Ч 511.151.4
П 12

ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

ПАЄВСЬКИЙ ВОЛОДИМИР ВАЛЕРІЙОВИЧ

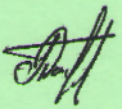
УДК 796.015.132-057.87/356.169

СПЕЦІАЛЬНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА КУРСАНТІВ ПРОТИПОВІТРЯНОЇ ОБОРОНИ СУХОПУТНИХ ВІЙСЬК ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ

24.00.02 – Фізична культура, фізичне виховання
різних груп населення

АВТОРЕФЕРАТ

дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата наук з фізичного виховання і спорту



Харків – 2010

Дисертацією є рукопис

Роботу виконано у Харківському університеті Повітряних Сил ім. І. Кожедуба, Міністерства Оборони України

Науковий керівник: кандидат педагогічних наук, доцент
Єфіменко Павло Богуславович,
Харківська державна академія фізичної культури, декан факультету циклічних видів спорту.

Офіційні опоненти: доктор педагогічних наук, професор
Приходько Володимир Васильович,
Національна металургійна академія України, професор кафедри управління проектами;

кандидат педагогічних наук, професор
Бородін Юрій Андрійович,
Інститут фізичного виховання та спорту Національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова, професор кафедри теорії і методики фізичного виховання та спорту.

1619

Захист відбудеться 09 червня 2010 р. об 11.00 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради К 64.862.01 у Харківській державній академії фізичної культури (м. Харків, вул. Клочківська, 99).

З дисертацією можна ознайомитися в бібліотеці Харківської державної академії фізичної культури (61022, м. Харків. вул. Клочківська, 99).

Автореферат розісланий «06» травня 2010 р.

БІБЛІОТЕКА
ЛЬВІВСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Вчений секретар спеціалізованої вченої ради В.С. Ашанін

ЧИТАЛЬНА ЗАЛА
ЛДУФК

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми. Підготовка курсантів військових навчальних закладів завжди вимагає від майбутніх фахівців підвищення рівня професійних якостей, знань і умінь, необхідних їм для успішного виконання функціональних обов'язків за посадовим призначенням. Удосконалення озброєння і бойової техніки, ведення бою в складних умовах, вимагають сучасного підходу до бойової, тактичної і як наслідок до фізичної підготовки. Характерною рисою сучасної вищої школи є постійне оновлення змісту освіти, зокрема впровадження кредитно-модульної системи навчання (В.Г. Кремень, 2004; І.О. Хорєв, 2005; В.В. Приходько, 2008).

Розробка наукових основ і практичних проблем фізичної підготовки військовослужбовців останніми роками здійснювалась як у рамках роботи над удосконаленням системи підготовки фахівців (В.В. Болотнюк, 1994; С.М. Лаговський, 1999; Ю.А. Бородін, 2003), так і під час проведення спеціальних досліджень з організації і несення бойового чергування, удосконалення системи бойової і фізичної підготовки чоловіків (Г.Н. Блахін, 1994; І.М. Медведєв, 1999; В.П. Леонтьєв, 2000; О.М. Ольховий, 2005; В.М. Красота, 2007) і жінок (О.Г. Шалепа, 2002; О.О. Ярмощук 2002), а також у процесі військово-професійної підготовки (В.Ф. Кірічук, Н.Г. Коршевер, 1997; Н.К. Меньшиков,1985).

Крім цього, значна кількість наукових праць була присвячена фізичній підготовці курсантів військових навчальних закладів (Л.А. Вейднер-Дубровін, 1991; О.Г. Піддубний, 2003; А.І. Маракушин, 2006; С.В. Романчук, 2006; В.М. Романчук, 2007) в тому числі і їхній індивідуалізації (В.В. Миронов, 1995; А.А. Нестеров, 1989).

Однак у цих роботах в основному розглядаються проблеми, пов'язані з фізичною підготовкою військових на окремих етапах навчання. Тому визначення основних складових фізичної підготовки курсантів і удосконалення її протягом усього навчання в університеті з урахуванням нових вимог до тактики ведення бойових дій та впровадження засобів тренувань, що підвищують рівень фізичної підготовленості необхідної для виконання професійних прийомів і дій, є актуальним для практики наукових досліджень.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертація виконана відповідно до плану наукової і науково-технічної діяльності Міністерства оборони України на 2003-2006 рр. за темою 3.5.1. «Фізична підготовка офіцерів в умовах комплектування Збройних Сил України на контрактній основі», шифр «Професіонал-2007» (номер державної реєстрації 0101U000519).

Роль автора полягала в аналізі сучасних поглядів на систему спеціальної фізичної підготовки курсантів Протиповітряної оборони Сухопутних військ (ППО СВ) і удосконаленні її у військових навчальних закладах.

Мета дослідження полягала у розробці та перевірці ефективності експериментальної програми спеціальної фізичної підготовки курсантів ППО СВ Збройних Сил України з урахуванням сучасних вимог до ведення бойових дій і озброєння.

Завдання дослідження:

1. Провести аналіз науково-методичної літератури стосовно системи спеціальної фізичної підготовки курсантів вищих військових навчальних закладів, визначити шляхи її удосконалення.

2. Виявити рухові якості і м'язові групи, необхідні для надійного виконання професійних дій курсантів ППО СВ.

3. Визначити основні засоби й методи спеціальної фізичної підготовки, які найбільш ефективно впливають на розвиток професійно-орієнтованих рухових якостей курсантів ППО СВ і визначити їх ефективність.

4. Розробити програму спеціальної фізичної підготовки для курсантів вищих військових навчальних закладів ППО СВ Збройних Сил України за кредитно-модульною системою навчання та визначити її ефективність.

Об'єкт дослідження – фізична підготовка курсантів Протиповітряної оборони Сухопутних військ Збройних Сил України.

Предмет дослідження – зміст спеціальної фізичної підготовки курсантів Протиповітряної оборони Сухопутних військ Збройних Сил України.

Для вирішення поставлених завдань у роботі використані такі **методи дослідження:**

- теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел;
- педагогічний експеримент, спостереження, бесіди, анкетування, експертне опитування та хронометрування;
- тестування рівня фізичної підготовленості, силових якостей м'язів і військово-професійних дій курсантів ППО СВ;
- медико-біологічні методи дослідження;
- математичні методи аналізу й обробки експериментальних даних.

Наукова новизна одержаних результатів.

