ПЕДАГОГІЧНА АКАДЕМІЯ:
НАУКОВІ ЗАПИСКИ

ФІЗИЧНА ОСВІТА І СПОРТ

УДК 930.24:796.011.3-056.265

DOI https://doi.org/10.5281/zenodo.14010896

Смуга укриттів та перенесення поранених як засоби військово-історичної реконструкції на уроках фізичної культури

Леус Степан Олегович

аспірант, Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського, м.Львів, вул.Костюшка, 11, 79007, Україна, https://orcid.org/0009-0008-3757-6704

Боднар Іванна Романівна

д.фіз.вих., професор Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського, м.Львів, вул.Костюшка, 11, 79007, Україна, https://orcid.org/0000-0002-7083-6271

Прийнято: 17.10.2024| Опубліковано: 29.10.2024

Анотація. На третьому році московсько-української війни, питання підготовки молоді до захисту України потребує особливої уваги та розробки. На сьогодні існує ряд методик та організацій, які використовують вправу з доланням смуг перешкод та перенесенням поранених. Крім того, в школах викладається профільний предмет «Захист України», в програмі якого є вправи за схожим напрямом.

Метою дослідження було експериментально перевірити ефективність програми фізичного виховання із застосуванням засобів військово-історичної

реконструкції за результатами виконання тестових вправ з долання смуги укриттів та перенесенням пораненого.

Матеріали і методи. Провели педагогічний експеримент. Учнів старших класів (n=30) поділили на контрольну (КГ) та експериментальну групи (ЕГ) по 15 осіб у кожній. Провели два тестування – на початку і після завершення програми. При обробці даних були використані методи математичної статистики.

Основні результати дослідження. Під впливом авторської програми спостерігали позитивні зміни показників долання смуги укриттів у старшокласників, звертаючи увагу на новизну вправи для ФВ.

У тестовій вправі, перенесення пораненого та передача його через «вікно» - результати ЕГ достовірно ($p<0,01$-$0,001$) зросли, тоді як в КГ – характеризувалися тенденцією до покращення. У вправі прийом пораненого через «вікно» та перенесення його, за результатами тестових вправ хлопці і дівчата ЕГ достовірно ($p\leq0,05$) відрізнялися (або наближалися до границь достовірності) від учасників КГ. Це свідчить про те, що наша програма ФВ із застосуванням засобів історичної реконструкції більш ефективна, ніж традиційна.

Запропоновані вправи перенесення пораненого додали новизну у випадку передачі пораненого через перешкоду, що вимагало координації дій між учасниками ти силового навантаження для учнів. Нова вправа смуги укриттів, яку раніше ніхто не застосовував. Запроваджена нова перешкода у вигляді імпровізованого «вікна», яка вимагає складної координації учнів при передачі пораненого.

Висновки. Експериментальна програма ФВ із використання засобів військово-історичної реконструкції більш позитивно позначається на результатах долання смуг укриттів та перенесення поранених, ніж традиційна.

ПЕДАГОГІЧНА АКАДЕМІЯ:
НАУКОВІ ЗАПИСКИ

Ключові слова: військово-прикладні вправи, фізична культура, старшокласники, смуга укриттів, перенесення пораненого.

The obstacle course and casualty evacuation as elements of military-historical reenactment in physical education classes

Leus Stepan

PhD student of Ivan Boberskyi Lviv State University of Physical Culture, Lviv, Kostyushka st., Ukraine, leusbandera@gmail.com, https://orcid.org/0009-0008-3757-6704

Ivanna Bodnar

DSc (PE), professor of Ivan Boberskyi Lviv State University of Physical Culture, Lviv, Kostyushka st., Ukraine, https://orcid.org/0000-0002-7083-6271

Abstract. *In the third year of the Russian-Ukrainian war, the issue of preparing youth for the defense of Ukraine requires special attention and development. Today, there are several methods and organizations that use obstacle course exercises and casualty evacuation. Additionally, schools teach a specialized subject, "Defense of Ukraine," which includes similar exercises in its curriculum.*

Objective *The aim of the study was to experimentally verify the effectiveness of the physical education program using elements of military-historical reenactment based on the results of test exercises involving the completion of an obstacle course and casualty evacuation.*

Methods. *A pedagogical experiment was conducted. Senior students (n=30) were divided into a control group (CG) and an experimental group (EG), with 15 individuals in each group. Two tests were administered—one at the beginning and one at the end of the program. Methods of mathematical statistics were used to process the data.*

Results. *Under the influence of the author's program, positive changes were observed in the indicators of overcoming the obstacle course among senior students, with particular attention paid to the novelty of the exercise for physical education.*

In the test exercise involving the carrying of a wounded person and passing them through a "window," the results in the experimental group (EG) significantly improved ($p<0.01$-0.001), while the control group (CG) showed only a tendency towards improvement. In the exercise of receiving the wounded through a "window" and carrying them, both the boys and girls in the EG significantly differed ($p<0.05$) or approached the threshold of significance compared to the CG participants. This demonstrates that our physical education program, using elements of historical reenactment, is more effective than the traditional program.

