

## АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ КОНТРОЛЬНИХ НОРМАТИВІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ КУРСАНТІВ ЛЬВІВСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ В РІЗНИХ УМОВАХ ВИКОНАННЯ

В даній статті проаналізовано результати виконання деяких контрольних нормативів спеціальної фізичної підготовки курсантів ЛДУ БЖД України в різних умовах

**Постановка проблеми.** Аналіз статистичних даних по МНС України свідчить про те що 74 % рятувальних робіт проводяться у вечірній та нічний час, і лише 26 % таких робіт проводяться у світлу частину доби. Інші дані свідчать про те, що під час 64 % пожеж, працівники підрозділів МНС України використовують апарати на стиснутому повітрі АСВ-2. Такі дані дали нам підґрунтя для проведення тестування нормативів спеціальної фізичної підготовки в умовах, які максимально моделюють реальні бойові умови виконання оперативно рятувальних завдань.

**Мета дослідження:** полягає у визначенні рівня спеціальної фізичної підготовки курсантів ЛДУБЖД в умовах наближених до реальних та визначенні шляхів її підвищення.

**Завдання дослідження:**

1. Проаналізувати рівень спеціальної фізичної підготовки курсантів ЛДУ БЖД в умовах наближених до реальних.

2. Визначити шляхи підвищення рівня спеціальної фізичної підготовки курсантів ЛДУБЖД.

**Методика дослідження.** В дослідженні взяли участь курсанти віком від 18 до 21 років,  $n=5$  осіб. Критерієм вибору саме цих курсантів є їх достатньо високий рівень спеціальної фізичної підготовки, який вони виявили під час тестувань із трьох контрольних нормативів [1]. Дані цих тестувань подані у табл. 1 і опрацьовувались за допомогою математичної статистики [3].

Таблиця 1

*Результати тестувань спеціальної фізичної підготовки  
перемінного складу ЛДУБЖД у стандартних умовах*

	ШД		АД		100 М СП	
	Результат	Оцінка	Результат	Оцінка	Результат	Оцінка
X	25,20	5	26,42	4	24,80	4,8
V <sub>min</sub>	21,01	5	22,13	3	21,23	4
V <sub>max</sub>	28,14	5	31,54	5	27,54	5
G	3,14	0	4,16	1	2,65	0
V	12,47	0	15,74	25,00	10,69	9,32
m	0,63	0	0,83	0,20	0,53	0,09

**Умовні скорочення:**

ШД – підйом по штурмовій драбині в вікно 4-го поверху;

АД – підйом по автодрабині на висоту 20 м;

100 м СП – подолання 100-метрової смуги з перешкодами для пожежних

Так, середнє значення результату виконання контрольної тестової вправи „підйом по штурмовій драбині у вікно четвертого поверху навчальної вежі”, у стандартних умовах даної вибірки осіб, становить 25,20 с, а середньоквадратичне відхилення - 0,63; середнє значення оцінки при виконанні даного нормативу утримувалося на найвищому рівні 5 балів, а середньоквадратичне відхилення 0.

Середнє значення результату виконання контрольної тестової вправи „підйом по автодрабині на висоту 20 м”, становить 26,42 с, а середньоквадратичне відхилення 0,83; середнє значення оцінки при виконанні даного нормативу дорівнює 4,0 бала, а середньоквадратичне відхилення – 0,20.

При аналізі результату виконання контрольної тестової вправи „подолання 100-метрової смуги з перешкодами для пожежних”, середнє значення дорівнювало 24,80 с, а середньоквадратичне відхилення – 0,53; середнє значення оцінки виконання вибіркою даної вправи становило 4,80 бала, а середньоквадратичне відхилення – 0,09.

Із вище наведених показників видно, що наші досліджувані курсанти бездоганно володіють професійними навичками та уміннями щодо виконання ними вправ із спеціальної фізичної підготовки в стандартних умовах.

Під час проведення експерименту було запропоновано зміну умов виконання вправ, внесення додатково збиваючих чинників та інше (рис. 1).