Уперше:

- визначено взаємозв'язок показників професійної підготовленості курсантів ППО СВ із рівнем розвитку швидкісно-силових якостей;
- розроблено комплекси вправ, які забезпечують удосконалення й розвиток м'язових груп, необхідних для успішного виконання професійних прийомів і дій курсантами ППО СВ;

- розроблено методику використання спеціальних засобів розвитку швидкісно-силових якостей на навчальних заняттях зі спеціальної фізичної підготовки курсантів ППО СВ;

- розроблено систему спеціальної фізичної підготовки курсантів ППО СВ протягом навчання у ВВНЗ за кредитно-модульною системою.

Доповнено:

- дані щодо структури і змісту спеціальної фізичної підготовки курсантів ППО СВ на різних етапах навчання.

Практичне значення одержаних результатів. Розроблено й експериментально перевірено програму зі спеціальної фізичної підготовки курсантів ППО СВ. Впроваджена методика розвитку швидкісно-силових якостей позитивно вплинула на виконання нормативів з професійної підготовки курсантами ППО СВ. Розроблені програма та методика впроваджені у навчальний процес Харківського університету Повітряних Сил ім. І. Кожедуба ЗС України (акт упровадження від 5 грудня 2007 р.), військової частини А1451 Повітряних Військ Збройних Сил України (акт упровадження від 14 червня 2007 р.), факультету підготовки фахівців оперативно-тактичного рівня Національної академії оборони України (акт упровадження від 7 лютого 2008 р.) і Військового інституту Київського національного університету ім. Тараса Шевченка (акт упровадження від 15 березня 2008 р.).

Особистий внесок здобувача полягає у визначенні напрямку, мети й завдань досліджень, проведенні досліджень і аналізі отриманих даних, обґрунтуванні й розробці навчальної та робочої програм зі спеціальної фізичної підготовки курсантів за кредитно-модульною системою та впровадженні в навчальний процес системи спеціальної фізичної підготовки курсантів Харківського університету Повітряних Сил ім. І. Кожедуба. У публікаціях, виконаних у співавторстві, дисертанту належать результати експериментальних досліджень комплексного тестування, їх інтерпретація та висновки.

Апробація результатів дисертації. Результати досліджень доповідалися на міжнародних науково-практичних конференціях: «Фізична культура, спорт і здоров'я» (Харків, 2006, 2007), «Научные исследования, наносистемы и ресурсосберегающие технологии в стройиндустрии» (Бєлгород, 2007) та «Новітні технології-для захисту повітряного простору» (Харків, 2009).

Публікації. Здобувачем опубліковано за темою дисертації 9 праць, з яких 5 статей у виданнях, затверджених ВАК України (3 з них одноосібні), 2 статті у збірнику наукових праць, видано 2 методичних посібники у співавторстві.

Структура й обсяг дисертаційної роботи. Робота складається зі вступу, шести розділів, практичних рекомендацій, висновків, додатків, списку використаних джерел і актів упровадження. Викладена на 243 сторінках тексту, ілюстрована 32 таблицями і 41 рисунком. У дисертації використано 258 джерел, серед яких 16 іноземних авторів.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У ***вступі*** обґрунтовано актуальність обраної теми, визначено мету, завдання, методи, об'єкт і предмет дослідження, розкрито наукову новизну й практичне значення роботи, зазначено особистий внесок автора, сферу апробації і впровадження в практику результатів дослідження.

У першому розділі ***«Теоретико-методичні основи удосконалення фізичної підготовки військовослужбовців»*** подано обґрунтування концепції досліджень, узагальнення робіт провідних учених, порівняльний огляд і аналіз науково-методичної літератури та нормативних документів з досліджуваної проблеми.

Виокреслено значення і роль підрозділів Протиповітряної оборони Сухопутних військ, умови й особливості професійної діяльності військовослужбовців ППО СВ, розглянуто питання впливу негативних факторів військово-професійної діяльності на працездатність курсантів ППО СВ, проаналізовано досвід іноземних фахівців з питань спеціальної спрямованості фізичної підготовки. Викладено теоретико-методологічні передумови використання засобів спеціальної фізичної підготовки для підвищення рівня фізичної підготовленості і професійної працездатності курсантів ППО СВ.

У другому розділі ***«Методи й організація дослідження»*** подано методи дослідження й розкрито сутність їх використання, подано загальні відомості про обстежуваний контингент, описано організацію дослідження.

У процесі досліджень застосовувалися такі методи: теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел; узагальнення передового досвіду спеціальної фізичної підготовки в навчальних закладах Міністерства оборони України та країнах СНД; педагогічний експеримент, спостереження, бесіди, анкетування, експертне опитування; хронометрування і тестування рівня фізичної підготовленості (біг на 100 м, човниковий біг 4х100 м, стрибок угору з місця, біг на 3000 м, підтягування на поперечині), силових якостей м'язів (тензодинаметрія), військово-професійних дій (загальна контрольна вправа на смузі перешкод, посадка у бойову машину (бронетранспортер), висадка з бойової машини (бронетранспортера), викопування і маскування окопів для бойової техніки (ЗУ-23), перекочування ЗУ-23 силами обслуги на відстань 100 м із бойового положення з приведенням у бойове положення на новій вогневій позиції (середньопересічена місцевість), заряджання бойової машини «Стріла-10М» чотирма ракетами, розряджання бойової машини «Стріла-10М», приготування до стрільби з різних положень (лежачи, з коліна, стоячи, з-за укриття) при діях у пішому порядку, розряджання магазина АК-74, споряджання магазина АК-74 патронами, стрільба з ПМ по нерухомій цілі вдень (вправа №1), метання гранати Ф-1 на дальність, метання гранати Ф-1 з місця на точність); медико-біологічні методи досліджень (довжина й маса тіла, частота серцевих скорочень

та артеріальний тиск); математичні методи аналізу й обробки експериментальних даних.

Дослідження проводилося у декілька етапів з курсантами факультету ППО СВ на базі Харківського університету Повітряних Сил та науково-дослідній лабораторії Харківської державної академії фізичної культури .

На *першому етапі (2001 рік)* здійснювалися пошукові дослідження, що мали на меті створити фактологічну базу для організації логічного обґрунтування і проведення основних досліджень, які пов'язані з вирішенням цільових завдань роботи.

