

УБ11.7  
А727

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

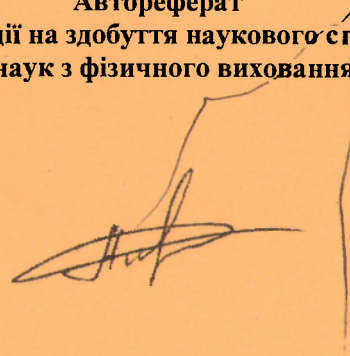
**АНТОШКІВ ЮРІЙ МИХАЙЛОВИЧ**

УДК 796.0155.132-377:355.235

**ВДОСКОНАЛЕННЯ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ  
ПІДГОТОВКИ КУРСАНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ  
ЗАКЛАДІВ МНС УКРАЇНИ**

**24.00.02 — фізична культура, фізичне виховання  
різних груп населення**

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



**Львів – 2006**

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано на кафедрі теорії і методики фізичного виховання Львівського державного університету фізичної культури Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту.

**Науковий керівник**– кандидат педагогічних наук, доцент  
**Петришин Юрій Володимирович**,  
Львівський державний університет фізичної культури, проректор зі спортивної та виховної роботи, завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання.

**Офіційні опоненти:** доктор наук з фізичного виховання і спорту, доцент  
**Камаєв Олег Іванович**,  
Харківська державна академія фізичної культури, професор кафедри олімпійського і професійного спорту;

кандидат педагогічних наук, доцент  
**Бородін Юрій Андрійович**,  
Національний університет фізичного виховання і спорту України, декан факультету фізичного виховання, спортивної медицини та фізичної реабілітації.

**Провідна установа**– Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту, кафедра теорії і методики фізичного виховання, Міністерство України у справах сім'ї, молоді та спорту, м. Дніпропетровськ.

Захист відбудеться **21 грудня 2006 року** о 14 годині під час засідання спеціалізованої вченої ради К 35.829.01 Львівського державного університету фізичної культури за адресою: 79000 м. Львів, вул. Костюшка, 11.

З дисертацією можна ознайомитися у бібліотеці Львівського державного університету фізичної культури (79000 м. Львів, вул. Костюшка, 11).

Автореферат розіслано 18 листопада 2006 року.

Учений секретар  
спеціалізованої вченої ради  
**БІБЛІОТЕКА**  
Львівського державного університету фізичної культури

О.М. Ванеба

5/2

## ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

**Актуальність.** Одним з найважливіших чинників професійної підготовки курсантів вищих навчальних закладів Міністерства з питань надзвичайних ситуацій та у справах захисту населення від наслідків Чорнобильської катастрофи (МНС) України є високий рівень їхньої функціональної підготовленості, котра забезпечує належне виконання службових обов'язків.

Сучасні вимоги передбачають підготовку фахівців МНС України, здатних швидко та кваліфіковано виконувати оперативно-рятувальні завдання. Важливу роль у цьому відіграє професійно-прикладна фізична підготовка.

Відокремлення пожежної охорони від Міністерства внутрішніх справ України, приєднання її до Міністерства з питань надзвичайних ситуацій та у справах захисту населення від наслідків Чорнобильської катастрофи відповідно до Указу Президента України (2002 р.) і надання їй статусу пожежно-рятувальної служби істотно розширює професійні завдання працівників служби цивільного захисту.

Одним з основних напрямків фахової підготовки курсантів вищих навчальних закладів МНС України є пожежно-рятувальна підготовка. Сучасні способи гасіння пожеж із застосуванням різноманітної пожежної техніки вимагають від підрозділів пожежно-рятувальної служби високої професійної майстерності, складовою частиною якої є фізична підготовленість (Стоянович О.Э., Шкарабура Н. Г., 2001)

Окрім питання професійно-прикладної фізичної підготовки в силових структурах розглядалися щодо підготовки жінок військовослужбовців (Ярмошук О.О., 2003; Шалєпа О.Г., 2003), працівників міліції (Луцак А.Р., 2001; Закорко І.П., 2001; Сергієнко Ю.П., 2003; Камаєв О.І., 2004), курсантів зв'язківців (Бородін Ю.А., 2004; Романчук С.М., 2006), курсантів вертолітників (Маракушин А.І., 2006), курсантів сухопутних військ (Піддубний О.Г., 2003), тренувального процесу в пожежно-прикладному спорті (Корж В.П., 2001). Однак обґрунтованих, об'єктивних наукових досліджень щодо підготовки кваліфікованих фахівців для пожежно-рятувальної служби, зокрема щодо їхньої професійно-прикладної фізичної підготовки, у вітчизняній науково-методичній літературі недостатньо.

Незважаючи на розширення завдань і функцій пожежно-рятувальної служби відповідно до сучасних вимог та велику кількість новітніх досліджень у галузі теорії та методики фізичного виховання (Ильин Е.П., 2001; Вільчковський Е.С., 2003; Круцевич Т.Ю., 2005 та ін), у доступній нам літературі ми не виявили комплексних досліджень із професійно-прикладної фізичної підготовки працівників пожежно-рятувальної служби. Крім того, у програмах з фізичної підготовки (1994 р., 1997 р.) немає окремого розділу присвяченого професійно-прикладній фізичній підготовці курсантів вищих навчальних закладів МНС України.



**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.**

Дослідження виконано відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту Державного комітету України з фізичної культури і спорту на 2001-2005 рр. за темою 2.18 „Вдосконалення фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів силових структур” (державний реєстраційний номер 0102U002639). Роль автора у виконанні цієї теми полягала в обґрунтуванні програми професійно-прикладної фізичної підготовки для курсантів вищих навчальних закладів МНС України.

**Об'єкт дослідження** — професійно-прикладна фізична підготовка фахівців пожежно-рятувальної служби.

**Предмет дослідження** — зміст, форми і методи професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МНС України.

**Мета дослідження** полягає у вдосконаленні змісту професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МНС України.

**Завдання дослідження:**

1. Узагальнити теоретичні засади і практичний досвід професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МНС України.
2. Визначити рівень загальної та спеціальної фізичної підготовленості курсантів Львівського інституту пожежної безпеки МНС України в умовах, наближених до реальних, та його динаміку впродовж навчання.
3. Вивчити взаємозв'язки між загальною та спеціальною фізичною підготовленістю курсантів Львівського інституту пожежної безпеки МНС України.
4. Розробити авторську програму професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МНС України та експериментально перевірити її ефективність.

**Методи дослідження.** Для розв'язання поставлених завдань використовувались такі методи дослідження: аналіз і узагальнення науково-методичної літератури та документів; педагогічне спостереження; педагогічний експеримент; анкетування; хронометрування; пульсометрія; методи математичної статистики.

**Наукова новизна:**

а) обґрунтовано програму професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МНС України, для якої характерна більш вузька спрямованість засобів фізичного виховання на акцентований розвиток фізичних якостей, що лімітують ефективність професійної діяльності працівників пожежно-рятувальної служби;

б) уперше визначено рівень спеціальної фізичної підготовленості курсантів вищих навчальних закладів МНС України в умовах, що наближені до бойових; •

в) поглиблено знання про взаємозв'язки між показниками загальної та спеціальної фізичної підготовленості курсантів вищих навчальних закладів МНС України;

г) розширено відомості про роль і місце ППФП у фаховій підготовці курсантів вищих навчальних закладів МНС України;

д) доповнено систему оцінювання успішності із загальної фізичної підготовки курсантів упродовж навчання у вищих навчальних закладах МНС України.

