

УДК 378.14-796.8

DOI <https://doi.org/10.32840/1992-5786.2020.73-2.23>

**О. А. Моргунов**

кандидат юридичних наук, доцент, заслужений тренер України,  
завідувач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки  
факультету № 2  
Харківського національного університету внутрішніх справ

**О. А. Ярещенко**

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,  
доцент кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки  
Харківського національного університету внутрішніх справ

**О. В. Лещінський**

старший викладач кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту  
Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного

**Н. О. Музика**

викладач кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту  
Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного

**І. В. Романів**

старший викладач кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту  
Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного

## **РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДНО-ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЇ ПЕРЕВІРКИ ЕФЕКТИВНОСТІ ЗМІСТОВО-ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ МОДЕЛІ РОЗВИТКУ ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ ЗАСОБАМИ СЛУЖБОВО-ПРИКЛАДНИХ ЄДИНОБОРСТВ**

*Забезпечення необхідного рівня тактичної та спеціальної фізичної підготовленості майбутніх офіцерів Збройних Сил України та Національної поліції України до виконання завдань за призначенням за умов професійної освіти є важливим практичним завданням, що забезпечить формування (підтримання) важливих професійних компетентностей. У свою чергу, службово-прикладним єдиноборствам відводиться провідна роль у процесі тактичної та спеціальної фізичної підготовки курсантів (слухачів, студентів) вищих військових навчальних закладів Збройних Сил України та закладів вищої освіти системи МВС України. Кожен вид контактних єдиноборств: кікбоксинг, бойове самбо, рукопашний бій, дзюдо передбачає усесторонній і гармонічний розвиток індивіда.*

*Головною метою дослідження є розроблення й апробація змістово-функціональної моделі розвитку швидкісно-силових якостей майбутніх офіцерів Збройних Сил України та Національної поліції України засобами бойового розділу боротьби самбо (бойового самбо).*

*Відповідно до результатів аналізу науково-методичної та спеціальної літератури (інтернет-ресурсів) членами науково-дослідної групи було розроблено й апробовано змістово-функціональну модель розвитку швидкісно-силових якостей майбутніх офіцерів Збройних Сил України (ЗСУ) та Національної поліції України (НПУ) засобами бойового розділу боротьби самбо. З метою апробації зазначеної педагогічної моделі в системі професійної освіти майбутніх офіцерів ЗСУ та НПУ проведено педагогічний експеримент, у якому взяли участь курсанти НАСВ ім. гетьмана Петра Сагайдачного (n=28 осіб) і курсанти факультету № 2 ХНУВС (n=24 осіб). До початку педагогічного експерименту майбутні офіцери ЗСУ та НПУ за рівнем розвитку швидкісно-силових якостей достовірно не відрізнялися ( $P \geq 0,05$ ).*

*Під час педагогічного експерименту досліджувані курсанти К<sub>г</sub> використовували традиційну методику розвитку й удосконалення тактичної та спеціальної фізичної підготовленості, передбачену відповідними навчальними планами, програмами та методичними рекомендаціями. У свою чергу, досліджувані майбутні офіцери Е<sub>г</sub> додатково використовували розроблену нами зазначену вище змістово-функціональну модель, що сприяло прискореному формуванню у них швидкісно-силових якостей (військово-прикладних навичок). Порівнюючи показники до та після використання запропонованої нами педагогічної моделі, ми встановили, що результати, отримані наприкінці педагогічного експе-*

рименту у досліджуваних групах, суттєво підвищилися порівняно із вихідними даними, і ці відмінності переважно достовірні ( $Eg, P \leq 0,05$ ).

**Ключові слова:** військовослужбовці, курсанти, майбутні офіцери, педагогічна модель, поліцейські, професійна (службова) підготовка, спеціальна фізична підготовка, технічні засоби навчання, швидкісно-силові якості.