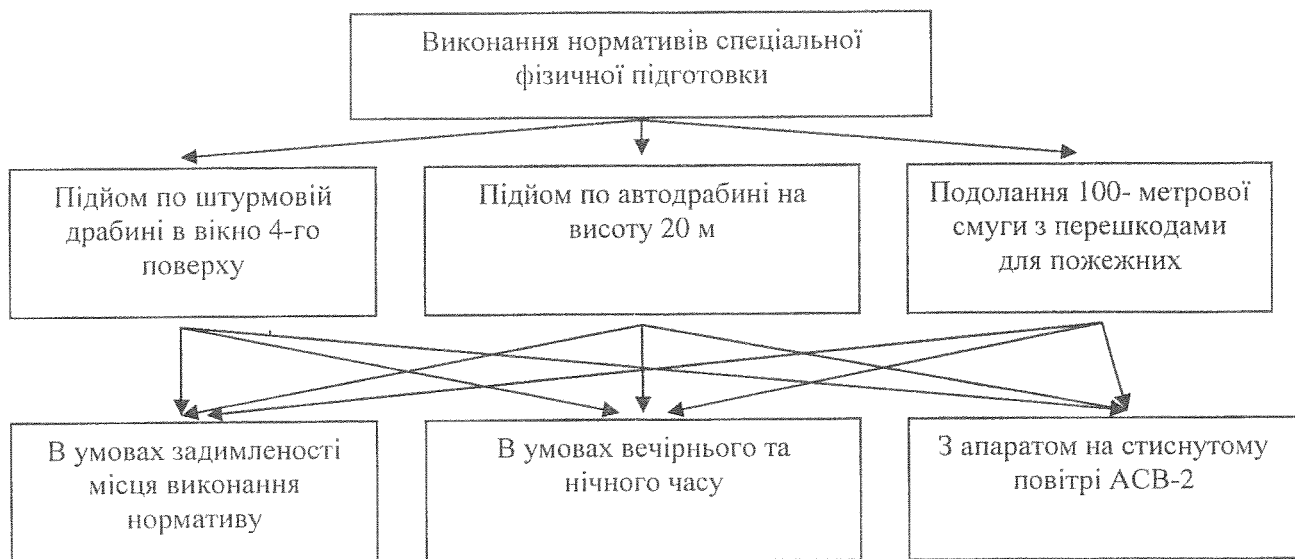


Рис. 1. Схема виконання тестових вправ із спеціальної фізичної підготовки в різних умовах

Як показано на рис. 1, курсанти виконували нормативи зі спеціальної фізичної підготовки у різних умовах, а саме:

- здавали нормативи в умовах задимленості, яка створювалась за допомогою димових шашок ДШ-11, котрі були розставлені по всій дистанції виконання тестів (тривалість димоутворення 12 хвилин);
- здавали нормативи в вечірній та нічний час, тобто в темну пору доби;
- здавали нормативи з апаратом на стисненому повітрі АСВ-2 (панорамна маска, колектор, редуктор, два балони по 8 кілограмів).

Аналіз результатів виконання тестових вправ із спеціальної фізичної підготовки у змодельованих умовах показав значне погіршення часових параметрів у всіх трьох нормативах.

Як бачимо з рис. 2, результати виконання тестової вправи в різних умовах, помітно погіршилися і, як наслідок, оцінка виконання тестової вправи. Так середнє значення

результату виконання контрольної тестової вправи, в умовах диму становить 36,95 с, а середньоквадратичне відхилення - 0,14; у відсотковому значенні результат погіршився на 46 %. Середнє значення результату виконання контрольної тестової вправи в умовах вечірнього та нічного часу становить 38,83 с, а середньоквадратичне відхилення – 0,42; у даних умовах результат погіршився на 154 %. При аналізі результату виконання вправи з використанням апарата на стиснутому повітрі АСВ-2, середнє значення дорівнює 37,18 с, а середньоквадратичне відхилення – 0,37; результат погіршився на 47 %.

