

Куртов Анатолій Ігоревич

кандидат технічних наук, доцент,

професор кафедри загальновійськових дисциплін

Військо-юридичний інститут

Національний юридичний університет імені Ярослава Мудрого, Україна

Іващенко Сергій Миколайович

старший викладач кафедри загальновійськових дисциплін

Військо-юридичний інститут

Національний юридичний університет імені Ярослава Мудрого, Україна

Місце та роль фізичної підготовки в процесі військового навчання та виховання військових юристів під час повсякденної діяльності.

Анотація. Досліджуються наукові підходи до військового навчання та виховання військових юристів з питань фізичної готовності, розглядається фізична підготовка для загального зміцнення здоров'я військових юристів, розвитку функціонального потенціалу та збільшення адаптаційних можливостей.

Ключові слова: Фізична підготовка, функціональна підготовленість, військово-прикладні навички, функціональне багатоборство, фізичні вправи, професійні компетентності.

Україна переживає важливі часи змін стандартів та потреб Збройних Сил України, вагому частину цього процесу займає підвищення рівня боєздатності української армії.

Разом з наближенням безпеко-оборонного сектору України до стандартів Північноатлантичного альянсу, підвищенням потреб матеріально-технічного оснащення – збільшуються також й вимоги до професійно-прикладної підготовки українських військових юристів.

Зокрема, велика увага приділяється рівню фізичної підготовленості та загальному стану здоров'я військових юристів.

Сутність удосконалення фізичної підготовки в цьому процесі полягає в оптимізації використання її засобів, методів і форм для забезпечення фізичної готовності військових юристів до ефективного виконання поставлених перед ними бойових завдань. Це обумовлено тим, що професійно-прикладна фізична підготовка військових юристів – є надважливим фактором та базисом якості виконання тактичних та оперативних завдань, оскільки діяльність військових у бойових умовах значною мірою обумовлена саме цим аспектом.

Сучасний бій характеризується наявністю високої маневреності, швидкістю розгортання різноманітних бойових дій, різкими змінами театру бойових операцій тощо.

В той же час, збільшення обсягу бойових завдань, їх інтенсифікація з одного боку, та скорочення часу на їх виконання з другого, вимагає постійного удосконалення системи фізичної підготовки військових юристів.

Все більше зростає роль фізичної та функціональної підготовленості на боєздатність військових юристів зокрема, та бойову готовність війська – загалом. Удосконалення та якісне впровадження у практику сучасних засобів та методів, сучасних видів спорту у процес фізичної підготовки військових юристів є актуальним завданням, вирішення якого можливе з урахуванням досвіду функціонування та реалізації процесу фізичної підготовки у провідних країнах світу; країнах Північноатлантичного Альянсу; успішного досвіду попередніх десятиріч, а також військових здобутків, що з'явилися у роки незалежності України. Загалом, фізична підготовка виступає як один з основних предметів бойової підготовки, важливою і невід'ємною частиною військового навчання і виховання особового складу Збройних Сил усіх світових країн. Основною умовою фізичної підготовки є забезпечення фізичної підготовленості військових юристів до діяльності в бойових умовах, до оволодіння сучасними видами збростехніки, ефективного використання, готовності до перенесення великих за обсягами фізичних навантажень,

нервово-психічних напружень в екстремальних ситуаціях, а також сприяти вирішенню навчально-виховних та бойових завдань.

Фізична підготовка, що проводиться систематично, допомагає інтенсифікувати процес бойового навчання. Потребує детального аналізу, опрацювання та реалізації сучасної світової практики щодо застосування нових видів спорту, що відповідають вимогам підготовки військових у провідних країнах світу.

Тенденція підвищення військово-прикладної спрямованості фізичної підготовки посилюється з кожним роком. В різних країнах існують свої стандарти, які залежать від конкретних умов цих країн, але рівень підготовки військовослужбовців повинен націлюватися та в більшості відповідати загальному стандарту НАТО, з метою ефективного виконання спільних бойових завдань. Основу фізичного виховання українських військовослужбовців регламентує Наказ Міністерства оборони України № 225 від 05.08.2021.