**Постановка проблеми.** Наявний стан військової загрози з боку Росії, прогресуюча всесвітня пандемія Covid-19, нестабільна політична ситуація, підвищення злочинності в Україні та інші суспільні негаразди потребують високого рівня професійної підготовленості від представників силових структур і правоохоронних органів України. У свою чергу, прикладні професійні компетентності офіцерів Збройних Сил України та правоохоронних органів України є важливою сутнісною характеристикою, від якої залежить рівень спеціальної фізичної підготовленості особового складу, що забезпечує їхню готовність до виконання завдань за призначенням.

Варто також підкреслити, що службово-прикладним єдиноборствам відводиться провідна роль у процесі тактичної та спеціальної фізичної підготовки курсантів (слухачів, студентів) вищих військових навчальних закладів Збройних Сил України та закладів вищої освіти системи МВС України. Кожен вид контактних єдиноборств: кікбоксинг, бойове самбо, рукопашний бій, дзюдо передбачає усесторонній і гармонічний розвиток індивіда, оскільки для успішного виконання будь-якої техніко-тактичної дії необхідна не лише добра координація, але й швидкісно-силові якості, а також різні форми їх прояву. Безумовно, провідними фізичними якостями єдиноборців є саме швидкісно-силові якості, а витривалість необхідна для виконання технічних дій без втрати їх ефективності упродовж тривалого часу. Цікавим є і той факт, що під час систематичного застосування відповідних вправ із арсеналу підготовки єдиноборців також значним чином зміцнюються не лише м'язи опорно-рухового апарату, але й сухожилля, а також збільшується рухливість у суглобах.

Крім усестороннього фізичного розвитку, єдиноборства є засобом морально-вольового й естетичного виховання особистості. Використання під час практичних занять із тактичної та спеціальної фізичної підготовки військовослужбовців і правоохоронців спеціалізованих вправ з арсеналу службово-прикладних єдиноборств значним чином підвищує густоту та щільність заняття та загальний психологічний його фон. Здобувачі вищої освіти (військовослужбовці та правоохоронці інших категорій) активніше та вимогливіше проявляють себе під час виконання тренувальних завдань, усвідомлюючи практичну спрямованість відповідної рухової дії.

Виходячи із вище перелічених фактів, доцільним є висновок, що службово-прикладні єдино-

борства є потужним засобом у галузі спеціальної фізичної підготовки військовослужбовців різних силових структур і представників правоохоронних органів України. Зазначене вище підкреслює актуальність обраного напрямку наукової розвідки.

Дослідження виконано відповідно до планів науково-дослідної роботи та дослідно-конструкторських робіт кафедр: тактичної та спеціальної фізичної підготовки факультету № 2 Харківського національного університету внутрішніх справ і кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного, м. Львів (2019–2020 рр.).

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Моніторинг науково-методичної, спеціальної літератури та інтернет-ресурсів (перший етап дослідження, червень-липень 2019 р.) в обраному напрямі дозволив нам визначити ряд науковців: С.П. Бочарову, Н.Б. Вербина, І.С. Ковалю, Р.І. Любича, С.Т. Полторака, С.В. Романчука, А.В. Турчинова, В.А. Шемчука, А.М. Чуха, С.І. Шепеля та інших учених і практиків, які у своїх працях висвітлили основні складники всебічної підготовки майбутніх офіцерів силових структур і спеціальних служб України.

Під час подальшого аналізу спеціальної науково-методичної літератури нашу увагу привернули роботи С.О. Каплуна [1], М.Г. Саморока, В.В. Халепа, Н.Л. Височіної, О.В. Хацаюка, Р.О. Іванішина [2], І.А. Максимчук, В.Б. Климовича, О.А. Гаркавого [3], О.А. Моргунова, О.А. Яреценка [4], Л.В. Барановської, С.В. Глікмана, О.О. Дендеренка, І.С. Ковалю, Л.М. Романишина, В.О. Тюріної, С.М. Жембровського, у яких розкриваються актуальні питання формування професійних компетентностей у майбутніх офіцерів силових структур і спеціальних служб України в системі їхньої професійної освіти.

