**Овчарук Ігор Степанович. Система фізичної підготовки майбутніх фахівців з ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій : Дис... канд. наук: 24.00.02 – 2008**

|  |  |
| --- | --- |
|

|  |
| --- |
| **Овчарук І.С. Система фізичної підготовки майбутніх фахівців з ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій. –**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, 2008.Дослідження присвячено актуальній проблемі використання фізичного виховання у формуванні високого рівня фізичної і практичної військово-професійної підготовленості майбутніх фахівців з ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій упродовж їхнього навчання у вищих військових навчальних закладах. Об’єкт дослідження – фізичне виховання таких курсантів; предмет дослідження – їхня фізична підготовка як складова фізичного виховання у вищих військових навчальних закладах. Лонгітюдинальним дослідженням встановлено недоліки організаційно-методичного, програмно-нормативного забезпечення чинного фізичного виховання курсантів, що не сприяє досягненню поставленої мети. Дані педагогічного аналізу, констатувального експерименту, врахування положень проектування педагогічних систем дозволили розробити систему фізичної підготовки майбутніх фахівців з ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій за роками навчання, що містить: мету, принципи, конкретизовані завдання, зміст занять з фізичного виховання, заходи педагогічного контролю, спрямовані на досягнення всіма курсантами встановлених модельно-цільових характеристик фізичної і військово-професійної підготовленості, та педагогічні умови реалізації системи. Обґрунтовано раціональне співвідношення спрямованості й послідовності використання фізичних навантажень у різних формах занять, розроблено належні нормативні оцінки фізичної підготовленості курсантів за роками навчання. Експериментальна перевірка виявила значну перевагу розробленої системи над чинною. |