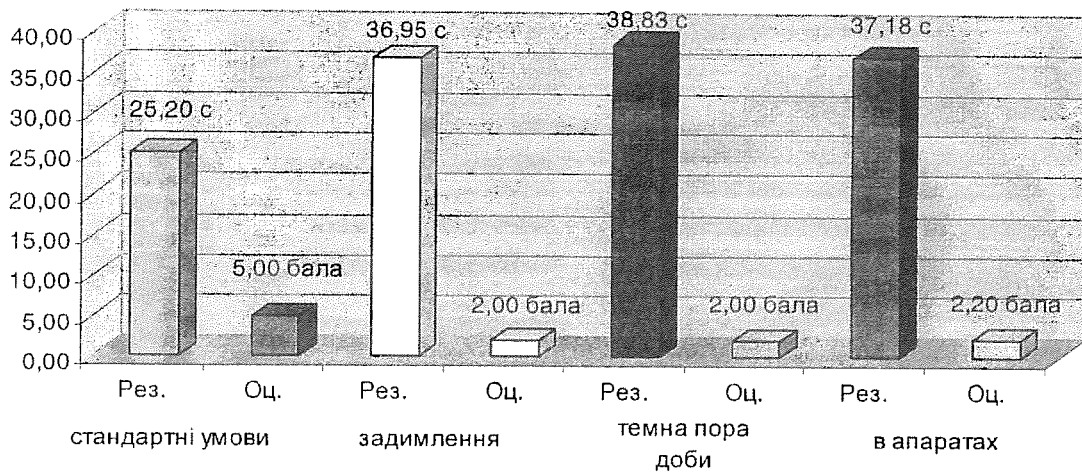


Рис. 2 Середні значення результатів та оцінки виконання підйому по штурмовій драбині в вікно четвертого поверху навчальної вежі, в залежності від умов виконання

Проводячи аналіз рис. 3, результатів виконання тестової вправи підйом по автодрабині на висоту 20 м в різних умовах також визначились суттєві погіршення.

Так середнє значення результату контрольної вправи в умовах диму становить 32,67, а середньоквадратичне відхилення - 0,17; у даних умовах результат погіршився на 24 %. Середнє значення результату виконання контрольної тестової вправи в умовах вечірнього та нічного часу становить 34,01 с, а середньоквадратичне відхилення – 0,78; результат погіршився на 29 %. При виконанні тестової вправи з використанням апарату на стисненому повітрі АСВ-2, середнє значення результату дорівнювало 41,73 с, а середньоквадратичне відхилення – 0,56; у даних умовах результат погіршився на 58 %.