**Практичне значення одержаних результатів.** Застосування розробленої програми з професійно-прикладної фізичної підготовки під час навчально-тренувального процесу з предметів „Фізичне виховання” та „Спеціальна фізична підготовка” дало можливість у коротший термін (1 навчальний рік) підняти рівень професійно-прикладної фізичної підготовленості курсантів вищих навчальних закладів МНС України.

Отримані результати впроваджено у навчальний процес з дисциплін „Фізичне виховання” та „Спеціальна фізична підготовка” таких вищих навчальних закладів України: Львівський інститут пожежної безпеки МНС України (акт впровадження від 25 травня 2006 року); Черкаський інститут пожежної безпеки МНС України ім. Героїв Чорнобиля (акт впровадження від 28 травня 2006 року).

Матеріали дисертаційного дослідження можуть бути використані для складання програм з фізичного виховання та спеціальної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МНС України; у процесі викладання теорії та методики фізичного виховання у вищих навчальних закладах фізкультурного профілю, під час проведення курсів підвищення кваліфікації фахівців з фізичного виховання і спорту.

**Особистий внесок здобувача** полягає в аналізі науково-методичної літератури, постановці проблеми, виборі напрямів і методів дослідження. Автор самостійно зібрав, обробив, проаналізував та узагальнив експериментальні дані, розробив авторську експериментальну програму вдосконалення ППФП курсантів вищих навчальних закладів МНС України, яку впроваджено в практику.

У публікаціях, що виконані у співавторстві, здобувачеві належать зібраний та опрацьований практичний матеріал, аналіз експериментальних даних, формулювання висновків та практичних рекомендацій.

**Апробація результатів дисертації.** Результати проведених досліджень знайшли відображення у доповідях на міжнародних наукових конференціях „Молода спортивна наука України” (Львів, 2001, 2002, 2004), Всеукраїнській науковій конференції „Пожежна безпека” (Львів, 2002), Всеукраїнській науково-практичній конференції „Удосконалення фізичного виховання та спеціальної фізичної підготовки курсантів ВНЗ МВС України” (Івано-Франківськ, 2005), Всеукраїнській науково-практичній інтернет-конференції „Науковий потенціал України” (Київ, 2006), на щорічних конференціях викладачів Львівського

інституту пожежної безпеки МНС України та Львівського державного університету фізичної культури (2001-2005) та засіданнях наукового гуртка аспірантів Львівського державного університету фізичної культури (2004-2006).

**Публікації.** За результатами досліджень опубліковано 10 наукових праць, у тому числі 1 навчальний посібник; 1 методичний посібник; 6 статей у наукових фахових виданнях України; 6 робіт виконано одноосібно.

**Структура та обсяг дисертації.** Дисертаційна робота складається з переліку умовних скорочень, вступу, п'яти розділів, висновків, списку використаної літератури, 6 додатків. Дисертацію викладено на 261 сторінках друкованого тексту, що містять 14 рисунків і 28 таблиць. У роботі використано 206 літературних джерел, з яких 23–зарубіжних авторів.

### ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У вступі обгрунтовано актуальність роботи; показано зв'язок дослідження з науковими програмами, планами й темами; визначено об'єкт і предмет, мету, завдання і методи дослідження; розкрито наукову новизну одержаних результатів; обгрунтовано практичне значення роботи; подано відомості про апробацію результатів роботи, загальні відомості про публікації за матеріалами дисертаційного дослідження.

У першому розділі **“Професійно-прикладна фізична підготовка курсантів вищих навчальних закладів МНС України”** розглядаються особливості професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МНС України. Узагальнено праці провідних науковців з проблем професійно-прикладної фізичної підготовки у різних напрямках діяльності людини, здійснено аналіз керівних та нормативних документів, літературних джерел та публікацій щодо професійно-прикладної фізичної підготовки студентської молоді України, курсантів навчальних закладів правоохоронного та військового профілю.

Дослідження провідних науковців Р.Н. Макарова (1998), Ю.А. Бородіна (2003) та інших учених показали, що для організації комплексного процесу професійної підготовки військових фахівців необхідно пов'язати в інтегративне ціле й сфокусувати, як мінімум, такі види підготовки: теоретичну, фізичну, спеціальну, психологічну, психофізіологічну.

Фізична підготовка є важливим чинником, який підвищує рівень здоров'я і працездатність працівників, а також сприяє оволодінню професією. Проте найбільшу користь фізичні вправи принесуть лише за умови, якщо поряд із вирішенням першочергового завдання – усебічного фізичного розвитку буде здійснюватися і прикладна фізична підготовка, спрямована на підвищення продуктивності праці (Ильнич В.И., 1978; Раевский Р.Т., 1985; Чабан І.П., 2002).

Аналіз літератури з теорії та методики фізичного виховання і спорту засвідчує, що саме фізична підготовка, яка спрямована на формування тих



навичок та розвиток і підтримання на оптимальному рівні тих фізичних якостей, до яких висуває вимоги конкретна професія, а також вироблення функціональної стійкості організму до умов цієї діяльності і є сутністю професійно-прикладної фізичної підготовки (Маришук В.Л., 1982; Новосельский В.Ф., 1979).

Подано характеристику фізичної підготовки курсантів та працівників пожежно-рятувальної служби, специфіку побудови спеціальної фізичної підготовки у системі Міністерства з питань надзвичайних ситуацій України, розглянуто особливості навчально-тренувального процесу курсантів вищих навчальних закладів МНС України.

Загалом у спеціальній науково-методичній літературі недостатньо вивчено та проаналізовано шляхи вдосконалення професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МНС України.

У другому розділі **“Методи та організація дослідження”** описано методи й організаційні особливості проведення досліджень.

Педагогічне спостереження проводили на базі Львівського інституту пожежної безпеки МНС України з метою визначення декількох аспектів дослідження професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МНС України, а саме: визначення міжпредметних зв'язків між загальновійськовими дисциплінами; визначення взаємозв'язку між загальною та спеціальною фізичною підготовленістю; отримання даних про динаміку рівня загальної та спеціальної фізичної підготовленості протягом навчання; отримання даних про результати спеціальної фізичної підготовленості в ускладнених умовах; вивчення змісту педагогічного процесу без внесення змін у його перебіг; визначення динаміки частоти серцевих скорочень упродовж виконання бойового завдання; визначення початкового рівня загальної та спеціальної фізичної підготовленості для формування складу експериментальних та контрольних груп.

Педагогічний експеримент мав на меті визначення ефективності впливу авторської програми професійно-прикладної фізичної підготовки на професійне формування курсантів вищих навчальних закладів МНС України.

Порівнювали показники загальної та спеціальної фізичної підготовленості в експериментальній та контрольній групах. Експериментальна та контрольна групи були сформовані з курсантів Львівського інституту пожежної безпеки МНС України. Експериментальна група налічувала 22 особи віком 19-21 рік, контрольна – 26 осіб того ж віку.