Зміст і спрямованість досліджень визначали необхідність виявлення кількісних характеристик спеціальної працездатності військовослужбовців, вивчення тенденцій у динаміці цих характеристик у процесі тактичних навчань і встановлення їх принципової залежності від рівня розвитку різних аспектів фізичних можливостей. Дослідження проводились у формі усного опитування військовослужбовців підрозділів ППО СВ (офіцери, курсанти), статистичного аналізу матеріалів опитування.

На *другому етапі (2002 рр.)* проведено серію досліджень, які були спрямовані на вивчення:

- інформативності й надійності методик оцінювання рівня спеціальної працездатності і фізичної підготовленості курсантів ППО СВ та оцінювання їх за допомогою кількісних характеристик;

- динаміки показників рівня спеціальної працездатності курсантів ППО СВ і їх швидкісно-силових якостей, з акцентом на групи м'язів, необхідних для надійного виконання професійних дій;

- кореляційного взаємозв'язку показників спеціальної працездатності з кількісними показниками фізичної підготовленості, які характеризують рівень швидкісно-силових якостей окремих груп м'язів.

Аналіз впливу навантажень військово-професійної діяльності на боєздатність особового складу ППО СВ був проведений на трьохденних тактичних навчаннях весною 2002 року на базі 92 механізованої бригади (в/ч А0501). Курсанти п'ятого курсу факультету ППО СВ виконували бойове завдання за умов виконання дій зенітно-ракетного дивізіону (ЗРД).

Для виявлення впливу рівня фізичної підготовленості на динаміку боєздатності курсантів ППО СВ використовувався метод полярних груп.

Серед обстежених 50 курсантів ППО СВ виділили дві групи по 10 краще і 10 гірше підготовлених курсантів за рівнем розвитку швидкісно-силових здібностей. Добір здійснювався за результатами трьох вправ: біг на 100 м, стрибок угору з місця і метання гранати Ф-1 на дальність. Результат оцінювався в балах згідно з НФП-97.

На *третьому етапі (2003-2004 р.)* проведено розробку і впровадження комплексів вправ для розвитку швидкісно-силових і військово-професійних

якостей курсантів ППО СВ і перевірено їх ефективність. В експерименті взяли участь курсанти третього курсу факультету Протиповітряної оборони Сухопутних військ.

На *четвертому етапі досліджень (2004-2009 рр.)* були розроблені навчальна і робоча програми спеціальної фізичної підготовки курсантів ППО СВ, розраховані на п'ять років навчання, основу яких склали змістові модулі з теоретичних, практичних і самостійних занять.

Для перевірки її ефективності сформували дві групи курсантів першого курсу факультету Протиповітряної оборони Сухопутних військ Харківського університету Повітряних Сил набору 2004 року: експериментальну й контрольну по 25 осіб кожна. Середній вік і рівень фізичної підготовленості в експериментальній і контрольній групах не мали достовірної різниці ($p>0,05$).

За час експериментального періоду з курсантами контрольної та експериментальної груп було проведено 86 практичних занять. Основною відмінністю було те, що експериментальний підрозділ займався згідно з розробленою нами робочою програмою навчальної дисципліни. Перевірка її ефективності здійснювалась по закінченні кожного семестру протягом 5 років. Остаточні результати були отримані у 2009 році на випускному курсі навчання курсантів факультету ППО СВ, у ході тактичних навчань здійснювалася перевірка професійної підготовленості, а на контрольних заняттях – фізичної підготовленості.

На *п'ятому етапі (2009 р.)* здійснено остаточну обробку результатів дослідження, сформульовано висновки і практичні рекомендації, оформлено й апробовано дисертаційну роботу.

У третьому розділі роботи ***«Визначення впливу рівня фізичних якостей курсантів факультету Протиповітряної оборони Сухопутних військ на надійність виконання військово-професійних прийомів і дій»*** було проведено аналіз впливу навантажень військово-професійної діяльності на боєздатність курсантів ППО СВ.

Отримані дані і їх аналіз дозволили констатувати, що ефективність використання більшості спеціалізованих дій залежить від рівня розвитку швидкісно-силових якостей, що впливає на боєздатність курсантів ППО СВ.

Виявлено, що військовослужбовці, які мають більш високий рівень швидкісно-силової підготовленості, мають і більш високі результати в спеціальному тестуванні (пересуванні на місцевості), як до навчань, так і, що особливо важливо, під час навчань. Також визначили, що у тих, хто має гірші показники швидкісно-силової підготовленості, значно знижуються й інші результати спеціалізованих тестів (подолання смуги перешкод, виконання нормативу занятя колової оборони та поводження зі зброєю).

Проведений кореляційний аналіз дозволив детермінувати систему фізичної підготовленості курсантів ППО СВ за найбільш професійно важливими

фізичними якостями з визначенням їх у вигляді факторів надійності військово-професійної діяльності. Це дало можливість, враховуючи рівень коефіцієнтів кореляції, говорити про те, що надійність у діях військовослужбовців в екстремальних умовах має специфічну якісну основу, яка визначає характер спеціальної спрямованості фізичної підготовки. Виявлений рівень кореляційних зв'язків свідчить, що найбільш важливою для надійності в діях є здатність показувати високі результати у вправах зі швидкісним проявом напруження м'язів.

Аналіз кореляційних зв'язків показав важливість здатності до швидкісних проявів м'язів згиначів і розгиначів руки. Крім цього, найбільше значення для надійності у військово-професійних діях курсантів ППО СВ має рівень розвитку м'язів розгиначів ноги, підошовних згиначів стопи, м'язів згиначів і розгиначів тулуба.

Показники швидкісних і максимальних можливостей кожної окремої групи м'язів по-різному пов'язані з показниками надійності в діях курсантів ППО СВ. У м'язів розгиначів ніг рівень розвитку швидкісних і силових можливостей приблизно однаково важливий для показників військово-професійної надійності, тим часом як у м'язів згиначів ноги і розгиначів тулуба більш важливі власне силові здібності в порівнянні зі швидкісними, а для м'язів згиначів тулуба – швидкісні здібності.

Отримані результати досліджень дають можливість цілеспрямовано удосконалювати військово-професійні якості окремими фізичними вправами, розгляд яких наведено в четвертому розділі.

У четвертому розділі ***«Розробка і застосування комплексів вправ для розвитку швидкісно-силових та військово-професійних якостей курсантів»*** подано комплекси вправ розвитку швидкісно-силових та військово-професійних якостей і методику їх застосування.