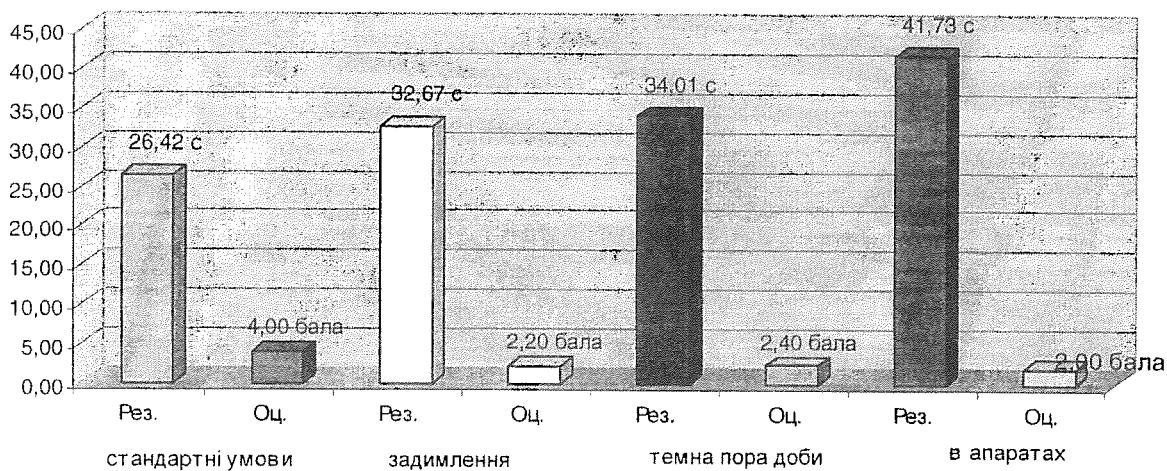


Рис. 3. Середні значення результатів та оцінки виконання підйому по автодрабині на висоту 20 м, в залежності від умов виконання

Із аналізу результатів виконання тестової вправи подолання 100-метрової смуги з перешкодами для пожежних в різних умовах рис. 4 помітний процес значного погіршення часових параметрів виконання вправи і, як наслідок, оцінки тестової вправи.

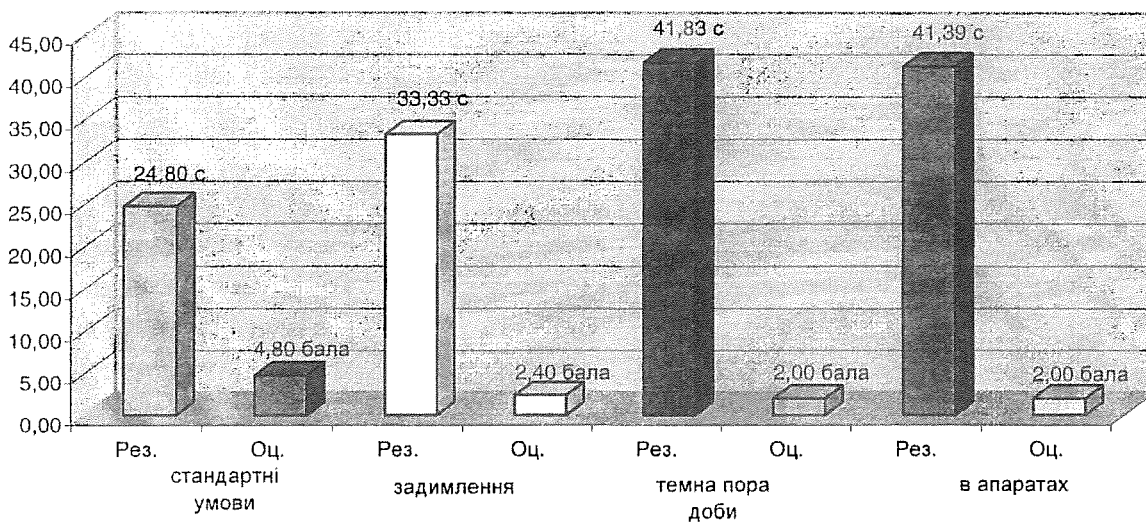


Рис. 4. Середні значення результатів та оцінки виконання подолання 100-метрової смуги з перешкодами для пожежних, в залежності від умов виконання

Виявлено, що середнє значення результату виконання контрольної тестової вправи, в умовах задимлення становить 33,33 с, а середньоквадратичне відхилення - 0,18; середнє значення результату погіршилось на 34%. Середнє значення результату виконання контрольної тестової вправи в умовах вечірнього та нічного часу становить 41,83 с, а середньоквадратичне відхилення – 0,60; даний результат погіршився на 67 %. При аналізі результату виконання вправи з використанням апарату на стисненому повітрі АСВ-2, середнє значення дорівнювало 41,39 с, а середньоквадратичне відхилення – 0,46; в даних умовах результат погіршився на 67 %.

### Висновки:

1. Проаналізувавши результати тестувань з спеціальної фізичної підготовки, проведених у змодельованих умовах, які за всіма ознаками відповідають реальним умовам виконання оперативно-рятувальних завдань, виявлено значне погіршення результатів в межах 24-67 %. Зважаючи на достовірне зменшення результатів, вважаємо за доцільне в навчально-тренувальний процес внести зміни, які б відображали умови пожежно-рятувальної діяльності. Оскільки дані результати не були досліджені до нас, тому дана тематика потребує більш глибокого вивчення.