Опитування курсантів та фахівців МНС України відбувалося шляхом анкетування.

Хронометрування виконували за допомогою сертифікованого оптоелектронного устаткування (точність вимірювання до 0,001 с), ручних механічних секундомірів (точність вимірювання до 0,01 с).

Математично-статистичний аналіз полягав в обчисленні таких характеристик: середнього арифметичного; середньої похибки середнього арифметичного; середньоквадратичного відхилення; коефіцієнту варіації;  $t$  -

критерію значущості за Стьюдентом для порівняння двох вибірових середніх значень пов'язаних вибірок; коефіцієнту кореляції за Брауе-Пірсоном.

Організація досліджень передбачала п'ять етапів.

На першому етапі (вересень 2001—лютий 2002 р.) було здійснено пошук, аналіз і узагальнення даних науково-методичної та спеціальної літератури, керівних документів МНС України, що дозволило визначити актуальність запропонованої теми, мету, завдання, предмет досліджень.

На другому етапі (березень 2002—травень 2004 р.) було проведено анкетування курсантів та практичних працівників ( $n=141$ ) вищих навчальних закладів МНС України для здійснення аналізу сучасного стану та визначення проблем професійно-прикладної фізичної підготовки. Аналізували успішність курсантів ( $n=76$ ) упродовж одного семестру з трьох загальновійськових обов'язкових дисциплін для визначення міжпредметних взаємозв'язків. Переглядали результати тестувань загальної та спеціальної фізичної підготовленості курсантів ( $n=97$ ) для визначення взаємозв'язку між вправами загального та професійно-прикладного характеру. Досліджено динаміку рівня загальної та спеціальної фізичної підготовленості курсантів ( $n=97$ , набору 2001 року) упродовж шести семестрів навчання (2001-2004 рр.). Для вивчення рівня спеціальної фізичної підготовленості в реальних умовах, курсантів було протестовано за трьома нормативами спеціальної фізичної підготовленості у змодельованих бойових умовах. Також проведено пошуковий експеримент для дослідження частоти серцевих скорочень курсантів в умовах виконання реального пожежно-рятувального завдання (пожежі). Для визначення ефективності чинної системи оцінювання було проаналізовано нормативи атестації із загальної фізичної підготовки за весь період навчання.

Проведене на другому етапі педагогічне спостереження дозволило встановити стан професійно-прикладної фізичної підготовки та визначити рівень загальної та спеціальної фізичної підготовленості. На підставі математично опрацьованих результатів усіх протестованих ( $n=97$ ) було сформовано два навчальні взводи, у яких результати тестувань були приблизно рівні за показниками середнього результату та середньоквадратичного відхилення середнього результату.

Третій етап (червень-серпень 2004 р.). На підставі аналізу літератури, відповідей респондентів та результатів педагогічного спостереження було теоретично обгрунтовано програму професійно-прикладної фізичної підготовки з удосконалення професійної майстерності курсантів вищих навчальних закладів МНС України. На цьому етапі було розроблено структуру програми професійно-прикладної фізичної підготовки, визначено пріоритетні фізичні якості, здійснено порівняльний аналіз виконання контрольних вправ в умовах, максимально наближених до бойових, і у звичних умовах.

На четвертому етапі (вересень 2004—червень 2005 р.) було проведено педагогічний паралельний експеримент для перевірки ефективності запропонованої програми професійно-прикладної фізичної підготовки.



В експериментальному навчальному взводі ( $n = 22$ ) застосовували розроблену авторську програму професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МНС України. Контрольний навчальний взвод ( $n = 26$ ) навчався за чинною програмою професійно-прикладної фізичної підготовки. За показниками результативності виконання контрольних вправ до та після запровадження авторської програми професійно-прикладної фізичної підготовки в експериментальній та контрольній групах було визначено ефективність запропонованої програми.

П'ятий етап (липень—листопад 2005 р.) передбачав аналіз та узагальнення результатів дослідницько-експериментальної роботи, формулювання висновків та практичних рекомендацій.

У третьому розділі **“Визначення та аналіз рівня професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів ВНЗ МНС України”** розглянуто такі питання: ефективність програми професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МНС України за результатами анкетування; взаємозв'язок рівня загальної та спеціальної фізичної підготовленості в системі професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів Львівського інституту пожежної безпеки МНС України; динаміка оцінки рівня загальної та спеціальної фізичної підготовленості упродовж шести семестрів навчання; результативність у деяких контрольних нормативах спеціальної фізичної підготовки в умовах збиваючих чинників; аналіз нормативної системи оцінювання.

Аналіз відповідей фахівців дозволяє стверджувати що, незважаючи на важливість високого рівня професійно-прикладної фізичної підготовленості курсантів вищих навчальних закладів МНС України (визнали 80% опитаних), значна частина з них (близько 50% опитаних) вважають, що рівень фізичної підготовленості є „недостатнім” або „швидше достатнім”.

Більше ніж половина опитуваних вважають, що отримані в процесі професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів уміння та навички „не дуже часто” або „не часто” застосовуються на практиці, що може свідчити про певну невідповідність змісту навчальної програми реальним умовам виконання оперативно-рятувальних завдань. Окрім того, майже одноставно опитувані вказують на необхідність збільшення обсягів професійно-прикладної фізичної підготовки до 4-7 годин на тиждень.

Визначено позитивний взаємозв'язок між оцінками курсантів Львівського інституту пожежної безпеки МНС України з фізичної та пожежно-рятувальної підготовки ( $r=0,45$ ;  $P<0,05$ ); з фізичної та військової підготовки ( $r=0,31$ ;  $P<0,05$ ). Між пожежно-рятувальною та військовою підготовкою статистично вірогідного взаємозв'язку не виявлено.

Результати кореляційного аналізу (табл.1) не показали статистичного достовірного взаємозв'язку в результатах значної кількості загальнофізичних вправ між собою, а також із професійно-прикладними вправами. Середній

ступінь позитивного взаємозв'язку ми бачимо між вправами пріоритетно професійно-прикладного напрямку ( $r = 0,5-0,6$ ;  $P < 0,05$ ).

Таблиця 1

**Взаємозв'язки показників виконання загальних та спеціально-прикладних вправ у системі професійно-прикладної підготовки курсантів Львівського інституту пожежної безпеки МНС України (n=97)**

Вправа	Біг на 1000 м	Підтягування на перекладні	Комплексно-силова вправа	Стрибок у довжину з місця	Біг на 100 м	Човниковий біг 10x10м	Підйом по штурмовій драбині	Підйом по авто-драбині	Подолання смуги перешкод
Біг на 1000 м	X	-0,24	0,17	-0,23	0,08	0,02	-0,09	0,06	0,10
Підтягування на перекладні		X	0,07	0,08	-0,09	-0,24	0,04	-0,01	0,06
Комплексно-силова вправа			X	0,29	-0,18	-0,21	-0,13	-0,02	-0,11
Стрибок у довжину з місця				X	-0,04	-0,17	-0,16	-0,07	-0,26
Біг на 100 м					X	0,26	0,04	-0,03	0,05
Човниковий біг 10x10м						X	0,28	0,10	0,08
Підйом по штурмовій драбині							X	0,54	0,54
Підйом по авто-драбині								X	0,58
Подолання смуги перешкод									X

Примітка:  $r_{кр} = 0,23$  при  $P < 0,05$ .