Підбір вправ для розвитку тієї або іншої групи м'язів здійснювався на основі величин кореляційних зв'язків певних кількісних характеристик (швидкісної сили, максимальної сили) основних груп м'язів з показниками спеціальної працездатності. Для підвищення якісного рівня цих груп м'язів застосовувалися вправи, що переважно удосконалюють як швидкісну, так і максимальну силу.

Для розвитку максимальної сили в основному використовувалися власне силові вправи як динамічного, так і статичного характеру. Але найбільш ефективними і часто застосовуваними були вправи для розвитку швидкісно-силових якостей, що однаково успішно підвищують як швидкісні, так і силові можливості. Значне збільшення стрибкової роботи було важливою особливістю експериментальної методики і головною відмінністю від занять контрольної групи. Велике значення на заняттях експериментальної групи мало гнучке варіювання

інтенсивністю стрибкових вправ. Це досягалося шляхом застосування стрибків різної складності.

Зазначена методика була впроваджена в навчальний процес експериментальної групи курсантів ППО СВ. На початку досліджень достовірної різниці в опрацьованих тестах не було виявлено ($p>0,05$).

За час експериментального періоду відбулося поліпшення середніх результатів в експериментальній і контрольній групах за тестами, що характеризують швидкість рухів, витривалість, швидкісно-силові здібності і власне силові здібності, але більш значні зміни отримані у курсантів експериментальної групи (табл. 1).

Таблиця 1

Показники фізичної підготовленості контрольної та експериментальної груп наприкінці експериментального періоду (2003-2004 рр.) ($n_1=n_2=25$)

№	Досліджувані показники	Контрольна $\overline{X_1} \pm m_1$	Експериментальна $\overline{X_2} \pm m_2$	t	p
1.	Біг на 100 м, с	13,8+0,5	13,6+0,6	0,27	>0,05
2.	Човниковий біг 4х100 м, с	71,6+2,2	67,3+1,1	1,71	>0,05
3.	Стрибок угору з місця, см	51,4+1,8	56,3+1,5	2,12	<0,05
4.	Біг на 3000 м, с	682,2+14,0	665,2±9,5	1,01	>0,05
5.	Підтягування на поперечині, к-ть разів	14,7+1,2	18.7+1,1	2.42	<0,05

Так, достовірно найзначніші зміни в кінці досліджень отримано в експериментальній групі в показниках стрибків угору з місця ($p<0,05$; $t=2,12$) та підтягуванні на поперечині ($p<0,05$; $t=2,42$).

Достовірне поліпшення результатів у експериментальній групі досягнуто за рахунок підвищення якісних показників м'язів нижніх кінцівок і тулуба, причому комплексним шляхом, де поряд із вправами, що переважно розвивають максимальну силу або швидкість руху, в основному використовувалися швидкісно-силові вправи, що однаково ефективно розвивають як силові якості, так і швидкість рухів.

В експериментальній групі поліпшення показників максимальної і швидкісної сили розгиначів ноги склало відповідно 13,7 і 27,6%, що значно більше, ніж у контрольній групі, де приріст дорівнює 3,4 і 4,5% ($p<0,05$). Причому розходження між цими показниками до і після експериментального періоду у контрольній групі статистично несуттєве ($p>0,05$).

Експериментальна методика також позитивно вплинула й на показники рівня військово-професійної підготовленості.

Порівняльний аналіз показників рівня військово-професійної підготовленості груп, що досліджувалися, після закінчення експерименту свідчить про більш значні зрушення у курсантів експериментальної групи (табл. 2).

Таблиця 2

Показники рівня військово-професійної підготовленості контрольної та експериментальної груп наприкінці експериментального періоду (2003-2004 рр.) ($n_1=n_2=25$)

№	Досліджувані показники	Контрольна $\overline{X_1} \pm m_1$	Експериментальна $\overline{X_2} \pm m_2$	t	p
1.	Загальна контрольна вправа на смузі перешкод, с	141,3±4,6	128,3+4,3	2,07	<0.05
2.	Посадка у бойову машину (бронетранспортер), с	27,6±0.6	26,3+0,4	1,80	>0,05
3.	Висадка з бойової машини (бронетранспортера), с	15,1+0,2	13,8+0,3	3,61	<0,01
4.	Викопування і маскування окопів для бойової техніки (ЗУ-23), с	7911,6+56,8	7657,9±53,2	3,26	<0.01
5.	Перекочування ЗУ-23 силами обслуги на відстань 100 м із бойового положення з приведенням у бойове положення на новій вогневій позиції (середньопересічена місцевість), с	229,1±4,3	212,3+5,8	2,33	<0,05
6.	Заряджання бойової машини "Стріла-10М" чотирма ракетами, с	139,4+2,1	130,6+2,4	2,76	<0,05
7.	Розряджання бойової машини "Стріла-10М", с	132,4+1,1	133,9+1,0	1,01	>0,05
8.	Приготування до стрільби з різних положень (лежачи, з коліна, стоячи, з-за укриття) при діях у пішому порядку, с	6,9+0,9	6,6±0,5	0,35	>0.05
9.	Розряджання магазина АК-74, с	15,9+1,3	15,3±1,3	0,39	>0,05
10.	Споряджання магазина АК-74 патронами, с	38,6+5,2	32,8±2,3	1,00	>0.05
11.	Стрільба з ПМ по нерухомій цілі вдень (вправа №1), бали	20,4+2,9	21,6+3,5	0,26	>0.05
12.	Метання гранати Ф-1 на дальність, м	34,9+2,2	36,6+1,8	0,61	>0.05
13.	Метання гранати Ф-1 з місця на точність, бали	28,9±3,3	36.8+3,4	1,59	>0,05

Це стосується в першу чергу нормативів, пов'язаних із швидкісно-силовою підготовленістю. Так, достовірно ($p<0,05-0,01$) кращі результати отримано в експериментальній групі в показниках: висадка з бойової машини (бронетранспортера) ($t=3,61$), викопування і маскування окопів для бойової техніки (ЗУ-23) ($t=3,26$), перекочування ЗУ-23 силами обслуги на відстань 100 м із бойового положення з приведенням у бойове положення на новій вогневій позиції (середньопересічена місцевість) ($t=2,33$) та заряджання бойової машини «Стріла-10М» чотирма ракетами ($t=2,76$).

Таким чином, наслідком підвищення рівня фізичної підготовленості зі зміною її структури відповідно до вимог військово-професійної діяльності було підвищення рівня фізичної спеціальної працездатності експериментальної групи, що значно перевершило контрольну ($p<0,05-0,01$).

