

ВПЛИВ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПОЖЕЖНО-РЯТУВАЛЬНИХ ПІДРОЗДІЛІВ НА ВІЙСЬКОВО- ПРОФЕСІЙНУ ДІЯЛЬНІСТЬ

Володимир ЛАПШИН¹,

аспірант,

<https://orcid.org/0009-0007-8671-0052>,

brodyinsp@gmail.com

Сергій РОМАНЧУК¹,

доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор

<https://orcid.org/0000-0002-2246-6587>,

romanchukserg13@gmail.com

¹Національна академія сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного

Анотація. Метою дослідження є визначення суб'єктивної думки військовослужбовців пожежно-рятувальних підрозділів щодо ефективності чинної системи фізичної підготовки та можливих шляхів її вдосконалення для підтримання високого рівня фізичного розвитку та психічного стану, здоров'я та ефективності військово-професійної діяльності під час виконання службових обов'язків. Проведено опитування військовослужбовців, які виконували завдання ліквідації пожеж та їхніх наслідків у різних умовах. У дослідженні взяли участь військовослужбовці військової служби за контрактом (чоловіки) (n = 112). Опитування виконувалося методом анкетування. Проведене дослідження дало змогу визначити, що більшість військовослужбовців до участі в ліквідації пожеж були відмінно та добре фізично підготовленими (95,5%) та вважали себе абсолютно здоровими (96,4%). Однак після виконання пожежень-рятувальних завдань у 64,3% військовослужбовців стан здоров'я погіршився. Крім того, результати дослідження підтверджують недостатню ефективність чинної програми фізичної підготовки військовослужбовців пожежно-рятувальних підрозділів у частинах безпосередньої підготовки щодо прискорення процесу адаптації до нових умов служби, зміцнення здоров'я, формування професійно важливих психічних якостей. Під час визначення фізичних якостей, які необхідно більше вдосконалювати на заняттях з фізичної підготовки для підвищення ефективності військово-професійної діяльності у різних умовах, встановлено, що в ході виконання пожежно-рятувальних завдань на арсеналах та складах зберігання боєприпасів має значення розвиток загальної витривалості, силових якостей, спеціальної витривалості, спритності, гнучкості та координаційних здібностей; на складах зберігання паливно-мастильних матеріалів – загальна витривалість, спеціальна витривалість, силові якості та швидкість; на військових аеродромах – силові якості, статична витривалість, спритність та швидкісні якості. Більшість рятувальників (83,1%) вважає, що зміст фізичної підготовки у частинах безпосередньої підготовки повинен різнитись залежно від умов їхньої майбутньої військово-професійної діяльності.

Ключові слова: пожежно-рятувальні завдання, анкетування, фізичні якості, фізична підготовка, ефективність.

THE IMPACT OF PHYSICAL TRAINING OF FIRE AND RESCUE UNIT SERVICE MEMBERS ON MILITARY-PROFESSIONAL ACTIVITY

Volodymyr LAPSHYN¹,

Postgraduate Student,

<https://orcid.org/0009-0007-8671-0052>,

brodyinsp@gmail.com

Serhii ROMANCHUK¹,

Doctor of Sciences in Physical Education and Sport, Professor,

<https://orcid.org/0000-0002-2246-6587>,

romanchukserg13@gmail.com

¹*Hetman Petro Sahaidachnyi National Army Academy*

Abstract. The purpose of the study is to determine the subjective opinions of fire and rescue unit service members regarding the effectiveness of the current system of physical training and possible ways to improve it in order to maintain a high level of physical development, psychological well-being, health, and efficiency in military-professional activity while performing their duties. A survey was conducted among service members who had participated in firefighting and fire consequence elimination tasks in various conditions. The study involved contract-based male service members ($n = 112$). Data were collected using a questionnaire method. The research showed that before participating in firefighting operations, most service members were in excellent or good physical condition (95.5%) and considered themselves completely healthy (96.4%). However, after carrying out fire and rescue tasks, 64.3% of them reported a deterioration in their health status. Furthermore, the findings confirm the insufficient effectiveness of the current physical training program for fire and rescue unit service members, particularly in terms of accelerating adaptation to new service conditions, improving health, and developing professionally important psychological qualities. When identifying the physical qualities that should be prioritized in physical training sessions to enhance the efficiency of military-professional activity under different conditions, it was found that:

- during fire and rescue operations at arsenals and ammunition storage facilities, the development of general endurance, strength, special endurance, agility, flexibility, and coordination abilities is essential;

- at fuel and lubricant storage facilities – general endurance, special endurance, strength, and speed;

- at military airfields – strength, static endurance, agility, and speed qualities.

Most rescuers (83.1%) believe that the content of physical training during direct preparation should differ depending on the conditions of their future military-professional activities.

Key words: fire and rescue tasks, questionnaire survey, physical qualities, physical training, effectiveness.

Постановка проблеми. У зв'язку зі збільшенням ракетно-дронових атак на військові об'єкти виникло питання підготовки підрозділів та окремих військовослужбовців до участі в ліквідації їхніх наслідків. Залучення військовослужбовців та підрозділів, які не пройшли належного відбору, теоретичної та практичної підготовки, не тільки загрожує успіху ліквідації наслідків, але й викликає ризик, небезпеку для життя самих рятувальників. Якщо військовослужбовець не підготовлений, то його роботу змушені виконувати інші. Проблема окремого військовослужбовця може стати проблемою підрозділу [5].

Військові рятувальники нерідко залучаються до виконання або забезпечення складних за своїм характером військових і цивільних

функцій, що мають велике значення для ліквідації і початку відновлення та організаційного будівництва в спустошених війною об'єктів. З часом до виконання функцій військових фахівців приєднуються службовці ДСНС, але наявність підготовленого підрозділу є необхідною складовою частиною і запорукою успіху будь-якої операції.

Система професійної підготовки військовослужбовців пожежно-рятувальних підрозділів Збройних сил України має бути динамічною та постійно удосконалюватися [1; 3; 4]. Одним з найважливіших напрямів розвитку є розроблення спеціальних методів і засобів, які відповідають вимогам сучасної концепції щодо розвитку способів озброєної боротьби, де уміння успішно долати несподівано виникаючі перешкоди чи

несприятливі умови оточуючого середовища лежить в основі високого професіоналізму військовослужбовців.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Фізична підготовка – це педагогічний процес фізичного вдосконалення загальних та спеціальних фізичних якостей, формування військово-прикладних навичок та вмінь, виховання психологічних якостей задля забезпечення фізичної та психологічної готовності військовослужбовців до навчально-бойової діяльності виконання функціональних обов'язків [1; 4].

Фізична підготовка включена до навчальних дисциплін системи індивідуальної (бойової) підготовки військовослужбовців ЗСУ та є важливим показником їхньої готовності до військово-професійної діяльності [2; 3; 7].

Удосконаленню фізичної підготовки військовослужбовців ЗСУ з різними характеристиками військово-професійної діяльності присвячено низку наукових робіт [5; 6], проте наразі недостатньо вивчене питання вдосконалення фізичної підготовки військовослужбовців пожежно-рятувальних підрозділів задля прискорення процесів адаптації до умов служби, підтримання високого рівня їхнього фізичного розвитку та психічного стану, здоров'я та ефективності виконання професійних завдань [1; 3]. Саме тому аналіз ефективності чинної системи фізичної підготовки військовослужбовців та впливу занять фізичною підготовкою на фізичний розвиток і психічний стан військовослужбовців пожежно-рятувальних підрозділів є актуальним.

Метою дослідження є визначення суб'єктивної думки військовослужбовців пожежно-рятувальних підрозділів щодо ефективності чинної системи фізичної підготовки та можливих шляхів її вдосконалення для підтримання високого рівня фізичного розвитку та психічного стану, здоров'я та ефективності військово-професійної діяльності під час виконання службових обов'язків.

