

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

## ПРОБЛЕМИ АКТИВІЗАЦІЇ РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НАСЕЛЕННЯ



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

За загальною редакцією Любові ЧЕХОВСЬКОЇ

Львів  
ЛДУФК ім. Івана Боберського  
2024

app/media/vishcha-osvita/zatverdzeni%20standarty/2020/03/241-gotelrestoran-prava

3. Стандарт вищої освіти України другий (магістерський) рівень, галузь знань 18 «Виробництво та технології», спеціальність 181 «Харчові технології» / розроб. Паска С.М. [та ін.]. Київ : МОН України, 2020. 14 с.

4. Паска М. Формування професійних компетентностей магістрів спеціальності 241 «Готельно-ресторанна справа». *Маркетинг XXI століття: виклики змін* : матеріали міжнар. наук.-практ. конф., присвяч. 25-річчю заснування кафедри маркетингу і комерційної діяльності ХДУТ / редкол. О. Черевко. Харків, 2020. С. 263–265.

5. Паска М. Особливості підготовки фахівців для сфери обслуговування зі спеціальності «Готельно-ресторанна справа». *Сучасні тенденції розвитку індустрії гостинності* : зб. тез міжнар. наук.-практ. конф. Львів : ЛДУФК імені Івана Боберського, 2020. С. 391–393.

**UDC 797.214**

## INTERDYSCYPLINARNOŚĆ W SZKOLENIU RATOWNIKÓW WODNYCH

**Bernard Marek Motylewski, Oleg Rybak**

*Lwowski państwowy uniwersytet wychowania fizycznego  
imienia Iwana Boberskiego, Lwow, Ukraine*

Włączenie elementów ratownictwa wodnego sportowego do procesu szkolenia zawodowego ratowników może stworzyć interdyscyplinarny program, który integruje wiedzę i umiejętności z dwóch różnych dziedzin – sportu oraz ratownictwa. Ratownicy będą mogli korzystać z technik i strategii rozwijanych w kontekście sportu w celu zwiększenia swojej efektywności podczas działań ratunkowych.

Elementy ratownictwa wodnego sportowego skupiają się na rozwijaniu konkretnych cech motorycznych i umiejętności technicznych, takich jak szybkość pływania, precyzja wykonywania elementów ratowniczych i efektywność w ratowaniu. Włączenie tych cech motorycznych i umiejętności do szkolenia zawodowego ratowników może przekładać się na skuteczniejsze działania w sytuacjach ratunkowych i poprawić umiejętności techniczne.

Optymalizacja umiejętności technicznych w szkoleniu ratowników wodnych to kluczowy element w zapewnieniu skuteczności działań ratunkowych.

Trening w ramach ratownictwa wodnego sportowego nie tylko rozwija umiejętności techniczne, ale także przyczynia się do poprawy ogólnej wydolności fizycznej ratowników. Regularna aktywność fizyczna, w tym trening aerobowy i siłowy, może zwiększyć siłę i wytrzymałość, szybkość, koordynacja ratowników, co jest kluczowe podczas wykonywania działań ratunkowych w różnych warunkach i sytuacjach. Poprawa wydolności fizycznej ratowników wodnych odgrywa kluczową rolę w ich zdolności do skutecznego reagowania w sytuacjach ratunkowych. Włączenie elementów treningu fizycznego z ratownictwa wodnego sportowego może być skuteczną strategią w osiągnięciu tego celu.

**Metody i narzędzia badawcze.** Metody badawcze obejmują analizę literatury naukowej z zakresu ratownictwa wodnego i sportu, badania ankietowe wśród trenerów ratownictwa i ekspertów z obu dziedzin, a także obserwację działań praktycznych ratowników podczas szkolenia. Narzędzia badawcze to kwestionariusze ankietowe, obserwacja terenowa oraz analiza dokumentów szkoleniowych.

Badania nad transferem umiejętności z ratownictwa wodnego sportowego na praktykę zawodową są kluczowe dla oceny skuteczności wykorzystania tych elementów w szkoleniu zawodowym. Poprzez monitorowanie procesu uczenia się oraz ocenę umiejętności ratowników podczas działań ratunkowych

można określić, które elementy treningu mają największy wpływ na poprawę skuteczności działań ratowniczych. Badania nad transferem umiejętności z ratownictwa wodnego sportowego na praktykę zawodową stanowią istotny obszar badań, mający na celu zrozumienie, w jaki sposób umiejętności nabyte podczas treningu sportowego mogą być wykorzystane w realnych sytuacjach ratunkowych.