У п'ятому розділі ***«Перевірка ефективності експериментальної навчальної програми фізичної підготовки курсантів з урахуванням кредитно-модульної системи навчання»*** подана програма фізичної підготовки курсантів за кредитно-модульною системою навчання з урахуванням розробленої методики розвитку основних професійно орієнтованих рухових якостей, яка пройшла випробування, подана в розділі 4, і використовувалася в експериментальній групі.

Заняття в контрольній групі проводилися відповідно до робочої програми з фізичної підготовки, яка укладена на той час в університеті.

Початкове тестування курсантів-першокурсників обох груп, які взяли участь в експерименті, не виявило достовірної різниці в показниках рухових якостей і професійної фізичної підготовки ($p>0,05$).

Проведені п'ятирічні заняття з фізичної підготовки курсантів контрольної й експериментальної груп позитивно вплинули на кількісні показники рухових якостей. Слід зазначити, що наприкінці експерименту достовірно кращі результати показані курсантами експериментальної групи, в якій перевага була віддана розвитку перш за все швидкісно-силових якостей (табл. 3), а розподіл програмного матеріалу здійснювався відповідно до кредитно-модульної системи навчання. Так, достовірно кращі результати показані курсантами експериментальної групи в човниковому бігу 4х100 м ($t=3,37$; $p<0,01$), стрибку вгору з місця ($t=2,48$; $p<0,05$) та в підтягуванні на поперечині ($t=2,70$; $p<0,05$). В інших тестах (біг на 100 і 3000 м) результати в експериментальній групі також кращі, але їхня різниця не достовірна ($p>0,05$).

Спеціалізовані показники військово-професійної підготовленості курсантів у контрольній і експериментальній групах наприкінці дослідження мають більш значну різницю, ніж результати тестування рівня рухової діяльності (табл. 4).

Таблиця 3

Показники фізичної підготовленості контрольної та експериментальної груп у кінці впровадження експериментальної програми в період 2004-2009 рр. ($n_1=n_2=25$)

№	Досліджувані показники	Контрольна $\overline{X_1} \pm m_1$	Експериментальна $\overline{X_2} \pm m_2$	t	p
1.	Біг на 100 м, с	13,8±0,6	13,5+0,5	0,38	>0,05
2.	Човниковий біг 4х100 м, с	71.9±2.1	63,4±1,4	3,37	<0,01
3.	Стрибок угору з місця, см	51,3±1,7	56,9±1,5	2,48	<0,05
4.	Біг на 3000 м, с	651,3±13,8	623,4+13,7	1,44	>0,05
5.	Підтягування на поперечині, к-ть разів	14,2±1,1	18,6+1,2	2,70	<0,05

Таблиця 4

Показники рівня військово-професійної підготовленості контрольної та експериментальної групи у кінці впровадження експериментальної програми в період 2004-2009 рр. ($n_1=n_2=25$)

№	Досліджувані показники	Контрольна $\overline{X_1} \pm m_1$	Експериментальна $\overline{X_2} \pm m_2$	t	p
1.	Загальна контрольна вправа на смузі перешкод, с	136.2+4,4	120,5±5,4	2,25	<0,05
2.	Посадка у бойову машину (бронетранспортер), с	27,6+1,1	21,3+0,8	4,63	<0,001
3.	Висадка з бойової машини (бронетранспортера), с	12,6+0,2	11,8+0,3	2,22	<0,05
4.	Викопування і маскування окопів для бойової техніки (ЗУ-23), с	7827,7+56,4	7646,9±53,4	2,33	<0,05
5.	Перекочування ЗУ-23 силами обслуги на відстань 100 м із бойового положення з приведенням у бойове положення на новій вогневій позиції (середньопересічена місцевість), с	227,2±5,7	205,6+4,6	2,95	<0,01
6.	Заряджання бойової машини «Стріла-10М» чотирма ракетами. с	139,2+2,2	129,5±2,4	2,99	<0,01
7.	Розряджання бойової машини «Стріла-10М», с	132.1+1,1	130.6+1,0	1,01	>0,05
8.	Приготування до стрільби з різних положень (лежачи, з коліна, стоячи, з-за укриття) при діях у пішому порядку, с	6,8±0,9	6,4±1,0	0,29	>0,05
9.	Розряджання магазина, с	15,8+1,2	15,1±1,3	0,40	>0,05

10	Споряджання магазина патронами, с	38,2+5,3	32,7+4.1	0,82	>0,05
11	Стрільба з ПМ по нерухомій цілі вдень (вправа №1), бали	21,0+4,2	20,4+4,8	0,94	>0,05
12	Метання гранати Ф-1 на дальність, м	35,2+2,3	42,6+1.8	2,53	<0,05
13	Метання гранати Ф-1 з місця на точність, бали	28,8±3,3	37,0±3,3	1,76	>0,05

Так, курсанти експериментальної групи показали достовірно кращі результати в подоланні смуги перешкод ($t=2,25$; $p<0,05$), посадці екіпажу у бойову машину (бронетранспортер) ($t=4,63$; $p<0,001$), висадці екіпажу з бойової машини (бронетранспортера) ($t=2,22$; $p<0,05$), викопуванні і маскуванні окопів для бойової техніки (ЗУ-23) ($t=2,33$; $p<0,05$), перекочуванні ЗУ-23 силами обслуги на відстань 100 м із бойового положення з приведенням у бойове положення на новій вогневій позиції (середньопересічена місцевість) ($t=2,95$; $p<0,01$), заряджанні бойової машини "Стріла-10М" чотирма ракетами ($t=2,99$; $p<0,01$) та метанні гранати Ф-1 на дальність ($t=2,53$; $p<0,05$). В інших показниках достовірної різниці між групами, що досліджувалися, не виявлено ($p>0,05$).

У шостому розділі ***«Аналіз та узагальнення результатів дослідження»***- подано підсумки проведених досліджень та узагальнено отримані результати. Доведено ефективність розробленої нами методики спеціальної фізичної підготовки курсантів ППО СВ упродовж навчання у ВВНЗ.