Методи дослідження. У дослідженні було використано такі методи: теоретичні (аналіз та узагальнення літературних джерел) – для розкриття сутності проблеми та визначення шляхів її розв'язання; соціологічні (опитування) – для проведення анкетування військовослужбовців пожежно-рятувальних підрозділів щодо ефективності чинної системи фізичної підготовки та можливих шляхів її вдосконалення; методи математичної статистики – для опрацювання отриманих емпіричних даних дослідження.

Нами було проведено опитування військовослужбовців, які виконували завдання ліквідації пожеж та їхніх наслідків у різних умовах. У дослідженні взяли участь військовослужбовці військової служби за контрактом (чоловіки) ($n = 112$). Опитування виконувалося методом анкетування. Розроблений нами опитувальник містив 10 запитань.

Виклад основного матеріалу. Аналіз проведеного опитування показав, що військово-професійна діяльність військовослужбовців пожежно-рятувальних підрозділів переважно відбувалась на таких об'єктах: арсенали та склади зберігання боєприпасів – 33,1% (37 осіб); склади зберігання паливно-мастильних матеріалів – 31,2% (35 осіб); військові аеродроми – 23,2% (26 осіб). 12,5% (14 осіб) зазначили власну відповідь.

Встановлено, що 95,5% опитаних військовослужбовців пожежно-рятувальних підрозділів вважають свій рівень фізичної підготовленості на момент виконання завдань достатнім, 4,5% дали власну відповідь. При цьому жоден військовослужбовець не зазначив, що був фізично не готовий до виконання завдань. Під час відповіді на запитання «Яку оцінку з фізичної підготовки ви маєте?» 61,4% респондентів відзначив відмінну оцінку; 34,1% – добру, лише 4,5% – задовільну. Жоден не був оцінений з фізичної підготовки незадовільно.

За станом здоров'я 108 (96,4%) військовослужбовців вважали себе абсолютно готовими до виконання пожежно-рятувальних завдань, 2 військовослужбовці (1,8%) – готовими, але не абсолютно, ще 2 (1,8%) дали власну відповідь.

Аналіз стану здоров'я військовослужбовців пожежно-рятувальних підрозділів після виконання завдань показав, що більшості (64,3%) відбулось погіршення, у 16,9% – не змінився. 12,5% військовослужбовців не можуть оцінити стан власного здоров'я, 6,3% вважає, що їхнє здоров'я покращилось.

Характеризуючи симптоми погіршення стану здоров'я, 74,1% респондентів зазначили загальне погіршення самопочуття, 69,9% – зниження маси тіла, 51,7% – головний біль, у 27,7% траплялись нудота (блювота), у 15,7% – запаморочення; 26,8% відзначили швидку втомлюваність, 10,7% дали власну відповідь (рис. 1).

Аналіз симптомів погіршення стану здоров'я з урахуванням умов виконання пожежно-рятувальних завдань показав, що найбільш вираженими у військовослужбовців, які виконували