Беручи до уваги велике значення розвитку фізичних якостей, необхідних для виконання оперативно-рятувальних завдань у кінцевому результаті, ми проаналізували динаміку рівня фізичної підготовленості протягом шести семестрів навчання. Чотири навчальні взводи курсантів Львівського інституту пожежної безпеки МНС України було протестовано за дев'ятьма контрольними вправами для визначення рівня загальної та спеціальної фізичної підготовленості.

З аналізу таблиці 2 видно, що впродовж шести семестрів навчання зросли середні значення результатів виконання тестових вправ, підтвердженням чого є зміни результату виконання тестових вправ як із загальної фізичної підготовки, так і зі спеціальної фізичної підготовки.

За результатами тестувань із загальної та спеціальної фізичної підготовки упродовж шести семестрів навчання виявлено позитивні статистично вірогідні ( $P < 0,05$ ) зміни рівня загальної фізичної підготовленості. Поряд із цим динаміка рівня спеціальної фізичної підготовленості протягом п'яти семестрів також має

статистично вірогідні ( $P < 0,05$ ) зміни. Але, незважаючи на такі зміни у рівні загальної та спеціальної фізичної підготовленості, варто наголосити на низькій ефективності професійно-прикладної фізичної підготовки та недостатньому обсязі годин з фізичної підготовки, оскільки упродовж жодного семестру (2-го, 3-го, 4-го, 5-го, 6-го) за винятком показника витривалості (бігу на 1000 м у 3-му і 4-му семестрах), не відбулося вірогідних змін за показниками фізичної підготовленості.

Таблиця 2

**Матриця t- критерію Стьюдента оцінки виконання тестових вправ із загальної та спеціальної фізичної підготовленості курсантів впродовж шести семестрів навчання**

Різниця між семестрами	Біг на 100 м	Човниковий біг 10x10м	Біг на 1000 м	Стрибок у довжину з місця	Комплексно-силова вправа	Підтягування на перекладині	Підйом по штурмовій драбині	Підйом по авто-драбині	Подолання смуги перешкод
t 1 i 2	0,29	0,09	0,22	1,09	0,40	0,29			
t 1 i 3	1,74	1,98	2,11	2,28	1,66	1,71			
t 1 i 4	3,36	1,96	4,14	3,30	3,29	2,02			
t 1 i 5	4,01	2,48	4,18	3,35	3,59	2,52			
t 1 i 6	6,40	3,91	5,70	4,78	4,77	3,26			
t 2 i 3	1,45	1,88	2,22	1,19	1,24	1,41	0,88	0,75	1,09
t 2 i 4	3,06	1,86	4,58	2,23	2,84	1,71	1,52	1,52	1,89
t 2 i 5	3,73	2,39	4,56	2,27	3,10	2,20	2,10	2,30	2,46
t 2 i 6	6,07	3,81	6,53	3,70	4,29	2,91	3,08	3,17	3,47
t 3 i 4	1,58	0,03	2,38	1,06	1,58	0,33	0,67	0,76	0,80
t 3 i 5	2,32	0,50	2,50	0,64	1,77	0,82	1,31	1,54	1,38
t 3 i 6	4,42	1,86	4,13	2,52	3,00	1,46	2,38	2,38	2,40
t 4 i 5	0,84	0,41	0,28	0,00	0,11	0,48	0,67	0,79	0,60
t 4 i 6	2,76	1,91	1,53	1,42	1,43	1,09	1,80	1,60	1,61
t 5 i 6	1,71	1,35	1,12	1,45	1,40	0,59	1,15	0,77	1,00

Примітка:  $t_{\text{табл}} = 2,06$  при  $P=0,05$ .

Аналіз показників коефіцієнтів варіації засвідчив помітне зниження числових показників у всіх вправах загальної та спеціальної фізичної підготовленості (за винятком бігу на 100 м, бігу по штурмовій драбині у вікно четвертого поверху та подолання 100 м з перешкодами для пожежних). Це свідчить про зростання однорідності вибірки.

Аналіз статистичних даних МНС України свідчить про те, що 74% пожежно-рятувальних робіт припадають на вечірній та нічний час, і лише 26% – на світлу частину доби. Також вказується, що під час 64% пожеж працівники підрозділів МНС України використовують апарати на стиснутому повітрі АСВ - 2. Це було підставою для проведення тестування за нормативами спеціальної фізичної підготовленості в умовах, що максимально наближені до реальних бойових умов виконання оперативно рятувальних завдань, а саме: у вечірній та нічний час, тобто в темну пору доби; у диму, який створювали за допомогою димових шашок ДШ-11 (тривалість димоутворення 12 хвилин), розставлених на



всій дистанції виконання тестів; з апаратом на стиснутому повітрі АСВ-2 (панорамна маска, колектор, редуктор, два балони вагою по 8 кілограмів).

Аналіз результатів виконання спеціальних тестових вправ в умовах, що наближені до реальних, свідчить про їх значне погіршення порівняно з результатами, отриманими у стандартних умовах, а саме: в умовах задимлення – у середньому на 134%; у вечірній та нічний час – у середньому на 150%; із використанням апарату АСВ-2 – у середньому на 156%.

Виконання оперативно-рятувальних завдань вимагає від працівників пожежно-рятувальної служби належного стану серцево-судинної системи. З огляду на це у дослідженні було здійснено оцінку стану серцево-судинної системи курсантів вищих навчальних закладів МНС України. Ми вперше виміряли частоту серцевих скорочень під час виконання пожежно-рятувального завдання в реальних умовах виконання бойового завдання та проаналізували його динаміку протягом усього завдання. Варто зауважити, що рівень цього показника у досліджуваних курсантів перевищував рекомендовані норми (Настанова по газодимозахисній службі від 02.12.1994 №657). Це дає підстави стверджувати, що під час виконання оперативно-рятувальних завдань працівникам, крім високого рівня фізичної підготовленості, необхідно мати високий рівень психічної та психофізичної підготовленості.

Аналіз основних керівних документів щодо нормативних вимог до рівня фізичної підготовленості курсантів вищих навчальних закладів МНС України показав відмінності у системі оцінювання та його регресивний характер. Так, у нормативі з підтягування зменшується максимальна вимога на 5 разів, а мінімальна – на 1 раз. Відповідно у бігу на 100 м збільшується максимальна вимога на 0,5 с, а мінімальна – на 0,2 с, у бігу на 1000 м збільшується максимальна вимога на 26 с, а мінімальна – на 25 с для осіб чоловічої статі.

Результати проведеного педагогічного спостереження підтверджують доцільність удосконалення рівня професійно-прикладної фізичної підготовленості шляхом збільшення питомої ваги засобів вузької спеціалізації, упровадження у навчально-тренувальний процес спеціальних засобів і методів навчання, які відтворюють зміст і структуру фахової діяльності.