2. Слід переглянути і доповнити існуючу програму професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів ВНЗ МНС України відповідно до сучасних вимог та завдань, які стоять перед пожежно-рятувальною службою [2]. Видається раціональним у навчально-тренувальному процесі більшу увагу приділяти розвитку спеціальної фізичної підготовленості шляхом вдосконалення спеціальних фізичних якостей та специфічних професійних навичок, моделюванням реальних умов, котрі покращують ефект стійкості організму людини до різних ситуацій у які найчастіше потрапляють у повсякденній роботі працівники пожежно-рятувальної служби [4].

## СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Наказ МНС України № 10 від 05.08.2004 р. „Про затвердження настанови з фізичної підготовки особового складу МНС України”.
2. Ковальчук А., Антошків Ю., *Взаємозв'язок успішності курсантів ЛПБ МНС України з фізичної, пожежно-рятувальної та військової підготовки в системі фахової освіти // Удосконалення фізичного виховання та спеціальної фізичної підготовки курсантів ВНЗ МВС України: Матеріали Всеукраїнської науково - практичної конференції.* - Івано-Франківськ, 2005.- С.122-127.
3. *Основы математической статистики: Учебное пособие для ин-тов физ. культуры / Под ред. В.С.Иванова.* - М.: Физкультура и спорт, 1990.
4. Шадриков В.Д. *Психология деятельности и способности человека.*— М.: Логос, 1996.— 318 с.

УДК 799.3:362.56

*Ю.В. Зайдовий, к. фіз. вих., Ю.С. Баран (Львівський державний університет безпеки життєдіяльності)*

### ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ ВМІНЬ РЯТУВАЛЬНИКА ЗАСОБАМИ ЛИЖНОЇ ПІДГОТОВКИ

Метою роботи є розробка рекомендації щодо вдосконалення методики формування професійних вмінь рятувальника засобами лижної підготовки. У дослідженні проаналізовано значення лижної підготовки для працівника рятувальної служби. Розглянуто особливості проведення занять на лижах у структурі підготовки курсантів і студентів у вищих навчальних закладах МНС України. Подано рекомендації щодо змісту, методики і організації занять з лижної підготовки

**Актуальність.** Активний зимовий відпочинок, зокрема лижний спорт, стає усе більш популярним в останні роки. Це найбільш актуально для регіону Українських Карпат. Щороку зростає кількість туристів і відпочиваючих на гірськолижних курортах і спортивних базах в Львівській, Івано-Франківській, Закарпатській областях. Водночас, туристи часто ігнорують інструкції з дотримання безпеки під час катання на лижах. Серед порушень можна виділити такі: вихід на трасу за несприятливих погодних умов, катання у недозволених місцях, ігнорування реєстрації в контрольно-рятувальній службі перед здійсненням лижного походу, низький рівень технічної підготовленості, дисципліни, малий досвід пересування у гірській місцевості. При виникненні критичних ситуацій пошук і рятування туристів повинні забезпечувати загони МНС. Рятування людей у зимовий період у лісі чи горах вимагає від працівника МНС високого рівня фізичної, технічної, психологічної, тактичної підготовленості, вміння прогнозувати небезпечні явища, здатності діяти колективно.

Забезпечення безпеки людей в туризмі взагалі й у лижному туризмі зокрема є найважливішим. Основою цього завдання є заходи профілактичного характеру. Головне серед них – навчання туристським навичкам, знанням і умінням усіх, хто відправляється в походи, від новачків до учасників і керівників складних походів, а також перевірка готовності груп перед виходом на маршрут. По час перевірок маршрутно-кваліфікаційні комісії і підрозділи контрольно-рятувальної служби (КРС) повинні переконатися в знанні теоретичних основ і практичних умінь туристів.