Разом з цим, як показують численні дослідження, вимоги до фізичної і психічної підготовленості в армії мають певні відмінності, від такої ж підготовленості у цивільних професіях. Відповідно вимоги до процесу як фізичної, так і психологічної підготовки у військових мають свою чітку специфіку. Обороздатність будь-якої країни базується на ефективній боєздатності й боєготовності її збройних сил, що залежать як від наявності сучасного озброєння та різноманітного військового спорядження й устаткування, так і від військово-професійного вишколу особового складу – воїнів різних військових спеціальностей. Фізична підготовка військових юристів займає одне з провідних місць в системі бойової підготовки особового складу ЗСУ.

Необхідність всебічної фізичної підготовки загальновідома та науково обґрунтована як численними військовими фахівцями, так і теоретиками спорту. Вона визначається рядом об'єктивних закономірностей розвитку та

удосконалення фізичних якостей людини в онтогенезі. Не менш важливе значення має й різносторонність оволодіння руховими уміннями та навичками.

Формування й удосконалення у військових юристів навичок використання бойової техніки та зброї проходить швидше й ефективніше, якщо в них вже є великий фундамент рухових дій, раніше відпрацьованих за допомогою засобів фізичної підготовки. Чимале значення має різностороння фізична підготовка для загального зміцнення здоров'я військовослужбовців, розвитку функціонального потенціалу та збільшення адаптаційних можливостей. Належна фізична підготовка є важливою складовою частиною, фундаментом професійно-прикладної підготовленості.

Останнім часом фахівці та військові теоретики звернули увагу на проблему індивідуального підходу в підборі засобів і методів спортивного тренування, які здійснюють професійно-прикладну фізичну підготовку військовослужбовців в цілому.

Водночас, у низці праць особливо наголошується, що основним стратегічним та методичним завданнями є чітко виражена спрямованість тренувального та навчального процесу на формування, розвиток і вдосконалення у військових навичок, пов'язаних з особливостями військових спеціальностей. Проте, спостерігається практична відсутність наукових робіт щодо конкретних рекомендацій з питання забезпечення організаційно-педагогічних умов методики професійно-прикладної фізичної підготовки військових юристів. Зазначене, своєю чергою, створює передумови для наукового пошуку у цьому напрямку та передбачає у перспективі діагностику індивідуальних особливостей військовослужбовців; необхідність диференційованого підходу до процесу фізичної підготовки загалом, та до здійснення моніторингу процесу професійно-прикладної фізичної підготовки зокрема; чітку взаємодію засобів та методів, спрямованих на підвищення рівня здоров'я, покращення самопочуття для ефективної готовності до бойових дій.

На сьогодні, спостерігається дефіцит розробок методологічної бази проведення занять, яка вимагає насамперед сучасного наукового обґрунтування

з урахуванням вищенаведеного комплексу умов. При цьому спостерігається неузгодженість єдиного підходу щодо раціональної системи організації процесу фізичної підготовки бійців, а також науково не обґрунтовані педагогічні технології комплексного застосування традиційних і нетрадиційних видів занять, які забезпечать якісну реалізацію означеного. Зважаючи на це, вважаємо, що особливої гостроти набувають питання узгодженості різних форм занять й об'єднання їх в одну цілісну педагогічну систему професійно-прикладної фізичної підготовки військових юристів Збройних Сил України загалом. А також вважаємо доцільним та актуальним впровадження засобів та методів сучасних видів спорту, у практику фізичної підготовки українських військових. Актуальність даної гіпотези підтверджується передовим досвідом тренування військових НАТО.

Найбільш ефективним засобом збільшення функціональних резервів організму, що максимально мобілізуються в екстремальних умовах військової діяльності, розвитку провідних фізичних якостей та форм їх прояву, можуть служити заняття відповідним професійно-прикладним видом спорту, організовані, у формі систематичного тренування й участі у змаганнях, наприклад функціональним багатоборством. У якості однієї з ефективних форм організації й інтенсифікації занять фізичною підготовкою є змагальний метод. Система занять при цьому має характер спеціалізованого спортивного тренування і регулярної участі в змаганнях, з регламентованими правилами.