У свою чергу, цікавими є праці учених О.В. Хацаюка [5], Ю.К. Белошенка, О.А. Яреценка [6], О.А. Гаркавого, А.В. Стадніка, К.В. Ананченка [7], Д.Ю. Стеценка, Н.В. Борисенка, А.С. Пашуби, О.В. Кравченко [8], В.М. Афоніна, В.Б. Климовича, А.М. Одерова, Н.А. Орленка, Г.І. Сухоради, Ю.С. Фіногенова, О.А. Чернявського, у яких висвітлюються актуальні питання розвитку основних фізичних якостей і військово-прикладних навичок у майбутніх офіцерів Збройних Сил України та Національної поліції України, котрі забезпечують формування прикладних професійних компетентностей, необхідних для вико-

нання функціональних обов'язків відповідно до здобутого фаху.

Незважаючи на значну кількість робіт обраного нами напряму дослідження, проблематиці розроблення й апробації сучасних педагогічних моделей розвитку швидкісно-силових якостей майбутніх офіцерів Збройних Сил України та Національної поліції України засобами службово-прикладних єдиноборств (бойового самбо) нами не виявлено, що потребує подальших наукових розвідок.

**Мета статті.** Головною метою цієї роботи є розроблення й апробація змістово-функціональної моделі розвитку швидкісно-силових якостей майбутніх офіцерів Збройних Сил України та Національної поліції України засобами бойового розділу боротьби самбо (бойового самбо).

Для досягнення мети дослідження планувався вирішити такі завдання:

- провести моніторинг науково-методичної та спеціальної літератури (інтернет-ресурсів) у напрямі всебічної підготовки майбутніх офіцерів силових структур і спеціальних служб України;

- здійснити аналіз спеціальної науково-методичної літератури у напрямі формування професійних компетентностей у майбутніх офіцерів силових структур і спеціальних служб України в системі їх професійної освіти;

- провести аналіз спеціальної літератури у напрямі розвитку основних фізичних якостей і військово-прикладних навичок у майбутніх офіцерів Збройних Сил України та Національної поліції України, які забезпечують формування прикладних професійних компетентностей, необхідних для виконання функціональних обов'язків відповідно до здобутого фаху;

- розробити й апробувати змістово-функціональну модель розвитку швидкісно-силових якостей майбутніх офіцерів Збройних Сил України та Національної поліції України засобами бойового розділу боротьби самбо (основного службово-прикладного виду військовослужбовців і правоохоронців силових структур і спеціальних служб України).

**Виклад основного матеріалу.** З метою якісної організації дослідження було створено науково-дослідну групу, до складу якої увійшли провідні фахівці галузі фізичного виховання різних груп населення, а саме: О.А. Моргунов, О.А. Яреценко, О.В. Хацаюк, О.В. Лещинський, Н.О. Музика, І.В. Романів. Дослідження організовано в період 2019–2020 рр., на навчально-матеріальних базах кафедр: тактичної та спеціальної фізичної підготовки факультету № 2 Харківського національного університету внутрішніх справ (ХНУВС) та кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного, м. Львів (НАСВ ім. гетьмана П. Сагайдачного).

Відповідно до результатів аналізу науково-методичної та спеціальної літератури (інтернет-ресурсів) членами науково-дослідної групи (другий етап дослідження, серпень 2019 р. – жовтень 2020 р.) було розроблено й апробовано змістово-функціональну модель розвитку швидкісно-силових якостей майбутніх офіцерів Збройних Сил України (ЗСУ) та Національної поліції України (НПУ) засобами бойового розділу боротьби самбо (рис. 1).