У четвертому розділі **“Авторська програма ППФП курсантів вищих навчальних закладів МНС України та її експериментальне обґрунтування”** описано зміст експериментальної програми, яка містить засоби, форми та методики професійно-прикладної фізичної підготовки, як складової загальної та спеціальної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МНС України. Від чинних програм вона відрізняється збільшенням питомої ваги специфічних засобів розвитку професійно важливих якостей та навичок майбутніх працівників пожежно-рятувальної служби.

В авторській програмі із загальної фізичної підготовки кількість розділів залишилася незмінною. Визначено найбільш пріоритетні розділи: легка атлетика, гімнастика, загальна фізична підготовка, плавання, психологічна

підготовка, спортивні ігри. В авторській програмі у розділі „Легка атлетика” було змінено тематику двох навчальних занять із шести; нові заняття передбачали легкоатлетичні вправи з використанням пожежно-технічного обладнання і мали професійно-прикладне спрямування. Ці зміни склали 32% від загального часу, виділеного на вивчення цього розділу. У розділі „Гімнастика” змінено тематику двох занять із чотирьох запланованих. Ці заняття передбачали стрийові та акробатичні вправи, опорні стрибки через козла та коня, лазання по канату всіма способами; зміни склали 50%. Під час формування розділу „Загальна фізична підготовка” змінено тематику одного заняття, яке об’єднало вправи на розвиток уваги й оперативного мислення, рівноваги та вестибулярної стійкості; зміни склали 30%. У розділі „Спортивні ігри” додано одне заняття, яке складалося з елементів бадмінтону, настільного тенісу, шахів і шашок.

Удосконалення професійно-специфічних фізичних якостей та навичок відбувалося двома етапами.

На першому етапі курсанти виконували вправи спеціальної фізичної підготовки у звичайних умовах та у неповному бойовому одязі й спорядженні. Обсяг таких вправ становив близько 20% від загального часу.

Другий етап передбачав виконання нормативних вправ в умовах, максимально наближених до реальних, та був поділений на п’ять рівноцінних частин по 15-20% від загального часу кожна, котрі склалися з виконання таких завдань:

- виконання техніко-тактичних елементів нормативних вправ у повному бойовому спорядженні (каска захисна, куртка захисна, штани захисні, чоботи або черевики, пожежний пояс з карабіном, чохол з пожежною сокирою та краги);
- виконання техніко-тактичних елементів нормативних вправ у повному бойовому спорядженні та з апаратом на стиснутому повітрі АСВ-2 (панорамна маска, колектор, редуктор, два балони по 8 кілограмів кожен);
- виконання техніко-тактичних елементів нормативних вправ у повному бойовому спорядженні та з апаратом на стиснутому повітрі в умовах сильного задимлення (для цього використовували димові шашки ДШ-11; тривалість димоутворення 12 хв);
- виконання техніко-тактичних елементів нормативних вправ у повному бойовому спорядженні та з апаратом на стиснутому повітрі в умовах вечірнього та нічного часу;
- відпрацювання вправ зі спеціальної фізичної підготовки в повному бойовому спорядженні з апаратом АСВ-2 у тепло- та димокамерах, з вимірюванням частоти серцевих скорочень під час роботи.

Такі зміни у навчальних програмах загальної та спеціальної фізичної підготовки дозволили отримати нижчевикладені результати у рівні загальної (табл. 3) та спеціальної (табл. 4) фізичної підготовленості курсантів Львівського інституту пожежної безпеки МНС України.

Таблиця 3

**Показники загальної фізичної підготовленості курсантів контрольної та експериментальної груп до і після педагогічного експерименту**

Тестові вправи	Біг 1000 м(хв)		Підтягування (рази)		Комплексно-силова вправа (рази)		Стрибок у довж. з місця (см)		Біг 100 м (с)		Човниковий біг 10х10 м (с)	
	результат	оцінка	результат	оцінка	результат	оцінка	результат	оцінка	результат	оцінка	результат	оцінка
Контрольна група до експерименту (n = 26)												
X	3,23	4,75	13	4,71	60	4,83	223	2,96	13,6	4,29	26,9	4,54
Контрольна група після експерименту (n = 26)												
X	3,20	4,92	14	4,92	61	4,92	229	3,04	13,5	4,42	27,21	4,13
t до та після експерименту	1,13	1,62	1,12	1,55	0,75	0,90	1,76	0,46	0,76	0,49	1,06	1,68
Експериментальна група до експерименту (n = 22)												
X	3,22	4,86	13	4,59	61	4,86	225	3,18	13,5	4,36	27,3	4,18
Експериментальна група після експерименту (n = 22)												
X	3,19	4,95	14	4,86	62	4,91	241	4,14	13,12	4,86	26,51	4,77
t до та після експерименту	1,31	1,04	0,90	1,39	0,46	0,47	3,45	3,43	2,60	2,56	2,40	2,53

Примітка:  $t_{\text{табл.}} = 2,06$  при  $P=0,05$ .

Зміни середніх значень результатів виконання тестових контрольних вправ із загальної та спеціальної фізичної підготовки двох вибірок порівнювали за допомогою показника  $t$  – критерію Стьюдента.

Таблиця 4

**Показники спеціальної фізичної підготовленості курсантів контрольної та експериментальної груп до і після педагогічного експерименту**

Тестова вправа	Підйом по штурмовій драбині (с)		Підйом по автодрабині (с)		Подолання смуги перешкод (с)	
	результат	оцінка	результат	оцінка	результат	оцінка
Контрольна група до експерименту (n = 26)						
X	31	3,88	34	2,71	31	3,25
Контрольна група після експерименту (n = 26)						
X	29	4,25	31	2,96	30	3,58
t до та після експерименту	1,37	1,51	1,94	1,20	1,39	1,53
Експериментальна група до експерименту (n = 22)						
X	31	3,86	31	3,09	31	3,36
Експериментальна група після експерименту (n = 22)						
X	26,32	4,59	26,77	3,95	28,12	4,09
t до та після експерименту	3,12	2,47	3,27	3,89	2,62	2,51

Примітка:  $t_{\text{табл.}} = 2,06$  при  $P=0,05$ .



В експериментальній групі  $t$  - критерій Стьюдента (розр.)  $> t$  - критерій Стьюдента (табл. = 2,06 при  $P < 0,05$ ) є значущим у таких тестових вправах із загальної фізичної підготовки: стрибок у довжину з місця ( $t$  - критерій Стьюдента = 3,45), біг на 100 м ( $t$  - критерій Стьюдента = 2,60), човниковий біг 10x10 м ( $t$  - критерій Стьюдента = 2,40) і таких вправах зі спеціальної фізичної підготовки: підйом по штурмовій драбині ( $t$  - критерій Стьюдента = 3,12), підйом по автодрабині ( $t$  - критерій Стьюдента = 3,27), подолання 100 м смуги з перешкодами ( $t$  - критерій Стьюдента = 2,62).

На противагу цьому практично не виявлено статистично вірогідних зрушень у результатах виконання нормативів із загальної та спеціальної фізичної підготовки у контрольній групі.

Також проаналізовано зміни, які відбулися під час проведення педагогічного експерименту, а саме виконання тестових вправ в умовах збиваючих чинників (табл. 5).