The proposed exercises involving the carrying of a wounded person introduced novelty, especially in passing the wounded through an obstacle, which required coordination among participants and physical strength. The newly introduced obstacle course element, an improvised "window," demanded complex coordination among students during the transfer of the wounded, adding a unique challenge to the exercise that had not been used before.

Conclusions. *The experimental physical education program incorporating elements of military-historical reenactment has a more positive impact on the results of overcoming obstacle courses and carrying wounded individuals compared to the traditional program.*

Keywords: *military-applied exercises, physical education, high school students, obstacle course, carrying the wounded.*

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими чи практичними завданнями. На третій рік московсько-української війни, питання підготовки молоді до захисту України не втрачає

свою актуальність. На сьогодні існує ряд методик та організацій, які використовують вправу смуга перешкод та перенесення пораненого. Крім того, у школах викладається профільний предмет «Захист України», в програмі якого є схожі вправи.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Бородай Е., визначив комплекс військово-прикладних вправ, які мають безпосередній вплив на формування вольової та емоційної стійкості старшокласників [1, с. 44]. Тимчик, М., та Касич, Н. висвітлили методи, форми, зміст і види фізичного та військово-патріотичного виховання старшокласників у фізкультурно-оздоровчій діяльності [2, с. 209]. Проте в публікаціях не торкалися вправ зі смугою укриттів чи перенесенням поранених.

У статті «Методика використання військово-історичної реконструкції на уроках фізичної культури», Леус С.О., вказав на те, що військово-історична реконструкція слугує ефективним засобом тіловиховання старшокласників. [3, с. 538]. Проте у статті не було подано згаданих тут вправ та конкретно їх впливу.

У навчально-методичному посібнику, щодо організації та методиці проведення занять із подолання перешкод від національного університету оборони України, детально подано різноманітні варіанти смуг перешкод та детально описано методику навчання її подолання. Проте смуг укриттів чи схожих вправ там зазначено не було [4, с. 10]. Інша стаття – «Особливості методики навчання подолання смуги перешкод курсантів, які спеціалізуються у військовому п’ятиборстві», знову ж таки розглядає «класичну» смугу перешкод і відповідно до цього розробляє методики для покращення показників результатів курсантів [5, с. 496]. Тут також не розглянуто впливу на школярів та використовується стандартна смуга перешкод.

У статті «Підготовка учнів середньої школи до подолання перешкод у бігу на місцевості» детально подано етапи навчання навчання долання учнями різних

типів грунту, підйомів, схилів та різноманітних першкод [6, с. 33]. Проте в публікації описано методику долання перешкод, а не використання їх як укриттів.

У підручнику з Захисту Вітчизни для 10 класу, 2018-го року, автори, подають класичну смугу перешкод для проходження учнями з набором сталих перешкод – рів, лабіринт, паркан, зруйнований міст, драбина, стінка, колодязь та траншея [7, с. 174]. На відміну від цієї смуги – наша має не долання перешкод, а використання укриттів і несе інше сенсове та фізичне навантаження.

На змаганнях «Туристсько-спортивна смуга перешкод» ІІІ етапу Всеукраїнської дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура»), серед переліку рекомендованих вправ є різні засоби долання переправи, яру за допомогою коло, мотузок та інших речей. Також зазначені смуги перешкод: «болотиста місцевість», «подолання броду», «Рух по-пластунськи через коридор з обмеженою висотою», які урізноманітнюють проходження дистанції за допомогою стежин та жердин. Тобто присутні вправи з ускладненням руху, проте не з точки зору використання їх як укриття. Вправа «Лазерні промені» за своєю суттю нагадує обмеження, які використовуємо у експериментальній вправі «перенесення пораненого», проте несе інший підтекст [8, с. 13].

Пропозиції, щодо вдосконалення смуги перешкод подано у статті «Смуга перешкод або паркур у контексті системи шкільної освіти України та Швейцарії», в якій основний акцент присвячений паркуру як новій фізичні акутивності. Проте стаття лише нам пропонує лише новий варіант застосування фізичної активності у школі [9, с. 98-105].

В навчальному посібнику «Основи тактичної медицини» від Національного університету оборони України подано детальний алгоритм дій при евакуації поранених для навчання студентів, він включає не лише правила транспортування на ношах, а й евакуації бронетехніки через люки та у випадку

будівель через умовні «вікна» [10, с. 162]. Даний підручник не орієнтований на навчання учнів старшої школи, а студентів, які навчаються військовому фаху, тому важливо цю інформацію адаптувати для школярів.

