

ОГЛЯДИ ЛІТЕРАТУРИ

DOI: 10.26693/jmbs07.03.241

УДК 796.011.3

Одерев А. М., Романчук С. В.,
Климович В. Б., Матвейко О. В., Пилипчук І. В.,
Небожук О. Р., Панькевич Я. А.

АНАЛІЗ ЗМІСТУ ТЕСТІВ ПЕРЕВІРКИ ТА ОЦІНКИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ІНОЗЕМНИХ ДЕРЖАВ

Національна академія сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного,
Львів, Україна

Мета роботи полягала у дослідженні структури та змісту тестів з фізичної підготовки збройних сил іноземних держав та в подальшому розробці тесту фізичної підготовленості військовослужбовців, перевірці його ефективності в системі військово-професійної діяльності.

Для вирішення мети було сформовано *завдання*: проаналізувати основні компоненти керівних документів з питань організації та перевірки фізичної підготовленості військовослужбовців, їх завдання та напрями реалізації; визначити основні принципи організації перевірки та оцінювання фізичної підготовленості у Збройних силах України та збройних силах іноземних держав.

Матеріал та методи дослідження. Основним матеріалом були наукові статті, архівні дані, керівні документи з організації, структури та змісту перевірки фізичної підготовленості військовослужбовців у збройних силах провідних держав НАТО. Досягнення мети забезпечувалося використанням комплексу адекватних загальнонаукових методів дослідження. Зокрема, було обрано розповідь, оскільки вона дозволяє більш різнобічно охарактеризувати відносно широке коло питань. Проте, для мінімізації суб'єктивних поглядів і суджень було використано різні джерела інформації, але передусім літературні та документальні. При цьому, використали критичний підхід до вибору наявних джерел інформації. Формування кола літературних джерел здійснювали після їхнього пошуку у базі даних Scopus, SPORT Discus, Web of Science. Враховували також часовий аспект появи інформації з певної тематики, насамперед іноземних провідних науковців. Аналогічно відбувалося безпосереднє вивчення друкованих літературних джерел, зокрема інформації статей журналів про

списки використаної літератури. В цілому проаналізовано понад 50 джерел інформації, після цього проведено останній огляд та виокремлено 22 джерела літератури, з яких 7 іноземних авторів, матеріал яких було опрацьовано за допомогою загальнонаукових методів, зокрема аналізу і синтезу, систематизації, узагальнення.

Результати. В роботі визначено, що реформування Збройних сил України за відсутності достатнього фінансування, чітких орієнтирів та завдань, структури та функцій негативно позначається на стані військово-професійної діяльності усіх видів і родів військ, у тому числі й на стані фізичної підготовки. Відокремлено принципи за якими формується зміст перевірки та оцінки фізичної підготовленості військовослужбовців на різних етапах військової служби та різних її умовах. Головним напрямом усіх принципів є взаємозалежність фізичної готовності військовослужбовців та ефективності виконання бойових на навчальних завдань. За результатами проведеного літературного аналізу системи перевірки та оцінки фізичної підготовки збройних сил провідних країн зроблено висновок, що в системі перевірки фізичної підготовленості здійснено та проведена певна градація за видами збройних сил та за військовими спеціальностями.

Висновки. Доведено, що думка більшості вітчизняних та іноземних фахівців щодо формування тестів перевірки фізичної підготовленості у Збройних Силах України суттєво не відрізняються від деяких положень керівних документів з фізичної підготовки та перевірочних комплексів збройних сил іноземних держав.

Ключові слова: фізична підготовка, військовослужбовець, бойова готовність, військово-професійна діяльність, фізичні вправи.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Наукову роботу виконано відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи на 2017-2021 рр. Міністерства оборони України в межах теми «Обґрунтування норм та психоемоційного навантаження військовослужбовців під час ведення бойових дій», шифр – «ГАРМОНІЯ», № державної реєстрації 0118U001599С.

Вступ. Діяльність людини відбувається завдяки узгодженому, взаємопов'язаному та взаємообумовленому функціонуванню усіх систем організму людини, що в кінцевому результаті зводиться до м'язового руху. Сутність участі в діяльності тих чи інших систем організму залежить від змісту діяльності, її напруженості та умов протікання. Військово-професійна діяльність військовослужбовців збройних сил полягає у виконанні певних завдань, що характеризуються низкою факторів, які відносяться до числа екстремальних і визначають підвищені вимоги до усіх систем [1, 2].