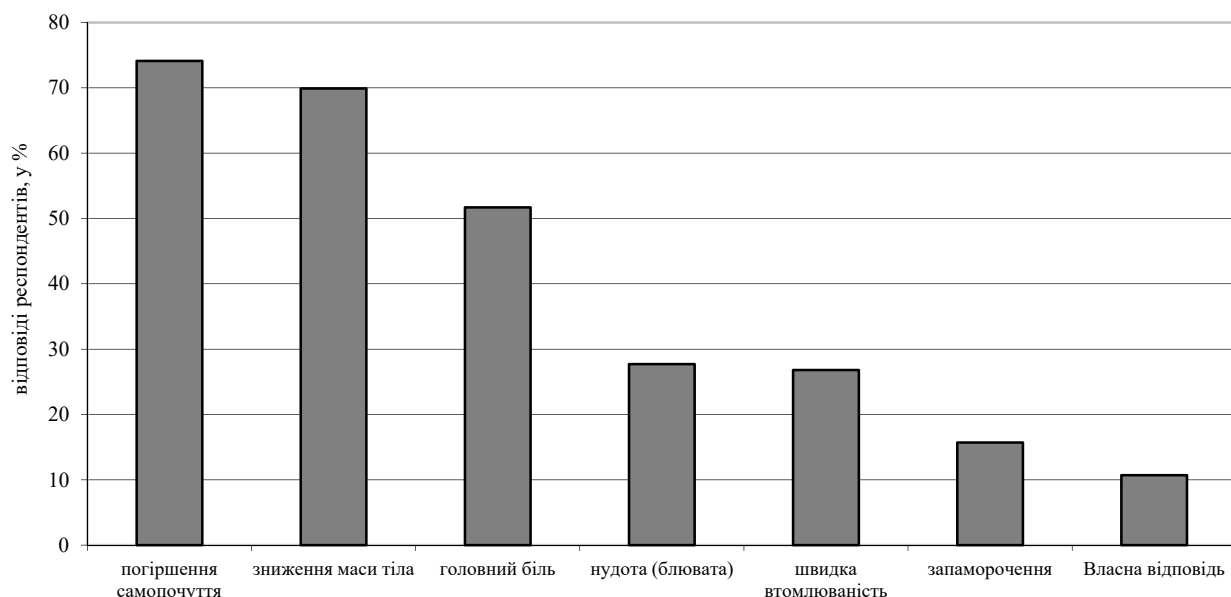


Рис. 1. Симптоми погіршення стану здоров'я, які відчували військовослужбовці після виконання пожежно-рятувальних завдань (n = 112)

завдання на арсеналах та складах з боєприпасами, є погіршення самопочуття (91,4%) та головний біль (83,8%). У пожежних-рятувальників, які виконували завдання на складах паливно-мастильних матеріалів, – зниження маси тіла (94,1%) й погіршення самопочуття (91,4%). У військовослужбовців на військових аеродромах – зниження маси тіла (73,1%) й погіршення самопочуття (65,4%) (табл. 1).

Під час дослідження психічного стану військовослужбовців пожежно-рятувальних підрозділів впродовж виконання службових обов'язків виявлено, що 50,1% рятувальників відчували внутрішнє напруження, 39,3% – пригніченість, 36,6% – страх, 32,1% – тривожність, 27,7% – розгубленість, 24,1% – метушливість, 21,4% – сум, 16,1% – невпевненість у собі та своїх діях, 14,3% – нервозність. Також у 47,3% респондентів траплялись проблеми зі сном; 41,1% рятувальників відзначили послаблення уваги, 34,8% – зниження швидкості реакції та точності

рухів, 17,9% – збільшення помилок у діяльності; у 19,6% опитаних траплялись депресії, 1,8% – паніка, 8% дали власну відповідь.

Під час визначення впливу фізичної підготовки на процес адаптації до умов виконання завдань, зміцнення здоров'я, формування професійно важливих психічних якостей та результативність діяльності 88,4% рятувальників відзначили позитивний вплив, 6,2% дали власну відповідь, а 5,4% вважають, що фізична підготовка посередньо впливає на перераховані показники. При цьому жоден військовослужбовець не зазначив, що фізична підготовка не впливає на процес адаптації, зміцнення здоров'я, формування професійно важливих психічних якостей тощо.

Встановлено, що зміст фізичної підготовки військовослужбовців пожежно-рятувальних підрозділів у військових частинах повинен різнитись залежно від умов їхньої майбутньої військово-професійної діяльності (83,1%). Водночас 8,9%

Таблиця 1

Співвідношення симптомів погіршення стану здоров'я військовослужбовців пожежно-рятувальних підрозділів та умов виконання завдань (n = 98, %)

Симптоми	Арсенали та склади БП	Склади ПММ	Військові аеродроми
	(n = 37)	(n = 35)	(n = 26)
Головний біль	83,8	62,9	19,2
Запаморочення	32,4	42,9	0
Нудота (блювота)	29,7	48,6	11,5
Швидка втомлюваність	37,8	34,3	15,4
Зниження маси тіла	72,9	94,1	73,1
Погіршення самопочуття	91,4	91,4	65,4

вважають, що не повинен, а 8% зазначили власну відповідь.