Отримані результати досліджень дають можливість цілеспрямовано удосконалювати військово-професійні якості окремими фізичними вправами підбір яких здійснювався на основі величин кореляційних зв'язків, певних якісних характеристик основних груп м'язів (швидкісної сили, максимальної сили) з показниками спеціальної працездатності. Це досягалося за допомогою найрізноманітніших засобів фізичної підготовки і спорту, основними з яких є спеціальні прикладні вправи, що використовуються в процесі професійно-прикладної фізичної підготовки (ППФП), спрямовані переважно на розвиток швидкісно-силових якостей. Проте, при підборі засобів фізичного виховання курсантів ППО СВ, стосовно ППФП, ми проводили більш диференційоване їх угрупування, складаючи тренувальні завдання, що дозволило більш якісно і вибірково використовувати засоби фізичної і спеціально-прикладної підготовки.

Такими групами засобів ППФП курсантів є: прикладні фізичні вправи й окремі елементи з різних видів спорту; прикладні види спорту; оздоровчі сили природи і гігієнічні чинники; допоміжні засоби, що забезпечують раціоналізацію навчального процесу з розділу ППФП. Це **підтверджують**

дослідження Ю.В. Верхошанського (1963), О О.Ярмощука (2002), Ю.А. Бородіна (2003), В.М. Платонова (2004).

Підхід до розвитку швидкісно-силових якостей був послідовним, що дало змогу протидіяти травматизму і підвищити ефективність занять. Впровадження спеціалізованих вправ, спрямованих на розвиток швидкісно-силових якостей в експериментальній групі, дозволило одночасно підвищити результати в тестах з фізичної і військово-професійної підготовки, що **доповнюють** дані вчених С.С. Коровіна (1997), В.В. Приходько (2006), які доводять очевидність залежності успішності професійної діяльності людини від рівня її фізичних здібностей і стану здоров'я.

Розроблені методика і програма спеціальної фізичної підготовки для курсантів вищих військових навчальних закладів ППО СВ Збройних Сил України за кредитно-модульною системою навчання дозволили підвищити ефективність фізичної підготовки впродовж усього навчання у ВВНЗ, оскільки вони забезпечують поєднання педагогічних підходів, враховують особливості професійної діяльності курсантів ППО СВ і розвиток фізичних якостей, на основі яких розвиваються професійно важливі рухові якості та **доповнюють** дані О.Г. Шалепи (2002), О.Г. Піддубного (2003), А.І. Маркушина (2006), С.В. Романчука (2006), В.М. Романчука (2007) щодо структури і змісту спеціальної фізичної підготовки курсантів на різних етапах навчання.

Абсолютно новим є:

- визначення взаємозв'язків професійної підготовленості курсантів ППО СВ із рівнем розвитку швидкісно-силових якостей;
- розробка комплексів вправ, які забезпечують удосконалення і розвиток м'язових груп, необхідних для успішного виконання професійних прийомів і дій курсантами ППО СВ;
- розробка методики використання спеціальних засобів розвитку швидкісно-силових якостей на навчальних заняттях зі спеціальної фізичної підготовки курсантів ППО СВ;
- розробка системи спеціальної фізичної підготовки курсантів ППО СВ протягом навчання у ВВНЗ за кредитно-модульною системою.

Залишаються перспективними дослідження щодо практичного забезпечення проведення самостійної фізичної і спеціальної підготовки курсантами ППО СВ.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз літературних джерел і системи фізичної підготовки курсантів ППО СВ, ВВНЗ свідчить про недостатню ефективність останньої. Сучасний підхід до озброєння і ведення бойових дій вимагають відповідної системи підготовки майбутніх фахівців, яка повинна акцентувати увагу на формуванні професійних якостей курсантів упродовж навчання. У наукових працях, як правило, розглядаються окремі її складові, в яких не враховується розподіл програмного матеріалу за кредитно-модульною системою навчання, тому даний напрямок досліджень і практична розробка змісту навчання курсантів ППО СВ є актуальним.

2. Найбільше значення для надійності військово-професійних дій курсантів Протиповітряної оборони Сухопутних військ Збройних Сил України має рівень розвитку швидкісно-силових якостей і витривалості (коефіцієнт кореляції у більшості показників 0,50-0,60). Це підтверджується також підвищенням тісного зв'язку цих факторів (у середньому на 0,1-0,15) з показниками боєздатності в екстремальних умовах у порівнянні з показниками в звичайних умовах.

3. Дослідженнями виявлено найбільший кореляційний зв'язок між показниками боєздатності курсантів і тестами, що відбивають швидкісно-силові якості. Так, показники з бігу на 100 метрів мають рівень коефіцієнтів кореляції вищий за 0,60 у п'яти складових бойової підготовки із тринадцяти (загальна контрольна вправа на смузі перешкод, висадка з бойової машини (бронетранспортера), заряджання бойової машини «Стріла-10М» чотирма ракетами, розряджання магазина АК-74, споряджання магазина АК-74 патронами), а стрибків угору з місця – 0,45-0,51. Виявлено меншу кореляційну залежність між боєздатністю і результатами в бігу на 3000 м (0,31-0,43 у шести показниках) і підтягуванні на поперечині (0,31-0,49 у семи показниках).

4. Аналіз взаємозв'язків показників спеціальної працездатності курсантів ППО СВ з показниками тензодинамометрії різних груп м'язів виявив:

- велике значення для виконання військово-професійних дій військовослужбовців має рівень розвитку стартової сили (Fmax/tmax) м'язів, що згинають і розгинають ноги (у тому числі і підошовні згиначі стопи) і максимальної сили (Fmax) м'язів розгиначів тулуба;

- розгиначі руки мають найбільш високі кореляційні зв'язки з результатами посадки у бойову машину (бронетранспортер) (r=0,51), заряджання бойової машини «Стріла-10М» чотирма ракетами (r=-0,61), розряджання бойової машини «Стріла-10М» (r=-0,58), а також споряджения магазина АК-74 патронами (r=0,66) і метання гранати Ф-1 на дальність (r=-0,59).

5. Аналіз чинної робочої програми з фізичної підготовки курсантів ППО СВ Харківського університету Повітряних Сил ім. І. Кожедуба свідчить про нерівномірний розподіл навантаження протягом навчання і його зменшення на останніх курсах. Також на заняттях недостатньо уваги приділяється швидкісно-силовій підготовці, що викликає необхідність у перегляді використання різних вправ на заняттях, при проведенні самостійної підготовки і тестуванні рівня фізичної підготовленості.

6. Підбір засобів для розвитку силових, швидкісно-силових і швидкісних якостей повинен бути спрямований на:

- забезпечення необхідного рівня спеціальної працездатності військовослужбовців;
- розвиток максимальної і стартової сили;
- можливість виконання вправ із партнером та на гімнастичних снарядах;
- можливість використання під час самостійної фізичної підготовки.