Функціональне багатоборство - це сучасний вид спорту, в якому використовуються багатосуглобові, енергоємні рухи, які об'єднуються в безперервний комплекс вправ із застосуванням власної ваги, вільної ваги та певної циклічної роботи. В основі цього сучасного виду спорту є принцип функціональної варіативності і непередбачуваності виконуваних фізичних завдань, що як наслідок дає можливість змагальним шляхом виявити найбільш фізично підготовлених учасників та моделювати умови театру бойових дій.

Рівень розвитку фізичних якостей та специфічних форм їх прояву для даного виду спорту є лімітуючим. Виходячи з того, що в професійній

діяльності більшості військових професій зустрічаються ситуації, які вимагають максимальних проявів силових якостей, проте на фоні тривалого статичного напруження відбувається суттєве динамічне навантаження дрібних м'язових груп в рухах з малою амплітудою, одним з варіантом розвитку їх можуть служити як статичні, так й ізометричні вправи. Саме тому, у функціональному багатоборстві використовуються три види роботи по групах вправ, а саме: з вільним (регламентованим) навантаженням, з вагою власного тіла; циклічні навантаження.

В той же час, необхідно приділяти увагу й тому, що процес розвитку швидко-силових якостей повинен базуватися на особливостях їх прояву у бойових умовах, оскільки перенос швидкісних якостей відбувається лише в координаційно-суміжних рухових діях. Цей аспект є збережений у цьому виді спорту. Так, застосування широкого спектру засобів та методів функціонального багатоборства, сприятиме підвищенню рівня спеціальної фізичної та функціональної підготовленості, розвитку фізичних якостей та функціональних можливостей, покращенню просторового орієнтування, неспецифічної адаптації до різноманітних сильнодіючих подразників в екстремальних умовах ведення бойових дій, а також збереження здоров'я та життя військовослужбовців-десантників та як наслідок підвищення бойової ефективності військових юристів Збройних Сил України. З питанням змісту функціонального багатоборства тісно пов'язана проблема послідовності формування окремих прикладних умінь і навичок. Позитивний перенос вже надбаних навичок з подібною структурою рухових дій допомагає у формуванні нових вмінь та навичок. В протилежному випадку навчання набирає форму перенавчання і значно уповільнюється, відбувається процес дисоціації.

Список джерел:

1. Про затвердження Інструкції з фізичної підготовки в системі Міністерства оборони України : Наказ; Міноборони України від 05.08.2021

року № 225 // База даних «Законодавство України» / Верховна Рада України.
URL: <https://zakon.rada.gov.ua/go/z1289-21>.

2. Пронтенко В. В. Вплив засобів спеціальної фізичної підготовки на формування фізичної готовності майбутніх офіцерів до професійно-бойової діяльності // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова // Випуск 10 (141) 2021 URL: <https://spppc.com.ua/index.php/journal/article/download/573/561>.

3. Методичні рекомендації з планування та організації бою за стандартами НАТО (штаб бригади (батальйону) та їм рівних).

4. Куртов А.І. «Управління повсякденною діяльністю підрозділів». Харків: НЮА, 2015.

5. Куртов А.І. «Управління повсякденною діяльністю підрозділів: облік особового складу». Харків: НЮА, 2016.

6. Методичні рекомендації випускникам з питань організації повсякденної діяльності і дій під час виконання обов'язків в зоні АТО: навч. метод. посіб. / С. М. Мельник, К.А. Радченко, А. І. Куртов та ін. Х. : ХУПС, 2017.

7. Куртов А.І. «Управління повсякденною діяльністю підрозділів: робота юрисконсульта військової частини під час підготовки особового складу варті з урахуванням досвіду ООС». Х. : ХНУПС, 2021. – 73 с.

8. Фізичне виховання військових юристів з урахуванням досвіду АТО: навч. метод. посіб. / С. М. Мельник, К.А. Радченко, А. І. Куртов та ін. – Х. : ХУПС, 2018.

9. Куртов А.І. «Управління повсякденною діяльністю підрозділів: робота юрисконсульта військової частини під час підготовки особового складу варті з урахуванням досвіду ООС». Х. : ХНУПС, 2021. – 73 с.