Istnieją elementy podlegające ocenie, ale w niektórych wariantach, są rozbieżne, więc konieczna jest taksonomia w dokonywaniu oceny oraz wskazanie elementów oceny umiejętności ratowniczych, opartych na najlepszych praktykach zarówno z dziedziny sportu, jak i ratownictwa, może pomóc w szkoleniu zawodowym przyszłych ratowników.

**Wyniki.** Analiza wstępna wskazuje na potencjalne korzyści interdyscyplinarnego podejścia w szkoleniu ratowników wodnych np. trening wytrzymałościowy z zakresu ratownictwa wodnego sportowego może przyczynić się do zwiększenia odporności ratowników na zmęczenie w sytuacjach ratunkowych ratowników wodnych.

Analiza wskazuje na istotny wpływ optymalizacji umiejętności technicznych na skuteczność działań ratowniczych. Elementy ratownictwa wodnego sportowego mogą być skutecznym narzędziem w rozwijaniu tych umiejętności.

Analiza wskazuje na istotną poprawę wydolności fizycznej ratowników po zakończeniu okresu treningu z wykorzystaniem elementów ratownictwa wodnego sportowego. Obserwowane są wzrosty siły, wytrzymałości, szybkości koordynacji co może przekładać się na lepszą gotowość do działań ratunkowych.

Analiza wskazuje na istnienie transferu umiejętności z ratownictwa wodnego sportowego na praktykę zawodową ratowników. Ratownicy często wykorzystują techniki i strategie wypracowane podczas treningu sportowego w sytuacjach ratunkowych, co może przyczynić się do poprawy ich efektywności.

Analiza wskazuje na konieczność określenia standardów oceny i egzaminowania zawodowych ratowników wodnych, które są zbieżne z umiejętnościami które uwzględniają elementy ratownictwa wodnego sportowego. Istniejące procedury egzaminacyjne wymagają dostosowania do aktualnych potrzeb i standardów.

**Wnioski.** Interdyscyplinarność w szkoleniu ratowników wodnych może stanowić wartościowe narzędzie do podnoszenia poziomu umiejętności i efektywności działań ratunkowych. Dalsze badania są jednak konieczne w celu pełnego zrozumienia wpływu takiego podejścia na praktykę ratownictwa wodnego.

Optymalizacja umiejętności technicznych poprzez rozwijanie konkretnych cechach motorycznych i umiejętności technicznych, elementów ratownictwa wodnego sportowego może być skuteczną strategią w optymalizacji umiejętności technicznych i podnoszeniu efektywności działań ratowniczych. Konieczne są jednak dalsze badania w celu pełnego zrozumienia wpływu takiego podejścia na praktykę ratownictwa wodnego.

Badania nad transferem umiejętności z ratownictwa wodnego sportowego na praktykę zawodową stanowią istotny obszar badań, który może przyczynić się do optymalizacji procesu szkolenia zawodowego ratowników. Konieczne są dalsze badania w celu pełnego zrozumienia mechanizmów tego procesu

Opracowanie elementów oceny i egzaminowania które są zbieżne dla ratownika zawodowego i sportowca jest kluczowe dla zapewnienia wysokiej jakości szkolenia zawodowego. Dalsze prace nad elementami oceny i egzaminowania oraz wdrożenie jest niezbędne dla poprawy efektywności działań ratowniczych.

### **Piśmiennictwo**

1. Structure of the annual training cycle of persons practicing water rescue sports / Stanula A., Maszczyk A., Rocznik R., Pietraszewski P., Ostrowski A., Zając A., Strzała M. 2012.

2. Sadowski W., Kula A., Karpiński J., Stanula A. Water rescue sports as a component of physical education for students of sports disciplines at universities. 2014
3. International Life Saving Federation (ILS). ILS Sport Commission Meeting Minutes. 2022.
4. Karpiński J., Stachura A., Rejdych W., Kula A., Stanula A. Specificity of training water rescue athletes. 2016.
5. Kula A., Stanula A., Karpiński J., Kozlov V. Ways to improve the effectiveness of water rescue training for sports purposes. 2016.
6. Napierała M., Skaliy A., Plewiński R. Functional diagnostics in the training process of rescuers of water sports. 2011.
7. Bulicz E., Ibragimow M., Murawow I. Formation of the technical readiness of the rescuer of water sports. 2012.
8. Wiesner W., Kwaśna A. Improvement of special skills of water rescue workers in the process of sports training. 2015.
9. Taran L.M., Mishin M.V. Physical activity and its impact on the functional capabilities of rescuers in water sports. 2021.
10. Kaca M., Kucia-Czyszczon K., Dybińska E. Influence of selected forms of physical activity on the level of efficiency of lifeguards in water sports. 2010.