Під час визначення фізичних якостей, які необхідно більше вдосконалювати на заняттях з фізичної підготовки для підвищення ефективності військово-професійної діяльності у різних умовах, встановлено таке:

– на арсеналах та складах зберігання боеприпасів – загальну витривалість, силові якості,

спеціальна витривалість, спритність, гнучкість та координаційні здібності;

– на складах зберігання паливно-мастильних матеріалів – загальну витривалість, спеціальну витривалість, силові якості та швидкість;

– на військових аеродромах – силові якості, статичну витривалість, спритність та швидкісні якості.

Отримані результати представлені в табл. 2.

Таблиця 2

Співвідношення відповідей пожежних-рятувальників на питання «Які фізичні якості необхідно більше вдосконалювати на заняттях з фізичної підготовки для підвищення ефективності військово-професійної діяльності у різних умовах?» (n = 98, %)

Варіанти відповідей	Склади з БП та Т	Склади з ХР	Місця життєдіяльності
	(n = 37)	(n = 35)	(n = 26)
Загальна витривалість	75,7	88,6	34,6
Спеціальна витривалість	37,8	71,4	7,7
Силові якості	56,8	37,1	73,1
Спритність	18,9	17,1	46,1
Швидкісні якості	13,5	25,7	38,5
Статична витривалість	10,8	14,3	53,9
Гнучкість та координаційні здібності	21,6	11,4	7,7
Власна відповідь	8,1	5,7	7,7

Висновки. Проведене дослідження дало змогу визначити, що більшість військовослужбовців була відмінно та добре фізично підготовленою (95,5%), а також вважала себе абсолютно здоровою (96,4%). Однак після виконання пожежень-рятувальних завдань у 64,3% військовослужбовців стан здоров'я погіршився. Крім того, результати дослідження підтверджують недостатню ефективність чинної програми фізичної підготовки

військовослужбовців пожежно-рятувальних підрозділів у частинах безпосередньої підготовки щодо прискорення процесу адаптації до нових умов служби, зміцнення здоров'я, формування професійно важливих психічних якостей. Більшість рятувальників (83,1%) вважає, що зміст фізичної підготовки у частинах безпосередньої підготовки повинен різнитись залежно від умов їхньої майбутньої військово-професійної діяльності.

Список використаних джерел

1. Воронцов О., Романчук С., Ролюк О., Яворський А. Фізичні навантаження військовослужбовців у сучасному бою. *Український журнал медицини, біології та спорту*. 2017. № 6, 6 (90). С. 47–52.
2. Кирпенко В., Романчук В., Романчук С. Спеціальна фізична підготовка як засіб підвищення ефективності професійної діяльності військовослужбовців Сухопутних військ. *Фізична активність, здоров'я і спорт*. 2015. № 4 (22). С. 12–18.
3. Романчук С., Федак С., Лашта В. та ін. Фізичне виховання курсантів на етапі базової підготовки: навч.-метод. посіб. Львів: НАСВ, 2018. 79 с.
4. Романчук С., Шлямар І. Взаємозв'язок фізичної і професійної підготовки курсантів, які навчаються за спеціальністю «Управління діями механізованих підрозділів». *Сучасний стан та перспективи розвитку фізичної підготовки військовослужбовців в системі бойового навчання військ (сил) Збройних сил та інших силових структур України: матеріали наук.-метод. конф.*; 28–29 листопада 2013 р. Київ: МОУ, 2013. С. 64–69.
5. Романчук С. Теоретико-методологічні засади фізичної підготовки курсантів військових навчальних закладів Сухопутних військ Збройних сил України: дис. Львів, 2013. 540 с.
6. Oderov A., Romanchuk S., Klymovych V., Skaliy A., Nebozhuk O. Physical training – as one of the main subjects of combat training of soldiers of the armed forces. *Фізична активність і якість життя людини: зб. тез доп. VI Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф.*, 23 червня 2022 р. / укл. Цьось А., Індіка С. Луцьк: Волинський національний університет імені Лесі Українки, 2022. С. 27–28.