У навчальному підручнику Захисту України для 10-го класу 2023-го року випуску [11, с. 368], та Захисту Вітчизни для 11 класу 2019-го року випуску [12, с. 106], присутній алгоритм, щодо розташування пораненого на ношах та правил його транспортування. У нашій вправі доданий елемент передачі пораненого через вузьке вікно, який не описується в підручниках.

Вправу з передачею школяра через вузьке вікно ми спостерігали на сайті британської школи-інтернату Кімбелтон, під час щорічної генеральної інспекції Об'єднаних сил кадетів [13, p. 1]. Він передбачав сугубо військове відпрацювання вправи. Ми використали цей елемент для створення експериментальної вправи з поєднанням фізичної культури.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. За останні кілька років залишався єдиний підхід до подолання смуги перешкод, а перенесення пораненого виконувалося в естафетному типі, без додаткових ускладнень. Ми повинні покращувати підходи до навчання старшокласників, а не лише студентів чи курсантів у воюючій країні. В даному дослідженні запропоновано нові вправи військово-прикладного характеру для учнів старших класів, зокрема ті, що безпосередньо стасуються їх життя та здоров'я. Оприлюднюються результати показників дітей, які використовували експериментальні вправи.

Формулювання цілей статті. Ціль статті – оприлюднити результати КГ та ЕГ школярів, які виконували експериментальні вправи. Таким чином експериментальні, які вони виконували, можуть у вигляді модуля застосовуватися під час навчання у школі. Експериментальні вправи є поєднанням фізичної культури та захисту України. В результаті виконання

вправ, старшокласники покращують свій фізичний стан та отримують знання та навчики, необхідні для збереження їх життя та здоров'я у випадку захисту держави. В результаті дослідження ЕГ, яка займалася експериментальними вправами повинна показати кращі показники у порівнянні з КГ, яка займалася за традиційною методикою. Нові, експериментальні, вправи повинні сприяти підготовці молоді в українськиї школах.

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням здобутих наукових результатів. На початку дослідження показники учнів контрольної та експериментальної груп були подібними. Позитивні зміни результатів виконання тестових вправ в умовах педагогічного експерименту не підтвердилися статистично (табл.1).

Під впливом авторської програми ФВ із використання засобів військово-історичної реконструкції в ЕГ відбулися достовірні покращення результатів долання смуги укриттів ($p<0,001$). У результаті, після завершення дослідження, учні ЕГ достовірно переважали учнів КГ ($p<0,001$), що свідчить про дієвість експериментальної програми ФВ із використання засобів військово-історичної реконструкції за цим показником у доланні смуги укриттів.

Результати хлопців та дівчат ЕГ у виконанні вправи з перенесення пораненого та передача його через «вікно» суттєво покращилися під впливом авторської програми ФВ ($p<0,01$). У підсумку, після завершення дослідження спостерігали вищі показники ЕГ у порівнянні з КГ.

В умовах ПЕ спостерігали позитивні зміни результатів виконання прийому пораненого через «вікно» та перенесення його учнями ЕГ. Наприкінці експерименту спостерігали достовірні розбіжності між групами ($p<0,069$).

Таблиця 1

Результати виконання тестових вправ

Показники	Групи	1 тестування, час, сек.\міл. сек.	2 тестування, час, сек.\міл. сек.	p (1-2 тест)
Долання смуги укриттів	КГ	39,67±2,15	38,39±2,31	0,1258
	ЕГ	38,59±1,83	32,53±1,37	**0,0000**
p (КГ-ЕГ)	–	0,1477	**0,0000**	–
Перенесення пораненого та передача його через «вікно»	КГ	41,13±11,45	38,51±11,48	0,5367
	ЕГ	40,89±12,16	23,49±9,44	**0,0001**
p (КГ-ЕГ)	–	0,9561	**0,0005**	–
Прийом пораненого через «вікно» та перенесення його	КГ	27,28±9,40	25,70±8,90	0,6397
	ЕГ	28,11±10,36	19,95±7,75	**0,0211**
p (КГ-ЕГ)	–	0,8209	**0,06960**	–

Джерело: власна розробка автора

Висновки. Під впливом авторської програми спостерігали позитивні зміни показників долання смуги укриттів у старшокласників, звертаючи увагу на новизну вправи для ФВ.

У тестовій вправі, перенесення пораненого та передача його через «вікно» - результати ЕГ достовірно ($p<0,01$-$0,001$) зросли, тоді як в КГ – характеризувалися тенденцією до покращення. У вправі прийом пораненого через «вікно» та перенесення його, за результатами тестових вправ хлопці і дівчата ЕГ достовірно ($p\leq0,05$) відрізнялися (або наближалися до границь достовірності) від учасників КГ. Це свідчить про те, що наша програма ФВ із застосуванням засобів історичної реконструкції більш ефективна, ніж традиційна.