З метою апробації зазначеної педагогічної моделі в системі професійної освіти майбутніх офіцерів ЗСУ та НПУ проведено педагогічний експеримент, у якому взяли участь курсанти факультету «Бойового застосування військ» НАСВ ім. гетьмана П. Сагайдачного (n=28 осіб) і курсанти факультету № 2 ХНУВС (n=24 осіб). Варто також зауважити, що усі курсанти та члени науково-дослідної групи дали згоду на участь у педагогічному експерименті, що засвідчено відповідним актом. Педагогічний експеримент організовано з урахуванням загальноприйнятих світових етичних норм, яких слід дотримуватися ученим під час проведення різних наукових досліджень.

Досліджуваних курсантів було розподілено на контрольну (Кг, НАСВ ім. гетьмана П. Сагайдачного, n=14 осіб; ХНУВС, n=12 осіб) та експериментальну групи (Ег, НАСВ ім. гетьмана П. Сагайдачного, n=14 осіб; ХНУВС, n=12 осіб), вік досліджуваних – 19–22 роки. До початку педагогічного експерименту майбутні офіцери ЗСУ та НПУ за рівнем розвитку швидкісно-силових якостей достовірно не відрізнялися ( $P > 0,05$ ).

Під час педагогічного експерименту досліджувані курсанти Кг використовували традиційну методику розвитку й удосконалення тактичної та спеціальної фізичної підготовленості, передбачену відповідними навчальними планами, програмами та методичними рекомендаціями. У свою чергу, досліджувані майбутні офіцери Ег додатково використовували розроблену нами зазначену вище (рис. 1) змістово-функціональну модель, що сприяло прискореному формуванню у них швидкісно-силових якостей (військово-прикладних навичок).

Розроблена нами змістово-функціональна модель використовувалася тричі на тиждень упродовж зазначеного періоду педагогічного експерименту (під час практичних занять із дисциплін, закріплених за кафедрами зазначених спеціалізованих закладів вищої освіти, а також під час спортивно-масової роботи). Особливість методики організації практичних занять у системі тактичної та спеціальної фізичної підготовки досліджуваних курсантів Ег полягала у використанні в підготовчій і заключній частинах занять комплексів спеціально-підготовчих вправ із технічного арсеналу бойового розділу боротьби самбо. Практичне впрова-



Рис. 1. Змістово-функціональна модель розвитку швидкісно-силових якостей майбутніх офіцерів ЗСУ та НПУ засобами бойового розділу боротьби самбо в системі тактичної та спеціальної фізичної підготовки

дження зазначеної педагогічної моделі включало у зміст тренувальних завдань роботу з повним чи помірним опором партнера (умовного супротивника), виконання звичних вправ із гантелями, набивними м'ячами, гумовими амортизаторами та ін., технічними засобами навчання, чергування стрибкових комплексів вправ, спрямованих на розвиток вибухової сили.

Рівень розвитку швидкісно-силових якостей досліджуваних курсантів оцінювався за такими контрольними нормативами: підтягування на перекладині з положення вису за 10 с (кількість разів), згинання-розгинання рук в упорі лежачи за 30 с (кількість разів), стрибок у довжину з місця (см), біг на 30 м (с), кидки борцівського манекена за 30 с (разів). Порівнюючи показники до та після

Таблиця 1

## Показники спеціальної фізичної підготовленості досліджуваних курсантів Кг та Ег до та наприкінці педагогічного експерименту

№ з/п	Тестові завдання	Кг (n=26 осіб)	Ег (n=26 осіб)	Достовірність відмінностей	
		$X_1 \pm \sigma_1$	$X_2 \pm \sigma_2$	t	P
1.	<b>Підтягування на перекладині (раз.)</b>				
	до експерименту	9,81±1,72	9,6±2,02	0,28	≥0,05
	наприкінці експерименту	10,3±2,01	12,2±2,02	2,32	≤0,05
2.	<b>Згинання-розгинання рук в упорі лежачи (раз.)</b>				
	до експерименту	28,1±3,44	26,5±4,91	0,88	≥0,05
	наприкінці експерименту	29,2±2,9	30,7±3,19	0,99	≤0,05
3.	<b>Стрибок у довжину з місця (см)</b>				
	до експерименту	210,5±13,9	218,1±15,56	1,24	≤0,05
	наприкінці експерименту	218,3±11,4	231,2±9,8	3,71	≤0,01
4.	<b>Біг на 30 м (сек)</b>				
	до експерименту	4,6±0,15	4,7±0,16	1,45	≥0,05
	наприкінці експерименту	4,5±0,14	4,3±0,15	3,31	≤0,01
5.	<b>Кидки борцівського манекена 30 сек (раз.)</b>				
	до експерименту	21±3	20±3	0,01	≥0,01
	наприкінці експерименту	24±2	27±1	0,85	≤0,05