Одним з найбільш важливих елементів військово-професійної готовності військовослужбовців є їх фізична готовність. Тобто, це конкретний фізичний стан, що дозволяє військовослужбовцю виконувати завдання за призначенням та відповідати вимогам сучасного бою [3].

Високий рівень фізичної підготовленості зменшує ступінь стомлення та віддаляє терміни його настання, дозволяє підвищити стійкість організму до конкретних несприятливих впливів, тому важливе місце у процесі удосконалення системи фізичної підготовки займає питання визначення показників контролю фізичної готовності військовослужбовців до навчально-бойової діяльності [4]. З метою формування якісного керівного документу з питань перевірки та оцінки рівня фізичної підготовленості військовослужбовців у Збройних Силах України необхідно провести детальний аналіз документів інших держав та здійснити пошук найбільш ефективних критеріїв перевірки та оцінки фізичної підготовленості військовослужбовців усіх військових спеціальностей ЗС України [5].

Мета роботи. Дослідження структури та змісту тестів з фізичної підготовки збройних сил іноземних держав та в подальшому розробці тесту фізичної підготовленості військовослужбовців, перевірки його ефективності в системі військово-професійної діяльності.

Матеріал та методи дослідження. Основним матеріалом були наукові статті, архівні дані, керівні документи з організації перевірки та оцінки фізичної підготовленості військовослужбовців збройних сил, структури та змісту перевірочних тестів та комплексів з фізичної підготовки у збройних силах провідних країн НАТО. Проаналізовано понад 50 джерел інформації, після цього проведено останній огляд та виокремлено 22 джерела лі-

тератури, з яких 7 іноземних авторів. Мінімізації суб'єктивних поглядів і суджень сприяло використання різних джерел інформації, але перевагу надавали літературним і документальним, застосовуючи критичний підхід до їхнього вибору. Коло літературних джерел формували після їхнього пошуку у базі даних Scopus, SPORT Discus, Web of Science тощо.

В результаті теоретичного аналізу та узагальнення науково-методичної літератури було одержано наукову інформацію за темою дослідження. Основна увага приділялася наступним питанням: аналіз та дослідження змісту тестів (комплексів) перевірки та оцінки фізичної підготовленості військовослужбовців іноземних держав; дослідження змісту, організації перевірки та оцінювання фізичної підготовленості у Збройних силах України та збройних силах іноземних держав; аналіз принципів фізичної підготовки та виявлення залежності змісту бойової та фізичної підготовки для військовослужбовців сухопутних військ збройних сил провідних іноземних держав.

Основні результати дослідження. Проведений аналіз наукових робіт видатних вчених показав, що реформування Збройних сил України без достатнього фінансування, чітких орієнтирів, структури та функцій негативно позначається на стані військово-професійної діяльності всіх видів і родів військ, у тому числі й на стані фізичної підготовки. Удосконалення бойової готовності військовослужбовців відбувається тоді, коли особовий склад систематично й з повним навантаженням, за умов, наближених до реального бою, займається бойовою підготовкою. А на даному етапі ведення бойових дій в державі це є невід'ємною частиною позитивного результату. Без парашутної практики не може бути підготовлених фахівців високомобільних військ та розвідників, без маршів на бойових машинах – класних танкістів, самохідників, без стрільби зі штатної зброї – класних піхотинців, навідників-операторів, артилеристів [6, 7].

Значення фізичної підготовки в системі військово-професійної готовності, її ефективність багато в чому визначається конкретністю поставлених перед нею завдань. Діючий підхід до рішення цього питання має низку недоліків, основний з яких – Настановою з фізичної підготовки у Збройних силах України не визначені спеціальні завдання для багатьох категорій військовослужбовців різних спеціальностей Сухопутних військ. Фізична підготовка впливає на всі компоненти боєздатності військовослужбовців. Об'єктивною основою цього є перенесення на боєздатність фізичних якостей, рухових навичок, біологічних властивостей організму, особливостей психіки та свідомості військовослужбовців, сформованих у процесі фізичної підготовки [3].