 |
|

|  |
| --- |
| 1. Аналіз літературних джерел виявив поодинокі роботи, спрямовані на вдосконалення змісту організаційно-методичних і програмно-нормативних основ фізичного виховання майбутніх фахівців з ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій на сучасному етапі їх підготовки у вищих військових навчальних закладах. Водночас, незважаючи на розширення функцій, збільшення завдань рятувальних підрозділів, реорганізацію їхніх управлінських структур, недостатньо конкретизовано завдання фізичного виховання курсантів цього фаху за роками навчання, його засоби, спрямованість, величини й оптимальне співвідношення фізичних навантажень. Відсутні контрольно-нормативні вимоги до фізичної підготовленості курсантів, що вимагає розробки системи фізичної підготовки та педагогічних умов її реалізації впродовж навчання у вищих військових навчальних закладах.2. Використання чинного змісту практичної військово-професійної підготовки, важливою складовою якої є фізична підготовка, забезпечує лише 25,0% випускників відмінний, 28,0% – добрий, 47,0% – задовільний рівень такої підготовленості.3. Курсанти-відмінники вірогідно (р<0,05) переважають своїх однокурсників- не відмінників за показниками динаміки фізичної підготовленості упродовж навчання на І – IV курсах ВВНЗ, що дозволяє розглядати показники перших як модельні для формування цільово-результативних параметрів фізичної підготовленості курсантів за роками навчання.4. Результати факторного аналізу показників фізичної підготовленості курсантів-відмінників та їхніх однокурсників-не відмінників упродовж кожного року навчання свідчили про їх зумовленість змінами різних показників і неоднаковим внеском цих змін у загальну дисперсію та дозволили встановити раціональне співвідношення розвивальних навантажень на заняттях з фізичного виховання: І курс – з усіх 49 занять на покращення загальної витривалості, швидкісно-силових якостей, гнучкості відвели відповідно 7, 14 і 13 занять; ІІ курс (57 занять) – силової статичної, загальної, швидкісної витривалості в складнокоординаційних рухових діях, гнучкості, силових якостей – 6, 8, 6, 7 і 7; ІІІ (50 занять) – швидкісної, статичної силової витривалості, досліджуваних координаційних здібностей, гнучкості, силових якостей – 7, 6, 6, 5 і 5; IV (40 занять) – статичної силової, швидкісної витривалості в складнокоординаційних рухових діях, силових, швидкісних якостей, координаційних здібностей в циклічних локомоціях – 5, 5, 4, 4 і 4. На інших заняттях слід розвивати фізичні якості, що на певному етапі навчання суттєво покращуються, але не виявляють позитивної кореляції з виокремленими факторним аналізом якостями: І курс – координаційні здібності, швидкісну й загальну витривалість, на які з урахуванням оптимальних параметрів навантажень для досягнення термінового тренувального ефекту доцільно планувати відповідно 6, 5 і 4 заняття; ІІ – загальну витривалість, швидкісну силу, координаційні здібності – відповідно 10, 5 і 8; ІІІ – загальну й швидкісну витривалість, силові якості – відповідно 8, 8 і 5; IV – загальну й швидкісну витривалість і гнучкість – відповідно 8, 5 і 5.5. На основі теорій адаптації й розвитку фізичних якостей та аналізу факторної структури фізичної підготовленості курсантів-відмінників розроблена система фізичної підготовки для вищих військових навчальних закладів Міністерства України з питань надзвичайних ситуацій та у справах захисту населення від наслідків Чорнобильської катастрофи з урахуванням специфіки професійної діяльності фахівців МНС та динаміки приросту фізичної підготовленості за роками навчання.6. Доведено, що досягнення визначених показників фізичної підготовленості (динамометрія правої кисті – 51-59 кг; лівої – 49-57 кг; станова динамометрія – 161-200 кг; вис на зігнутих руках – 48-68 с; біг 20 м з ходу – 2,6-2,4 с; метання набивного (1кг) м’яча сидячи – 5,15-7,6 м; 2,26-2,5 м; човниковий біг 3х10 м – 7,4-7,1 с; три перекиди вперед – 3,7-3,2 с; нахил уперед сидячи – 16-23 см; викрут мірної лінійки за спину – 90-80 см; біг 100 м – 13,7-13,2 с; загальна контрольна вправа на смузі перешкод – 2,09-1,50 хв, с; біг 3000 м – 11,39-10,10 хв, с) забезпечує курсантам достатній рівень військово-професійної підготовленості.7. Педагогічними умовами ефективної реалізації експериментальної системи є: неперервність процесу, забезпечена системним підходом до розподілу в тижневому навчальному циклі всіх форм занять; взаємозв’язок структури і змісту професійної діяльності та загальної і спеціальної фізичної підготовки; урахування закономірностей забезпечення термінового, кумулятивного та відставленого тренувального ефектів у процесі формування довготривалої адаптації; застосування розвивальних навантажень з урахуванням форми заняття та завдань розвитку відповідних фізичних якостей; формування мотивації курсантів до занять на основі вихідних даних та об’єктивного оцінювання їхніх досягнень, враховуючи й оцінюючи їхні вихідні, поточні, етапні, підсумкові досягнення як однієї з основ свідомої й активної участі кожного з них у вирішенні поставлених завдань.8. Використання експериментальної системи фізичної підготовки забезпечило суттєве покращення фізичної і практичної військово-професійної підготовленості порівняно з чинною системою, а саме: перша в експериментальній групі покращилася в середньому на 38,6%, а у контрольній групі – тільки на 23,2%, другу відповідно в 45,6 і 21,6% курсантів оцінили на «відмінно», у 54,4 і 78,4% - на «добре» (р<0,05), що свідчить про перевагу авторської програми фізичної підготовки над чинною.9. Порівняльний аналіз динаміки фізичної підготовленості в дослідних групах свідчить про схожу позитивну тенденцію змін її показників на кожному навчальному курсі. При цьому величини цих змін були більш виражені у курсантів експериментальної групи. Наприкінці навчання вони за 11 з 14 показників фізичної підготовленості мали вірогідно (р<0,05) вищі результати, ніж курсанти контрольної групи. Високий та вищий за середній рівні фізичної підготовленості продемонстрували 75,0% випускників експериментальної групи і лише 14,5% контрольної групи.Проведене дослідження не претендує на вичерпне розв’язання всіх аспектів піднятої проблеми. Напрям подальших досліджень убачаємо в удосконаленні запропонованої системи фізичної підготовки курсантів на основі диференційованого підходу з використанням різних критеріїв, а саме: типу соматичної конституції; визначення педагогічних умов підвищення зацікавленості курсантів до самостійних занять фізичними вправами. |

 |