7. Rolyuk A., Romanchuk S., Romanchuk V., Boyarchuk A., Kyrpenko V., Afonin V., et al. Research on the organism response of reconnaissance officers on the specific load of military exercises. *Journal of Physical Education and Sport*. 2016. № 16; 1. P. 132–135. DOI: 10.7752/jpes.2016.01022.

References

1. Vorontsov, O., Romanchuk, S., Rolyuk, O., & Yavorskyi, A. (2017). Fizychni navantazhennia viiskovosluzhbovtziv u suchasnomu boiu [Physical loads of military personnel in modern combat]. *Ukrainskyi zhurnal medytsyny, biologii ta sportu*, 6 (6 [90]), 47–52.

2. Kyrpenko, V., Romanchuk, V., & Romanchuk, S. (2015). Spetsialna fizychna pidhotovka yak zasib pidvyshchennia efektyvnosti profesiinoi diialnosti viiskovosluzhbovtziv Sukhoputnykh viisk [Special physical training as a means of increasing the effectiveness of professional activities of military personnel of the Land Forces]. *Fizychna aktyvnist, zdorovia i sport*, 4 (22), 12–18.

3. Romanchuk, S., Fedak, S., Lashta, V., ta in. (2018). Fizyчне vykhovannia kursantiv na etapi bazovoi pidhotovky [Physical education of cadets at the stage of basic training]: *Navchalno-metodychnyi posibnyk*. Lviv: NASV.

4. Romanchuk, S., & Shliamar, I. (2013, November 28–29). Vzaïmozv'язok fizychnoi i profesiinoi pidhotovky kursantiv, yaki navchaiutsia za spetsialnistiu "Upravlinnia diïamy mekhanizovanykh pidrozdiliv" [The relationship between physical and professional training of cadets studying in the specialty "Management of the actions of mechanized units"]. In *Suchasnyi stan ta perspektyvy rozvytku fizychnoi pidhotovky viiskovosluzhbovtziv v systemi boiovoho navchannia viisk (syl) Zbroinykh Syl ta inshykh sylovykh struktur Ukrainy: Materialy naukovo-metodychnoi konferentsii* (pp. 64–69). Kyiv: MOU.

5. Romanchuk, S. (2013). Teoretyko-metodolohichni zasady fizychnoi pidhotovky kursantiv viiskovykh navchalnykh zakladiv Sukhoputnykh viisk Zbroinykh Syl Ukrainy [Theoretical and methodological principles of physical training of cadets of military educational institutions of the Land Forces of the Armed Forces of Ukraine]. *Dysertatsiia doktora nauk z fizychnoho vykhovannia i sportu*. Lviv.

6. Oderov, A., Romanchuk, S., Klymovych, V., Skaliy, A., & Nebozhuk, O. (2022, June 23). Physical training – as one of the main subjects of combat training of soldiers of the armed forces. In Tsos, A., & Indyka, S. (Eds.), *Fizychna aktyvnist i yakist zhyttia liudyny: Zbirnyk tez dopovidei VI Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi internet-konferentsii* (pp. 27–28). Luts'k: Volynskyi natsionalnyi universytet imeni Lesi Ukrainky.

7. Rolyuk, A., Romanchuk, S., Romanchuk, V., Boyarchuk, A., Kyrpenko, V., Afonin, V., et al. (2016). Research on the organism response of reconnaissance officers on the specific load of military exercises. *Journal of Physical Education and Sport*, 16 (1), 132–135. <https://doi.org/10.7752/jpes.2016.01022>.