Доведено, що заняття фізичними вправами, як і будь-яка діяльність, виконана протягом певного часу має строго визначену мету і передбачає кінцевий результат. Засобом визначення результату є перевірка, а важливість результату обумовлюється відповідною оцінкою [5]. Настанова з фізичної підготовки Збройних сил України передбачає розподіл фізичних вправ на спеціальні для окремих видів військ, але система перевірки і оцінки заснована на вправах Військово-спортивного комплексу. Огляд спортивно-масової роботи, Державні іспити та інші контрольні заходи переважно включають біг на 100 м, підтягування на перекладині, біг на 3000 м., подолання смуги перешкод тощо. Актуальною залишається проблема обґрунтування системи перевірки і оцінки військовослужбовців різних спеціальностей, визначення конкретних спеціальних вправ та комплексів щодо спеціальної підготовленості, розвитку фізичних навичок, які б дозволяли підвищити рівень військово-професійної готовності військовослужбовців до виконання завдань відповідно до займаних посад та призначення, ведення бойових дій.

Проведений аналіз дозволяє стверджувати, що військово-професійна готовність військовослужбовців є конкретним біосоціальним станом, акумулює усі види людської активності та відображає конкретні вимоги військово-професійної діяльності до усіх моральних, військово-спеціальних, психічних і фізичних властивостей; що готовність до військово-професійної діяльності разом із готовністю до високопродуктивної праці та суспільно-корисного використання вільного часу є найважливішим напрямом загальної готовності військовослужбовців до цивілізованого способу життя. Важливим компонентом військово-професійної готовності є фізична готовність військовослужбовців, під якою розуміється конкретний фізичний стан, що відповідає вимогам сучасного бою і дозволяє успішно виконувати військово-професійні завдання відповідно до бойового призначення.

Оснащення та забезпечення Збройних сил України складними зразками зброї, розширення спектра тактичних прийомів ведення бойових дій у різних умовах зумовили необхідність широкого наукового пошуку шляхів вдосконалення процесу бойової, у тому числі й фізичної підготовки, яка завжди розглядалася в якості найважливішого чинника високої боєздатності військ. Із підвищенням складності зразків озброєння та військової техніки, збільшенням різноманітності та динамізму військових дій значно підвищуються вимоги до фізичних, психічних та інших якостей військовослужбовців, на вдосконалення яких має бути спрямований увесь процес фізичної підготовки.

За результатами проведеного літературного аналізу системи перевірки та оцінки фізичної підготовки збройних сил провідних країн зроблено

висновок, що в системі перевірки фізичної підготовленості здійснено та проведена певна градація за видами збройних сил та за військовими спеціальностями.

Для Ракетних військ визначено наступні групи: курсанти навчальних частин та підрозділів, курсанти ВВНЗ; особовий склад підрозділів охорони та протидиверсійної боротьби; особовий склад спеціальних підрозділів; особовий склад тилу, льотчики транспортної авіації.

Для Сухопутних військ визначено групи: особовий склад мотострілкових підрозділів, підрозділів радіаційного, хімічного, біологічного захисту та курсанти ВВНЗ; навчальні заклади, які готують офіцерів для даних підрозділів; особовий склад танкових, самохідних артилерійських, автомобільних, інженерних підрозділів та курсанти ВВНЗ; навчальні заклади які готують офіцерів для даних підрозділів; особовий склад ракетних, зенітних артилерійських, зенітних-ракетних, артилерійських підрозділів, підрозділів зв'язку та курсанти ВВНЗ, які готують офіцерів для даних підрозділів; особовий склад розвідувальних підрозділів спеціального призначення та курсанти ВВНЗ, які готують офіцерів для даних підрозділів; особовий склад підрозділів радіоелектронної боротьби та протиповітряної оборони; особовий склад підрозділів матеріального, технічного, медичного забезпечення, топогеодезичних та гідрометеорологічних військ [8].

Для Військово-Повітряних сил визначено групи: льотний склад; нельотний склад. Для Військово-Морського Флоту визначено групи: перша категорія (підрозділи морської піхоти та спеціального призначення); друга категорія (особовий склад надводних суден); третя категорія (особовий склад підводних суден).

Для Повітрянодесантних військ визначено групи: особовий склад парашутно-десантних, десантно-штурмових підрозділів та курсанти ВВНЗ, які готують офіцерів для даних підрозділів; особовий склад підрозділів тилу.