7. У результаті проведення дослідження з використанням розробленої нами методики застосування спеціалізованих вправ для розвитку швидкісно-силових якостей курсантів значно покращилися показники:

- максимальної і стартової сили розгиначів ноги в експериментальній групі відповідно на 13,7 і 27,66 % ($p<0,05$), тим часом як у контрольній – зменшилися на 3,4 і 4,5 % ($p>0,05$);
- згиначів ноги в експериментальній групі – на 27,9 % ($p<0,05$) у максимальній силі і на 28,0 % ($p<0,05$) у швидкісній силі, в контрольній групі відповідно на 6,6 і 8,2 % ($p>0,05$);
- максимальної і стартової сили підошовних згиначів стопи у курсантів експериментальної групи ($p<0,05$), тим часом як у контрольній групі статистичної відмінності не виявлено ($p>0,05$);
- стартової сили розгиначів руки в експериментальній групі ($p<0,05$), в контрольній групі зміни не достовірні ($p>0,05$);

8. Упровадження розробленої нами методики розвитку швидкісно-силових якостей дозволяє підвищити результати основних спеціальних дій військовослужбовців. Так, показники з виконання загальної контрольної вправи на смузі перешкод покращилися на 21,1 с ($p<0,05$); із зайняття кругової оборони на 38 с ($p<0,05$); заряджання та розряджання бойової машини «Стріла-10М» чотирма ракетами на 16,1 і 7,4 с ($p<0,05$); приготування до стрільби з різних положень (лежачи, з коліна, стоячи, з-за укриття) при діях у пішому порядку на 1,7 с ($p<0,05$), тим часом як у курсантів контрольної групи, не зважаючи на позитивні зрушення, достовірних змін у цих показниках не отримано ($p>0,05$).

9. Розроблена програма кредитно-модульного розподілу навчального навантаження сприяє здійснюванню системного підходу до розвитку фізичних якостей і надбання професійно-педагогічних знань та вмінь курсантів ВВНЗ

протягом усього навчання. Одночасно подальшого дослідження потребує проблема практичного забезпечення проведення курсантами самостійної фізичної і спеціальної підготовки.

СПИСОК НАУКОВИХ ПРАЦЬ, ОПУБЛІКОВАНИХ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

1. Організація та проведення занять з фізичної підготовки. Період первинної військово-професійної підготовки: методичний посібник / [Блізнєцов Г.О., Воронов М.П., Паєвський В.В. та ін.]. – Х. : ХВУ, 2000. – 123 с. *Автором розроблені окремі підрозділи посібника стосовно проведення комплексних занять.*

2. Паєвський В.В. Методика розвитку швидкісно-силових якостей військовослужбовців підрозділів Протиповітряної оборони Сухопутних військ на заняттях зі спеціальної фізичної підготовки: методичні рекомендації / В.В. Паєвський, О.М. Ольховий. – Х. : ХУПС, 2006. – 142 с. *Особистий внесок автора полягає в розробці методичних рекомендацій за кредитно-модульною системою навчання щодо розвитку швидкісно-силових якостей.*

3. Паевский В.В. Роль физической подготовки в совершенствовании задач и функциональных особенностей учебно-боевой деятельности личного состава подразделений ПВО сухопутных войск / В.В. Паевский, О.А. Шевченко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : Зб. наук. пр. / За ред. С.С. Єрмакова. – Х., 2004. – №9. – С. 85-91. *Автору належить проведення експерименту, обробка даних і підготовка статті до друку.*

4. Паєвський В.В. Дослідження впливу фізичної працездатності на надійність виконання військово-професійних прийомів і дій курсантів ХУПС факультету ППО СВ у процесі тактичних навчань / В.В. Паєвський // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2006. – № 10. – С. 19-22.

5. Паєвський В.В. Вплив екстремальних навантажень на показники боєготовності курсантів ХУПС, які мають різний рівень швидкісно-силової підготовленості в процесі учбово-бойової діяльності / В.В. Паєвський // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. пр. / За ред. С.С. Єрмакова – Х., 2007. – №1. – С. 91-94.

6. Паевский В.В. Исследование особенностей силовой и скоростно-силовой подготовленности курсантов факультета ПВО СВ ХУВС им. І.Кожедуба / В.В. Паевский // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : Зб. наук. пр. / За ред. С.С. Єрмакова – Х., 2007. – №3. – С. 89-92.

7. Паєвський В.В. Визначення взаємозв'язків показників боєздатності

курсантів факультету ППО СВ і рівня розвитку швидкісних і швидкісно-силових якостей / В.В. Паєвський, П.Б. Єфіменко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : Зб. наук. пр. / За ред. С.С. Єрмакова – Х., 2007. – №10. – С. 106-109. *Автору належить проведення експерименту, обробка даних і підготовка статті до друку.*

8. Попов Ф.И. Комплексные занятия – основа плотности учебных занятий и активности курсантов / Ф.И. Попов, В.В. Паевский // Научные исследования, наносистемы и ресурсосберегающие технологии в стройиндустрии, (Белгород, 18-19 сентября 2007г.) Сб. докл. Междунар. науч.-практич. конф. – Белгород: Изд-во БГТУ им. В.Г. Шухова, 2007. – С. 85-90. *Автору належить планування, проведення експерименту і підготовка статті до друку.*

9. Ольховий О.М. Спортивно-масова робота в умовах переходу до змішаного способу комплектування Збройних Сил України / О.М. Ольховий, В.В. Паєвський // П'ята наукова конференція Харківського університету Повітряних Сил ім. І. Кожедуба ["Новітні технології – для захисту повітряного простору"], (Харків, 15-16 квітня 2009 р.) : тези доповіді. – Харків : ХУПС ім. І. Кожедуба, 2009. – С. 294-295. *Автору належить обробка даних і підготовка статті до друку.*

1617

АНОТАЦІЇ

Паєвський Володимир Валерійович. Спеціальна фізична підготовка курсантів Протиповітряної оборони Сухопутних військ Збройних Сил України. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.02 – Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. – Харківська державна академія фізичної культури, Харків, 2010.