Таблиця 5

**Показники спеціальної фізичної підготовленості курсантів в умовах, наближених до бойових, до і після педагогічного експерименту**

Тестова вправа	Підйом по штурмовій драбині в задимленні (с)		Підйом по штурмовій драбині вночі (с)		Підйом по штурмовій драбині з апаратом (с)	
	Результат	Оцінка	Результат	Оцінка	Результат	Оцінка
До експерименту						
X	36,95	2,00	38,83	2,00	37,18	2,20
Після експерименту						
X	32,02	3,80	33,03	3,40	31,74	3,60
$t$ до початку та після експерименту	9,88	10,76	9,42	12,78	10,64	9,90
До експерименту						
Тестова вправа	Підйом по автодрабині в задимленні (с)		Підйом по автодрабині вночі (с)		Підйом по автодрабині з апаратом (с)	
	Результат	Оцінка	Результат	Оцінка	Результат	Оцінка
X	32,67	2,20	34,01	2,40	41,73	2,00
Після експерименту						
X	29,20	3,40	28,82	3,40	33,14	2,40
$t$ до початку та після експерименту	7,48	8,49	6,15	6,45	12,94	3,65
До експерименту						
Тестова вправа	Подолання смуги перешкод у задимленні		Подолання смуги перешкод уночі (с)		Подолання смуги перешкод з апаратом	
	Результат	Оцінка	Результат	Оцінка	Результат	Оцінка
X	33,33	2,40	41,83	2,00	41,39	2,00
Після експерименту						
X	30,06	3,40	33,34	2,40	33,14	2,40
$t$ до початку та після експерименту	8,72	6,45	13,04	3,65	13,08	3,65

Примітка:  $t_{\text{табл.}} = 2,571$  при  $P=0,05$ .

Аналіз результатів виконання тестової вправи „підйом по штурмовій драбині у вікно четвертого поверху навчальної вежі” показав: час виконання

вправи в умовах задимлення покращився на 4,93 с ( $P < 0,05$ ); в умовах пічного часу – на 5,80 с ( $P < 0,05$ ); з використанням апарату АСВ-2 – на 5,44 с ( $P < 0,05$ ).

Аналіз виконання нормативу „підйом по автодрабині на висоту 20 м” показав покращення результату: в умовах задимлення – на 3,47 с ( $P < 0,05$ ); в умовах нічного часу – на 5,19 с ( $P < 0,05$ ); з використанням апарату на стиснутому повітрі АСВ-2 – на 8,59 с ( $P < 0,05$ ).

Результати виконання тестової вправи „подолання 100- метрової смуги з перешкодами для пожежних” покращилися: в умовах задимлення – на 3,27 с ( $P < 0,05$ ); в умовах нічного часу – на 8,49 с ( $P < 0,05$ ); з використанням апарату АСВ-2 – на 8,25 с ( $P < 0,05$ ).

У п'ятому розділі “Аналіз і узагальнення результатів дослідження” підведено підсумки дисертаційного дослідження та узагальнено його результати.

У роботі підтверджено результати попередніх досліджень стосовно недоліків фізичної підготовки у військових навчальних закладах, а саме: недостатня динаміка показників загальної фізичної підготовки; час виділений на заняття з фізичної підготовки, не дозволяє повною мірою вирішити питання розвитку специфічних фізичних якостей; чинна нормативна система із загальної фізичної підготовки не стимулює вдосконалення фізичних якостей (Шалепа О.Г., 2002; Піддубний О.Г., 2003, Бородін Ю., 2005; Ольховий О.М. 2005; Романчук С.М., 2006, Маракушин А.Г., 2006).

Доповнено відомості про роль і місце професійно-прикладної фізичної підготовки у фаховій підготовці курсантів вищих військових навчальних закладів України (Ковальчук А.М., 2001, Ярмошук О.О., 2003, Шалепа О.Г., 2003, Ішичкіна Л.М., 2005). Поглиблено знання про взаємозв'язки між показниками загальної та спеціальної фізичної підготовленості курсантів вищих навчальних закладів МНС України.

Абсолютно новим у дослідженні є аналіз рівня спеціальної фізичної підготовленості курсантів вищих навчальних закладів МНС України в умовах, що наближені до бойових, а також дослідження реакції серцево-судинної системи на виконання оперативно-рятувальних дій.

Уперше розроблено та експериментально перевірено програму професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МНС України, яка відрізняється звуженою спрямованістю засобів фізичного виховання на акцентований розвиток фізичних якостей, що лімітують ефективність професійної діяльності працівників пожежно-рятувальної служби.

## ВИСНОВКИ

1. З літературних джерел встановлено, що вдосконалення професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МНС України потребує використання нових підходів до виконання специфічних оперативно-рятувальних завдань, в основі яких є досягнення високого якісного результату. Проте не виявлено ґрунтовних праць, які б усебічно висвітлювали

проблеми професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МНС України, корекції та вдосконалення професійної майстерності. Проведений аналіз відповідей курсантів та фахівців дозволяє стверджувати, що, незважаючи на важливість високого рівня професійно-прикладної фізичної підготовленості курсантів вищих навчальних закладів МНС України (визнали 80% опитаних), значна частина з них (близько 50% опитаних) вважають, що рівень фізичної підготовленості є „недостатнім” або „швидше достатнім”.

2. Визначено, що результати виконання спеціальних тестових вправ в умовах, що наближені до реальних, значно нижчі за результати, отримані у стандартних умовах, а саме: в умовах задимлення – у середньому на 34%; у вечірній та нічний час – у середньому на 50%; із використанням апарату АСВ-2 – у середньому на 56%.

За результатами тестувань загальної та спеціальної фізичної підготовленості упродовж шести семестрів навчання виявлено позитивні статистично вірогідні ( $P < 0,05$ ) зміни рівня загальної та спеціальної фізичної підготовленості. Але упродовж жодного семестру (2-го, 3-го, 4-го, 5-го, 6-го), за винятком показника витривалості (бігу на 1000 м) у 3-му і 4-му семестрах, не відбулося вірогідних змін за жодним показником фізичної підготовленості. Проаналізувавши результати тестувань загальної фізичної підготовленості упродовж двох семестрів навчання (2-3-й, 3-4-й, 4-5-й, 5-6-й), варто зазначити статистично вірогідні ( $P < 0,05$ ) зміни у розвитку всіх фізичних якостей (за винятком спритності та силової витривалості), а у спеціальній фізичній підготовленості достовірно вірогідні зміни відбуваються лише упродовж трьох семестрів.

3. Результати нашого дослідження показали, що у курсантів Львівського інституту пожежної безпеки МНС України існують позитивні статистично вірогідні взаємозв'язки лише між деякими вправами загальної фізичної підготовки та вправами спеціальної професійно-прикладної фізичної підготовки.