використання запропонованої нами педагогічної моделі, ми встановили, що результати (рис. 2), отримані наприкінці педагогічного експерименту у досліджуваних групах, суттєво підвищилися порівняно з вихідними даними, і ці відмінності переважно достовірні (Ег,  $P < 0,05$ ).

**Висновки і пропозиції.** Розроблено й апробовано змістово-функціональну модель розвитку швидкісно-силових якостей майбутніх офіцерів ЗСУ та НПУ засобами бойового розділу боротьби самбо в системі тактичної та спеціальної фізичної підготовки. Результати, отримані наприкінці педагогічного експерименту, а також показники рівня швидкісно-силових якостей майбутніх офіцерів ЗСУ та НПУ (досліджуваних Ег) свідчать про ефективність розробленої нами педагогічної моделі, яка забезпечує формування необхідних прикладних професійних компетентностей, необхідних для виконання завдань за призначенням на первинних офіцерських посадах.

Основними компонентами змісту розробленої членами науково-дослідної групи змістово-функціональної моделі є технічний арсенал бойового розділу боротьби самбо, а також спеціалізовані функціональні комплекси та фізичні вправи, які виконуються з дотриманням вимог попередження травматизму. Крім цього, під час підбору тренувальних завдань необхідно дотримуватися таких вимог: спеціальні фізичні вправи (тактичні прийоми) та функціональні комплекси повинні відображати специфічну (прикладну) спрямованість майбутніх офіцерів; засоби фізичної підготовки курсантів повинні бути інтегрованими у загальну структуру тренувального процесу (та не повинні суперечити формуванню інших навичок і якостей курсантів); тестові завдання повинні викликати

позитивні емоції та зацікавленість до їх практичного виконання курсантами, а також адекватно поєднуватися із традиційними фізичними вправами та використовуватися як додаткові засоби (фактори), що сприяють розширенню рухового потенціалу майбутніх офіцерів.

Отже, мету дослідження досягнуто, а завдання дослідження виконані. Результати впроваджені у систему спеціальної фізичної підготовки курсантів ХНУВС і НАСВ ім. гетьмана Петра Сагайдачного. Перспективи подальших досліджень у зазначеному напрямі передбачають удосконалення методичних знань і практичної підготовленості в організації майбутніми офіцерами зазначених вище силових структур попутного фізичного тренування за різних умов навчально- та службово-бойової діяльності.

**Список використаної літератури:**

- Каплун С.О. Складові професійної компетентності випускників військового інституту внутрішніх військ МВС України – майбутніх офіцерів служб тилу. *Професіоналізм педагога (Європейський вибір України)*. № 1. Т. 1. 2005. С. 93–97.
- Саморок М.Г., Халеп В.В., Височіна Н.Л., Хацаюк О.В., Іванішин Р.О. Формування професійних компетентностей у правоохоронців МВС України підрозділів спеціального призначення до дій в гірській умовах. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. № 72. Т. 2. 2020. С. 180–198.
- Максимчук І.А., Климович В.Б., Хацаюк О.В., Гаркавий О.А. Формування військово-прикладних навичок стрільби з вогнепальної зброї у