Дисертаційна робота присвячена дослідженню системи спеціальної фізичної підготовки курсантів ППО СВ вищих військових навчальних закладів, визначенню ефективності її застосування щодо формування професійних якостей; виявленню значення і специфічних особливостей різних складових спеціальної підготовленості, необхідної для курсантів ППО СВ; визначенню основних засобів і методів спеціальної фізичної підготовки, які найбільш ефективно використовуються для розвитку військово-професійних якостей протягом навчання курсантів вищих військових навчальних закладів.

На основі проведених досліджень розроблено і впроваджено в практичну діяльність навчальну програму зі спеціальної фізичної підготовки за кредитно-модульною системою навчання курсантів ППО СВ вищих військових навчальних закладів.

БІБЛІОТЕКА
ЛЬВІВСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО
УНІВЕРСИТЕТУ ФІЗИЧНОЇ
КУЛЬТУРИ

Ключові слова: спеціальна фізична підготовка, курсанти Протиповітряної оборони Сухопутних військ, тестування, кредитно-модульна система навчання.

Паевский Владимир Валериевич. Специальная физическая подготовка курсантов Противовоздушной обороны Сухопутных войск Вооруженных Сил Украины. – Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности 24.00.02 – Физическая культура, физическое воспитание различных групп населения. – Харьковская государственная академия физической культуры, Харьков, 2010.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что эффективное использование большинства специализированных действий зависит от уровня развития скоростно-силовых качеств, влияющих на уровень боеспособности курсантов ПВО СВ.

Выявлено, что военнослужащие, которые имеют более высокую скоростно-силовую подготовленность, показывают и более высокие результаты в специальном тестировании (передвижении на местности) как до учений, так и, что особенно важно, во время учений. Также определено, что у военнослужащих, имеющих низкие показатели скоростно-силовой подготовленности, значительно снижаются и другие результаты специализированных тестов (преодоления полосы препятствий и выполнения норматива занятия круговой обороны, обращения с оружием).

Результаты проведенного эксперимента дают возможность рассчитать коэффициенты надежности для каждого военнослужащего на учениях или для группы военнослужащих, имеющих высокие и низкие результаты.

Проведенный корреляционный анализ позволил детерминировать систему физической подготовленности курсантов ПВО СВ по наиболее профессионально важным физическим качествам с определением их в виде факторов надежности военно-профессиональной деятельности. Это дает возможность, учитывая уровень коэффициента корреляции, говорить о том, что надежность в действиях военнослужащих в экспериментальных условиях имеет специфическую качественную основу, определяющую характер специальной направленности физической подготовки. Уровень корреляционных связей свидетельствует, что наиболее важной для надежности в действиях является способность показывать высокие результаты в упражнениях со скоростным проявлением напряжения мышц.

Анализ корреляционных связей свидетельствует о большом значении способности к скоростным проявлениям мышц сгибателей и разгибателей руки. Кроме этого, наибольшее значение для надежности в действиях курсантов ПВО СВ имеет уровень развития мышц разгибателей ноги. В одинаковой степени

важна степень развития мышц сгибателей ноги, подошвенных сгибателей стопы, мышц сгибателей и разгибателей туловища. В меньшей степени показатели военно-профессиональной надежности коррелируют с показателями мышц разгибателей и сгибателей руки. Следует отметить также высокую корреляционную связь показателей надежности в действиях и количественных характеристик мышц сгибателей ноги.

Показатели скоростных (скоростная сила) и собственно силовых (максимальная сила) способностей каждой отдельной группы мышц по-разному связаны с показателями надежности в действиях курсантов ПВО СВ. Уровень развития скоростных и силовых способностей мышц разгибателей ног в одинаковой степени важен для показателей военно-профессиональной надежности. Для мышц сгибателей ноги и разгибателей туловища в большей степени важны собственно силовые способности по сравнению со скоростными, а для мышц сгибателей туловища – скоростные способности.

Полученные результаты исследований дают возможность целенаправленно совершенствовать военно-профессиональные качества комплексами физических упражнений, разработанных и представленных в диссертационной работе и методических рекомендациях.

При проведении занятий большое значение имеет рациональное распределение программного материала, что важно для самостоятельной подготовки курсантов, осуществляемой вне рамок аудиторных занятий, поэтому необходимым условием ее эффективности является формирование у курсантов позитивных мотиваций к ее использованию.

Внедрение специализированных упражнений, направленных на развитие скоростно-силовых качеств в экспериментальной группе, позволило одновременно повысить результаты тестов, основу которых составляют скоростно-силовые качества, и специализированных тестов военно-профессиональной подготовки.

Необходимое развитие профессионально-прикладных физических качеств достигается с помощью разнообразных средств физической культуры и спорта, основу которых составляют специальные прикладные упражнения.

В настоящее время отсутствует специальная классификация физических упражнений, ориентированная на решение ППФП специалистов разных профессиональных групп, что создает необходимость в разработке индивидуальных комплексов тренировочных заданий.

При подборе средств физического воспитания ППФП курсантов целесообразно провести дифференцированную их группировку, которая позволит целенаправленно и избирательно использовать эти средства в процессе физического воспитания курсантов. Такими индивидуальными группами средств ППФП курсантов являются: прикладные физические упражнения и отдельные элементы из разных видов спорта; прикладные виды

спорта; оздоровительные силы природы и гигиенические факторы; вспомогательные средства, обеспечивающие рационализацию учебного процесса из раздела ППФП.

Ключевые слова: специальная физическая подготовка, курсанты Противовоздушной обороны Сухопутных войск, тестирование, кредитно-модульная система обучения.

Paevskiy Viadimir Valery. Special physical preparation of students of Air defense of Ground Forces of Miiitary Powers of Ukraine. Manuscript.

Dissertation on the receipt of scientific degree of candidate of sciences of physical education and sport in speciality 24.00.02 – Physical culture, physical education of different groups of population. – Kharkiv State Academy of Physical Culture, Kharkiv, 2010.

Dissertation work is devoted research of the system of the special physical preparation of cadets of higher military educational establishments, determined is an efficiency of its application for forming of professional qualities; exposed is the value and specific features of different constituents of the special preparedness necessary for the personnel of cadets, of Air defense of Ground Forces; to determined is the fixed assets and methods of the special physical preparation, which are most effectively utillized for development of military-professional qualities during the studies of cadets of higher military educational establishments.

On the basis of the conducted researches it is developed and introduced in practical activity on-line tutorial of the special physical preparation on the credit-module system of studies of cadets of higher military establishments.

Keywords: special physical preparation, cadets, of Air defense of Ground Forces, test, credit-module system of studies.