Виявлено позитивний достовірний ( $r = 0,26$ ;  $P < 0,05$ ) взаємозв'язок результатів бігу на дистанцію 100 м із результатами човникового бігу 10 x 10 м. Результат бігу на дистанцію 1000 м, має статистично вірогідний зв'язок з результатами підтягування на перекладині ( $r = -0,24$ ;  $P < 0,05$ ) та стрибком у довжину з місця ( $r = -0,23$ ;  $P < 0,05$ ). Результат у стрибку з місця має достовірний статистичний зв'язок з результатами комплексно-силової вправи ( $r = 0,29$ ;  $P < 0,05$ ) та подоланням 100-метрової смуги з перешкодами ( $r = -0,26$ ;  $P < 0,05$ ). У показнику підтягування на перекладині виявлено позитивний статистично вірогідний взаємозв'язок з човниковим бігом 10 x 10 м ( $r = -0,24$ ;  $P < 0,05$ ),

Достатній ступінь позитивного статистичного взаємозв'язку виявлено між вправами професійно-прикладного напрямку, а саме: підйом по автодрабині на висоту 20 м з підйомом по штурмовій драбині у вікно 4-го поверху ( $r = 0,541$ ;  $P < 0,05$ ) та з подоланням 100-метрової смуги з перешкодами для пожежних ( $r = 0,580$ ;  $P < 0,05$ ). У зоні достатньої статистичної достовірності знаходиться



зв'язок підйому по штурмовій драбині у вікно 4-го поверху з подоланням 100-метрової смуги з перешкодами для пожежників ( $r = 0,538$ ;  $P < 0,05$ ). Такі дані свідчать про позитивний взаємовплив вправ професійно-прикладного характеру.

4. Розроблено авторську програму професійно-прикладної фізичної підготовки. Визначено пріоритетні розділи цієї програми: легка атлетика, гімнастика, загальна фізична підготовка, плавання, психологічна підготовка, спортивні ігри. Також ми запропонували схему вдосконалення професійно-прикладних навичок та специфічних фізичних якостей у процесі навчання на заняттях зі спеціальної фізичної підготовки. Сутність її полягала у виконанні нормативних вправ в умовах максимально наближених до бойових: у повному бойовому спорядженні (каска захисна, куртка захисна, штани захисні, чоботи або черевики, пожежний пояс із карабіном, чохол з пожежною сокирою та краги); з апаратом на стиснутому повітрі АСВ-2 (панорамна маска, колектор, редуктор, два балони по 8 кілограмів кожен); з апаратом на стиснутому повітрі в умовах сильного задимлення (для цього використовували димові шашки ДШ-11; тривалість димоутворення 12 хв); в умовах вечірнього та нічного часу; у повному бойовому спорядженні з апаратом АСВ-2 у тепло- та димокамерах, з вимірюванням частоти серцевих скорочень під час роботи.

Під впливом авторської програми професійно-прикладної фізичної підготовки відбулися позитивні зміни у рівні загальної та спеціальної фізичної підготовленості, а саме:

- покращилися показники рівня загальної фізичної підготовленості (біг на дистанцію 100 м ( $t_{\text{розр.}} = 3,08$ ); стрибок у довжину з місця ( $t_{\text{розр.}} = 3,81$ ); човниковий біг 10 x 10 м ( $t_{\text{розр.}} = 2,67$ ));

- покращилися показники спеціальної фізичної підготовленості, зокрема з бігу по штурмовій драбині у вікно четвертого поверху ( $t_{\text{розр.}} = 2,51$ ; бігу по автодрабині на висоту 20 м ( $t_{\text{розр.}} = 5,13$ ); подолання спеціальної 100 м смуги з перешкодами для пожежних ( $t_{\text{розр.}} = 2,63$ )).

Статистично вірогідно ( $P < 0,05$ ) покращилися показники виконання контрольних тестових вправ спеціальної фізичної підготовленості в ускладнених умовах, зокрема результати виконання вправи „підйом по штурмовій драбині у вікно 4-го поверху” в умовах задимлення; виконання вправи в нічний та вечірній час; виконання вправи з апаратом АСВ – 2. Також покращились результати виконання вправи „підйом по автодрабині на висоту 20 м” в умовах задимлення; виконання вправи в нічний та вечірній час; виконання вправи з апаратом АСВ-2. У виконанні вправи „подолання 100- метрової смуги з перешкодами для пожежних” покращилися показники: виконання вправи в задимленні; виконання вправи в нічний та вечірній час; виконання вправи з апаратом АСВ-2. Статистично вірогідні ( $P < 0,05$ ) зміни у результатах спеціальної фізичної підготовки в ускладнених умовах свідчать про правильність застосування в авторській програмі модельованих умов під час виконання вправ спеціальної фізичної підготовки.

Результати перевірки ефективності авторської програми вдосконалення ППФП курсантів вищих навчальних закладів МНС України з використанням умов, максимально наближених до реальних, а саме: тренування за контрольними вправами зі спеціальної фізичної підготовки в повному бойовому спорядженні, в умовах обмеженого споживання кисню, в умовах задимлення, в умовах вечірнього та нічного часу, в умовах стресової ситуації та комплексної дії всіх чинників одночасно, свідчать про доцільність застосування розроблених методичних прийомів, оскільки вони дозволили значно покращити результативність виконання контрольних тестових вправ із загальної та спеціальної фізичної підготовки.

#### СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

1. Антошків Ю.М. Професійно-прикладна фізична підготовка курсантів вищих навчальних закладів МНС України: Метод. посіб. – Л.: ЗУКЦ, 2006. – 70 с.
2. Ковальчук А.М., Зайдовий Ю.В., Антошків Ю.М. Техніка безпеки при проведенні занять з фізичної підготовки: Навч. посіб. – Л.: СПОЛОМ, 2005 – 117 с. (Внесок автора полягає у написанні 13 – 19-го розділів посібника).
3. Антошків Ю.М. Єдність організаційних засад професійної та фізичної підготовки пожежних осередків Львівщини // Молода спортивна наука України: Зб. наук. ст. з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2001. – Вип. 5. – Т. 1. – С. 200-202.
4. Антошків Ю.М. Особливості професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів пожежно-технічних навчальних закладів МНС України // Молода спортивна наука України: Зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту.-Л., 2002. - Вип.6. – Т. 1. – С. 141-142.
5. Антошків Ю.М. Оцінка ролі професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів-пожежників Міністерства надзвичайних ситуацій України за результатами анкетування // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. пр./ За ред. С.С. Єрмакова. – Х.; Л., 2003. - №24. – С. 14-18.
6. Антошків Ю., Петришин Ю. Взаємозв'язок рівня загальної та спеціальної фізичної підготовленості в системі професійно-прикладної фізичної підготовки перемінного складу вищих закладів освіти Міністерства надзвичайних ситуацій України // Молода спортивна наука України: Зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2004. – Вип. 8. – Т. 3. – С.6 – 10. (Внесок автора полягає у дослідженні рівня загальної та спеціальної фізичної підготовленості курсантів Львівського інституту пожежної безпеки МНС України, та опрацюванні цифрового матеріалу).
7. Антошків Ю.М. Динаміка рівня загальної та спеціальної фізичної підготовленості курсантів ЛПБ МНС України упродовж 6-ти семестрів навчання // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Наук. моногр. / За ред. С.С. Єрмакова.–Х., 2005. - №24. – С. 10-13.
8. Антошків Ю.М. Удосконалення професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів ВНЗ МНС України // Спортивна наука України: [Електрон. вид.] – 2006. – №6. – С. 22-29. – Режим доступу: <http://www.nbuv.gov.ua/journals>



9. Ковальчук А., Антошків Ю. Взаємозв'язок успішності курсантів ЛПБ МНС України з фізичної, пожежно-рятувальної та військової підготовки в системі фахової освіти // Удосконалення фізичного виховання та спеціальної фізичної підготовки курсантів ВНЗ МВС України: Матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. -Івано-Франківськ, 2005. – С. 122-127. (Внесок автора полягає у дослідженні успішності з фізичної, пожежно-рятувальної та спеціальної підготовки, опрацюванні цифрового матеріалу та формуванні висновків).
10. Антошків Ю.М., Ковальчук А.М. Динаміка рівня фізичної підготовленості курсантів Львівського інституту пожежної безпеки МНС України під впливом занять ігрового спрямування // Науковий потенціал України 2006: Матеріали Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. – К., 2006. – С. 69-70. (Внесок автора полягає у організації і проведенні педагогічного експерименту та математичному опрацюванні цифрового матеріалу).