Запропоновані вправи перенесення пораненого додали новизну у випадку передачі пораненого через перешкоду, що вимагало координації дій між учасниками ти силового навантаження для учнів. Нова вправа смуги укриттів, яку раніше ніхто не застосовував. Запроваджена нова перешкода у вигляді імпровізованого «вікна», яка вимагає складної координації учнів при передачі пораненого.

Список використаних джерел:

1. Бородай Е. Військово-прикладні види спорту як ефективні засоби розвитку рухових якостей та формування прикладних навичок старшокласників у процесі допризовної підготовки. *Педагогічні науки*. 2020. № 75-76. С. 44–49. URL: https://doi.org/10.33989/2524-2474.2020.75-76.226366 (дата звернення: 15.10.2024).

2. Тимчик М., & Касич Н. Забезпечення єдності фізичного та військово-патріотичного виховання учнів старших класів у процесі фізкультурно-оздоровчої діяльності. *Теоретичні та методичні проблеми виховання дітей та молоді*. 2023. № 27(2). С. 200–211. URL: https://doi.org/10.32405/2308-3778-2023-27-2-200-211 (дата звернення: 10.10.2024).

3. Леус С. О. Методика використання військово-історичної реконструкції на уроках фізичної культури. *The 5th international scientific and practical conference "Perspectives of world science and education"*. 2022. С. 538–540.

4. Шемчук В. Організація та методика проведення занять із подолання перешкод : навч. посіб. Київ : Нац. ун-т оборони України, 2023. 72 с.

5. Юр'єв С. О., Пронтенко К. В. Особливості методики навчання подолання смуги перешкод курсантів, які спеціалізуються у військовому п'ятиборстві. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. 2020. № 3 К. С. 495–496.

6. Коверя В., Ільницький С. Підготовка учнів середньої школи до подолання перешкод у бігу на місцевості. Теорія та методика фізичного виховання. 2008. № 7. С. 33–35.

7. Герасимів, І. М., Пашко, К. О., Фука, М. М., Щирба, Захист вітчизни: підручник для 10 класу (рівень стандарту). : підручник. Тернопіль : Астон, 2018. 256 с.

8. Про затвердження типових правил та умов проведення змагань і конкурсів I, II, III етапів всеукраїнської дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Сокіл» (Джура) у середній віковій групі («джури» - учні 11-14 років) : Наказ від 13.02.2024 № 22-А.

9. Лисенко В. В., Ковєря В. М. Смуга перешкод або паркур у контексті системи шкільної освіти України та Швейцарії. Scientific bulletin of KRHPA. 2023. № 17. С. 98–105. URL: https://doi.org/10.32782/2410-2075-2023-17.12 (дата звернення: 15.10.2024).

10. Дрок Л., Камалов Є., Миколенко Ю. Основи тактичної медицини : навч. посіб. / Комп'ютерна верстка: О. Глухова. Київ : НУОУ, 2020. 168 с.

11. Фука, М. М., Захист України: Підручник для 10 класу (рівень стандарту).: підручник. Тернопіль : Астон, 2023. 380 с.

12. Гудима, А. А., Захист Вітчизни. Рівень стандарту: Підручник для 11 класу закладів середньої загальної освіти. Тернопіль : Астон, 2019. 256 с.

13. CCF annual general inspection 2022. Kimbolton School. URL: https://www.kimbolton.cambs.sch.uk/agi2022 (date of access: 07.10.2024).

14. Єрьоменко Е. А. Військово-прикладна підготовка учнів спортивної секції бойового хортингу. *Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України : матеріали міжнар. наук.-практ. конф.* 2020. С. 1738.

15. Skyrt O., Sorokina S., Loshytska T. Methods for assessing the individual physical preparedness of high school pupils according to the requests of

wartime. *Image of the modern pedagogue*. 2023. Vol. 1, no. 5. P. 138–143. URL: https://doi.org/10.33272/2522-9729-2023-5(212)-138-143 (date of access: 11.10.2024).

16. Романчук С., Ролюк О., Воронцов О., Яворський А. Фізичні навантаження військовослужбовців у сучасному бою. Український журнал медицини, біології та спорту. 2017. № 7 (9). С. 47–52.

17. Сидорченко К. М. Зміни у системі освіти щодо проблем фізичного виховання і допризовної підготовки. Спеціальна спрямованість фізичної підготовки як складова особистої безпеки військовослужбовців : матеріали наук.-метод. семінару (Київ, 17.03.2015 р.). Київ : НУОУ, 2015. С. 187–189.