- майбутніх офіцерів НГУ на етапі початкової професійної підготовки. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. № 65. Т. 2. 2019. С. 78–84.
4. Моргунов О.А., Ярещенко О.А., Хацаюк О.В. Удосконалення прикладних навичок практичної стрільби в системі професійної освіти Національної поліції України. *Честь і закон*. № 1. 2016. С. 49–56.
  5. Хацаюк О.В. Спеціальна фізична підготовка військовослужбовців внутрішніх військ МВС України : навчальний посібник. АБВ МВС України. Харків, 2011. 180 с.
  6. Моргунов О.А., Ярещенко О.А., Хацаюк О.В., Белошенко Ю.К. Розробка техніки рукопашного бою правоохоронців МВС України в системі спеціальної фізичної підготовки. *Честь і закон*. № 4 (67). 2018. С. 67–74.
  7. Хацаюк О.В., Гаркавий О.А., Стадник А.В., Ананченко К.В. Організація фізичної підготовки у навчальних закладах НГУ : навчальний посібник. НАНГУ. Харків, 2018. 260 с.
  8. Хацаюк О.В., Стеценко Д.Ю., Борисенко Н.В., Пашуба А.С., Кравченко О.В. Формування методичних навичок і практичних умінь в проведенні форм фізичної підготовки майбутніми офіцерами Національної гвардії України. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. № 67. Т. 2. 2019. С. 179–190.

**Morhunov O., Yareshchenko O., Leshchinskyi O., Muzyka N., Romaniv I. The Results of Experimental verification of the effectiveness of the Content-functional Model of the development of speed and strength qualities of Future Officers by means of Service-applied Martial Arts**

*Ensuring the necessary level of Tactical and Special Physical readiness of Future Officers of the Armed Forces of Ukraine and the National Police of Ukraine to perform assigned tasks in vocational education is an important practical task that will ensure the formation (maintenance) of important Professional Competencies. In turn, Service-applied Martial Arts play a leading role in the process of Tactical and Special Physical Training of cadets (students) of higher Military Educational Institutions of the Armed Forces of Ukraine and higher Education Institutions of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine. Each type of contact Martial Arts: kickboxing, combat sambo, hand-to-hand combat, judo (etc.), involves a comprehensive and harmonious development of the individual.*

*The main Purpose of the study is to develop and test the Content-Functional Model of the development of speed and strength qualities of Future Officers of the Armed Forces of Ukraine and the National Police of Ukraine by means of combat sambo. In accordance with the results of the analysis of Scientific-Methodical and Special literature (Internet resources), members of the research group developed and tested the Content-Functional model of development of speed and power qualities of Future Officers of the Armed Forces of Ukraine (AFU) and the National Police of Ukraine (NPU) by means of Combat Sambo. In order to test this Pedagogical Model in the System of Professional Education of Future Officers of the AFU and the NPU, a Pedagogical Experiment was conducted, in which cadets of the National Academy of Land Forces named after Hetman Petro Sagaidachny (n=28 people) and cadets of the faculty № 2 of the Kharkiv National University of Internal Affairs (n=24 people). Prior to the beginning of the Pedagogical experiment, the Future Officers of the AFU and the NPU did not differ significantly in the level of development of speed and power qualities ( $P \geq 0,05$ ).*

*During the Pedagogical Experiment, the studied cadets Kg used the traditional method of development and improvement of Tactical and Special Physical readiness, which is provided by the relevant curricula, programs and guidelines. In turn, the studied Future Eg Officers additionally used the above-mentioned Content-Functional model, which contributed to the accelerated formation of their speed and strength qualities (Military-Applied skills). Comparing the indicators before and after using our proposed Pedagogical Model, it was found that the results obtained at the end of the Pedagogical Experiment in the studied groups significantly increased compared to the initial data and these differences are mostly significant (Eg,  $P \leq 0,05$ ).*

**Key words:** *servicemen, cadets, future officers, pedagogical model, police officers, professional (service) training, special physical training, technical means of training, speed and strength qualities.*