готовності молоді з чотирма компонентами (загальна фізична підготовленість, спеціальна, прикладна і функціональна).	Забезпечення необхідного рівня рухової активності (в енергетичному плані), адаптація функціонального розвитку до специфіки військово-прикладних навичок. Профілактика негативних впливів пов'язаних з способом життя. Забезпечення фізичного, психічного і психологічного розвитку юнака, і підготовка до служби в Збройних силах України.

Автор, розробник

Р.В.ПІДЛЕТЕЙЧУК

Представники ЗОШ I-III ступеня смт. Чорноморського Одеської області:

Директор

Т.І.ДЕШКО

Вчитель фізичної культури

В.М.СЕЛІВАНОВ

АКТ


впровадження результатів наукових досліджень в навчальний процес Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного

Ми, ті що підписалися нижче представники, склали цей акт про те, що результати роботи, виконаної за темою «Передумови формування системи фізичного виховання молоді, як об'єктивний фактор вдосконалення фізичної підготовки військовослужбовців» (номер державної реєстрації 0117U002386) впроваджені в навчальний процес Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного. Виконавець теми: Підлетьчук Р. Вніс наступні рекомендації та пропозиції:


Назва пропозиції, форма впровадження, коротка характеристика	Наукова новизна ті її значення; рекомендації з подальшого використання	Ефект від впровадження
Розроблено і рекомендовано в дисципліну теорія і методика фізичного виховання. В розділ «Система підготовки до служби в Збройних силах» технологічну модель фізичної підготовки допризовної молоді і інтегральну оцінку фізичної готовності юнаків до служби в ЗСУ, яка складається з компонентів загальної фізичної підготовленості, спеціальної, військової прикладної та функціональної підготовленості.	Вперше виявлено особливості фізичної підготовки в арміях НАТО і спільні риси в системі підготовки Збройних сил України. Визначено співвідношення засобів фізичної підготовки в системі фізичного виховання учнів старших класів за опитуванням експертів. Визначено значущість складових фізичної підготовки (загальної фізичної підготовки, спеціальної фізичної підготовки і функціональної) та розроблена система їх оцінки	Практичні рекомендації щодо впровадження в навчальний процес Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного дисципліну ТМФВ, в розділ «Система підготовки до служби в Збройних силах» з метою надання інформаційно-методичної та науково-практичної інформації студентам Будуть сприяти: -підвищенню обізнаності з питань підготовки до служби в ЗСУ в освітньому просторі та взагалі в сфері фізичної культури і спорту зокрема; -підвищенню педагогічної майстерності майбутніх офіцерів, як командирів різних форм фізичної підготовки військовослужбовців.

Автор і розробник впровадження:
аспірант НУФВСУ
Завідувач кафедри ТМФВ НУФВСУ,
доктор наук з фізичного виховання та спорту,
професор
Начальник кафедри ФВ, СФПіС
Національної академії сухопутних військ
імені гетьмана Петра Сагайдачного
доктор наук з фізичного виховання та спорту,
професор
Начальник Національної академії сухопутних військ
імені гетьмана Петра Сагайдачного
доктор історичних наук


Р.В. Підлетьчук


Т.Ю. Круцевич


С.В. Романчук


П.І. Ткачук



АКТ

впровадження результатів наукових досліджень в освітній процес
Національного університету фізичного виховання і спорту України

Ми, ті що підписалися нижче представники, склали цей акт про те, що результати роботи, виконаної за темою «Передумови формування системи фізичного виховання молоді, як об'єктивний фактор вдосконалення фізичної підготовки військовослужбовців» (номер державної реєстрації 0117U002386) впроваджені в навчальний процес Національного університету фізичного виховання і спорту України. Виконавець теми: Підлетейчук Р.В. вніс наступні рекомендації та пропозиції:

Назва пропозиції, форма впровадження, коротка характеристика	Наукова новизна її значення, рекомендації з подальшого використання	Ефект від впровадження
Розроблено і рекомендовано в дисципліну «Теорія і методика фізичного виховання» в розділ «Система підготовки до служби в Збройних силах» технологічну модель фізичної підготовки допризовної молоді і інтегральну оцінку фізичної готовності юнаків до служби в ЗСУ, яка складається з компонентів загальної фізичної підготовленості, спеціальної, військово-прикладної та функціональної підготовленості.	Вперше виявлено особливості фізичної підготовки в арміях НАТО і спільні риси в системі підготовки Збройних сил України. Визначено співвідношення засобів фізичної підготовки в системі фізичного виховання учнів старших класів за опитуванням експертів. Визначено значущість складових фізичної підготовки (загальної фізичної підготовки, спеціальної, військово-прикладної і функціональної) та розроблена система їх оцінки	Практичні рекомендації щодо впровадження в освітній процес Національного університету фізичного виховання і спорту України в дисципліну «Теорія і методика фізичного виховання» в розділ навчальної теми «Система підготовки до служби в Збройних силах» з метою надання інформаційно-методичної та науково-практичної інформації студентам сприятимуть: -підвищенню обізнаності з питань підготовки до служби в освітянському просторі та взагалі в сфері фізичної культури і спорту зокрема; -підвищенню педагогічної майстерності майбутніх вчителів фізичної культури.


Автор і розробник впровадження:
аспірант НУФВСУ


Р.В.Підлетейчук

Завідувач кафедри ТМФВ НУФВСУ,
д.н.ф.в., проф.


Т.Ю. Круцевич.

Перший проректор з науково-педагогічної роботи
Національного університету фізичного
виховання і спорту України
д.н.ф.в., проф.


М.В.Дутчак

___ . 2020 р.



АКТ
впровадження результатів наукових досліджень в освітній процес ДВНЗ
«Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди»

Ми, ті що підписалися нижче представники, склали цей акт про те, що результати роботи, виконаної за темою «Передумови формування системи фізичного виховання молоді, як об'єктивний фактор вдосконалення фізичної підготовки військовослужбовців» (номер державної реєстрації 0117U002386) впроваджені в навчальний процес ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди». Виконавець теми: Підлетейчук Р.В. вніс наступні рекомендації та пропозиції:

Назва пропозиції, форма впровадження, коротка характеристика	Наукова новизна ті її значення, рекомендації з подальшого використання	Ефект від впровадження
Розроблено і рекомендовано в дисципліну «Теорія і методика фізичного виховання» в розділ «Система підготовки до служби в Збройних силах» технологічну модель фізичної підготовки допризовної молоді і інтегральну оцінку фізичної готовності юнаків до служби в ЗСУ, яка складається з компонентів загальної фізичної підготовленості, спеціальної, військово-прикладної та функціональної підготовленості.	Вперше виявлено особливості фізичної підготовки в арміях НАТО і спільні риси в системі підготовки Збройних сил України. Визначено співвідношення засобів фізичної підготовки в системі фізичного виховання учнів старших класів за опитуванням експертів. Визначено значущість складових фізичної підготовки (загальної фізичної підготовки, спеціальної, військово-прикладної і функціональної) та розроблена система їх оцінки	Практичні рекомендації щодо впровадження в освітній процес ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди» в дисципліну ТМФВ, в розділ «Система підготовки до служби в Збройних силах» з метою надання інформаційно-методичної та науково-практичної інформації студентам будуть сприяти: -підвищенню обізнаності з питань підготовки до служби в ЗСУ в освітянському просторі та взагалі в сфері фізичної культури і спорту зокрема; -підвищенню педагогічної майстерності майбутніх вчителів фізичної культури.

Автор і розробник впровадження:
аспірант НУФВСУ
Завідувач кафедри ТМФВ НУФВСУ,
д.н.ф.в., проф.
Завідувач кафедри ТМФВ ДВНЗ
«Переяслав-Хмельницький державний
педагогічний університет
імені Григорія Сковороди»
д.н.ф.в., проф.
Ректор ДВНЗ
«Переяслав-Хмельницький державний
педагогічний університет
імені Григорія Сковороди»
д.іст.н., професор, академік НАПНУ
___ . __ . 2020 р.



Р.В.Підлетейчук

Т.Ю. Круцевич.

Н. Є. Пангелова

В.П. Коцур