#### АНОТАЦІЇ

**Антошків Ю.М. Вдосконалення професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МНС 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, Львівський державний університет фізичної культури, Львів, 2006.

Дисертацію присвячено проблемі професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів Міністерства з питань надзвичайних ситуацій України.

Об'єктом дослідження є професійно-прикладна фізична підготовка фахівців пожежно-рятувальної служби. Предмет дослідження — зміст, форми і методи професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МНС України.

Мета дослідження полягає у вдосконаленні змісту професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МНС України. Наукова новизна: уперше розроблено та експериментально перевірено програму професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МНС України, яка відрізняється звуженою спрямованістю засобів фізичного виховання на акцентований розвиток фізичних якостей, що лімітують ефективність професійної діяльності працівників пожежно-рятувальної служби; уперше визначено рівень спеціальної фізичної підготовленості курсантів вищих навчальних закладів МНС України в умовах, що наближені до бойових, а також досліджено реакцію серцево-судинної системи на виконання оперативно-рятувальних дій; поглиблено знання про взаємозв'язки між показниками загальної та спеціальної фізичної підготовленості курсантів вищих навчальних закладів МНС України; розширено відомості про роль і місце професійно-прикладної фізичної підготовки у фаховій підготовці курсантів вищих навчальних закладів МНС України; доповнено систему оцінювання успішності із загальної фізичної





підготовки курсантів упродовж навчання у вищих навчальних закладах МНС України.

**Ключові слова:** професійно-прикладна фізична підготовка, загальна та спеціальна фізична підготовленість, курсанти вищих навчальних закладів, Міністерство з питань надзвичайних ситуацій України, професійно важливі фізичні якості, професійні навички.

**Антошкив Ю.М. Усовершенствованне профессионально-прикладной физической подготовки курсантов высших учебных заведений МЧС Украины. — Рукопись.**

Диссертация на соискание ученой степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности 24.00.02 — физическая культура, физическое воспитание разных групп населения, Львовский государственный университет физической культуры, Львов, 2006.

Диссертация посвящена проблеме профессионально-прикладной физической подготовки курсантов высших учебных заведений Министерства чрезвычайных ситуаций Украины.

Объектом исследования является профессионально-прикладная физическая подготовка работников пожарно-спасательной службы. Предмет исследования – содержание, формы и методы профессионально-прикладной физической подготовки курсантов высших учебных заведений МЧС Украины.

Цель исследования – усовершенствование профессионально-прикладной физической подготовки курсантов высших учебных заведений МЧС Украины.

Материалы диссертационного исследования могут быть использованы в процессе теоретической и практической подготовки курсантов высших учебных заведений МЧС Украины; во время проведения курсов повышения квалификации специалистов по физическому воспитанию и спорту; в процессе преподавания теории и методики физического воспитания в высших учебных заведениях физкультурного профиля.

Научная новизна состоит в том, что впервые разработана и экспериментально проверена программа ППФП курсантов высших учебных заведений МЧС Украины, суть которой состоит в более узкой направленности средств физического воспитания на акцентированное развитие физических качеств, которые лимитируют эффективность профессиональной деятельности работников пожарно-спасательной службы; впервые определен уровень специальной физической подготовленности курсантов высших учебных заведений МЧС Украины в условиях, приближенных к боевым, а также исследована реакция сердечно-сосудистой системы на выполнение оперативно-спасательных действий; дополнены знания о взаимосвязи между показателями общей и специальной физической подготовленности курсантов высших учебных заведений МЧС Украины; уточнены и расширены данные о роли и месте профессионально-прикладной физической подготовке в профессиональной подготовке курсантов высших учебных заведений МЧС Украины; дополнены данные о системе оценивания успеваемости по общей физической подготовке курсантов на протяжении учебы в высших учебных заведениях МЧС Украины.

Нами разработана авторская программа профессионально-прикладной физической подготовке, в которой количество разделов общей физической подготовки осталось неизменным. Определены наиболее значимые разделы: легкая атлетика, гимнастика, общая физическая подготовка, плавание, психологическая подготовка, спортивные игры. Также нами предложена схема усовершенствования профессионально-прикладных навыков и специфических физических качеств в процессе учебы на занятиях по специальной физической подготовке. Курсанты выполняли нормативные упражнения в полном боевом снаряжении: с использованием аппарата со сжатым воздухом АСВ-2(вес 16 кг); в условиях вечернего и ночного времени; в условиях сильного задымления.

**Ключевые слова:** профессионально-прикладная физическая подготовка, общая и специальная физическая подготовленность, курсанты высших учебных заведений, Министерство чрезвычайных ситуаций Украины, профессионально важные физические качества, профессиональные навыки.

**Antoshkiv Y. M. The improving of cadets professional and physical training in higher educational institutions of the Ministry of the Extraordinary Situations of Ukraine. – Manuscript.**

Dissertation for obtaining degree of Candidate of Sciences in Physical Training and Sports in specialty 24.00.02 – Physical training of different population groups. – Lviv State University of Physical Culture, Lviv, 2006.

The dissertation is devoted to the problems of special professional and physical training in higher educational institutions of the Ministry of Extraordinary Situations of Ukraine.

The aim of the work is to elaborate and to check the quality of cadets' professional education by the way of improving their program of special physical training.

The object of the dissertation is the process of professional and physical training among the future specialist of fire-rescuing service.

The subject of the dissertation is the program of physical training in higher educational institutions of the Ministry of Extraordinary Situations of Ukraine.

The scientific novelty: it is elaborated and checked experimentally a new program of special professional and physical education in higher educational institutions of the MES. This program is remarkable because of more narrow specializing of methods of education. It is directed on the emphasized development of physical qualities that limit the quality of professional work among the representatives of fire-rescuing service. It was also exposed the cardio-vasulav system reaction while risqué working. The know ledge about relationship between the special physical training and general physical training, and the know ledge about role and place of physical education in the process of young specialists preparing for the Ministry have been broaden. New aspects to the evaluating system of general of physical education in the institutions of the MES are added.

**Key words:** professional and physical training, cadets of higher educational institutions of the Ministry of Extraordinary Situations of Ukraine, professionally important physical qualities, professional skills.