**Антошків Юрій Михайлович. Вдосконалення професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МНС України : дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / Львівський держ. ун-т фізичної культури. — Л., 2006. — 261арк. : рис., табл. — Бібліогр.: арк. 164-187.**

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

|  |
| --- |
| **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. |

 |
|

|  |
| --- |
| 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 (Р<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 (Р<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; Р<0,05) взаємозв'язок результатів бігу на дистанцію 100 м із результатами човникового бігу 10 х 10 м. Результат бігу на дистанцію 1000 м, має статистично вірогідний зв’язок з результатами підтягування на перекладині (r = -0,24; Р<0,05) та стрибком у довжину з місця (r = -0,23; Р<0,05). Результат у стрибку з місця має достовірний статистичний зв'язок з результатами комплексно-силової вправи (r =0,29; Р<0,05) та подоланням 100-метрової смуги з перешкодами (r = - 0,26; Р<0,05). У показнику підтягування на перекладині виявивлено позитивний статистично вірогідний взаємозв’язок з човниковим бігом 10 х 10 м (r =-0,24; Р<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; Р< 0,05) та з подоланням 100-метрової смуги з перешкодами для пожежних (r =0,580; Р<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; Р<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 розр. = 3,08); стрибок у довжину з місця (t розр. = 3,81); човниковий біг 10 х 10 м (t розр. = 2,67));покращилися показники спеціальної фізичної підготовленості, зокрема з бігу по штурмовій драбині у вікно четвертого поверху (t розр. = 2,51; бігу по автодрабині на висоту 20 м (t розр. = 5,13); подолання спеціальної 100 м смуги з перешкодами для пожежних (t розр. = 2, 63).Статистично вірогідно (Р<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 задимлені; виконання вправи в нічний та вечірній час; виконання вправи з апаратом АСВ-2. Статистично вірогідні (Р<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. |

 |