Важливо зазначити, що у системі перевірки та оцінки фізичної підготовки збройних сил у кожній групі визначено вправи, які відповідають напрямку військово-професійної діяльності та за якими проводиться оцінювання рівня фізичної підготовленості військовослужбовців [9, 10].

Проведені результати досліджень з виявлення вимог сучасного бою, що висуваються до фізичної підготовленості військовослужбовців, дозволили встановити, що найвищі вимоги висуваються до рівня розвитку загальної та швидкісно-силової витривалості, міри сформованості військово-прикладних рухових навичок. Вивчення характеру фізичних навантажень, що виконуються військовослужбовцями у процесі навчально-бойової діяльності показало, що в основному переважають фізичні вправи значного та помірного навантаження,

спрямовані на розвиток загальної витривалості, недостатня увага при цьому приділяється розвитку спеціальних фізичних якостей і формуванню військово-прикладних рухових навичок. Одним із ефективних шляхів вирішення цієї проблеми є застосування фізичних вправ і військово-прикладних видів спорту, що дозволяють створювати максимальні фізичні та психічні навантаження на людину. Проблема підвищення боєздатності військовослужбовців різних спеціальностей Сухопутних військ засобами фізичної підготовки є предметом пильної уваги багатьох досліджень. На необхідність і ефективність проведення спеціальної фізичної підготовки військовослужбовців різних спеціальностей Сухопутних військ із використанням фізичних вправ з програм військово-прикладних видів спорту вказує ряд авторів: А. Одеров, О. Петрачков, О. Ольховий, Ю. Назаров та ін. Вони розширюють діапазон функціональних резервів організму, у тому числі фізичних і спеціальних якостей військовослужбовців [3, 11].

Проте вивчення стану бойової готовності ряду військових частин і з'єднань показало невідповідність між вимогами сучасного бою, що висувалися, і фізичною готовністю військовослужбовців до виконання завдань за призначенням. Виходячи із зазначеного, вважаємо, що існуючі засоби і методи не повною мірою вирішують завдання підготовки військовослужбовців до ведення бойових дій в цих умовах.

Проведений аналіз досвіду застосування збройних сил у сучасних локальних конфліктах, миротворчих операціях, участі військовослужбовців в АТО (ООС) та в період збройної агресії з боку Російської Федерації, аналіз публікацій останнього часу дозволяє стверджувати, що в сучасних умовах реформування Збройних силах України, система перевірки та оцінки фізичної підготовленості також потребує адекватного вдосконалення. Тенденція до їх визначення на підставі даних реального стану фізичної підготовленості військовослужбовців та можливостей щодо забезпечення процесу їх фізичного вдосконалення нівелює саме поняття належного нормативу, який повинен ви-

значатися саме вимогами професійної діяльності до фізичної підготовленості військовослужбовців конкретної військової спеціальності. Виходячи з реалій функціонування ЗС України слід активніше аналізувати складові підготовки військовослужбовців тих армій, які мають сучасний бойовий досвід, проводити моделювання можливих варіантів застосування ЗС України та розглядати вимоги, що висувуються сучасним боем до фізичної підготовленості військовослужбовців. Тому можна стверджувати, що давно відомий лозунг: "Готувати солдатів до того, що потрібно під час бою!" – неодноразово використовується фахівцями підготовки військ армій найбільш розвинених країн світу. "Навчатися солдатам саме тому, як вони будуть воювати" – така нова філософія інноваційного формування фізичної готовності військовослужбовців, яка реалізується Управлінням навчання та доктрин (TRADOC) Сухопутних військ армії США [12]. Переглядається методика не тільки проведення фізичної підготовки військовослужбовців, але й методика контролю їх фізичних здібностей. Оцінювання фізичних здібностей американських військовослужбовців з 1980 року здійснювалось через фізичний фітнес-тест (APFT). Через 30 років фахівці вирішили модифікувати APFT, зробити його більш прикладним, адекватним завданням, які виконують солдати на полі бою. Аналіз наукових робіт показує, що поштовхом для розробки нового тесту були відгуки командирів підрозділів Сухопутних військ, морської піхоти, які брали участь у бойових діях останнього часу та спеціальні дослідження, за результатами яких була відмічена низька кореляція результатів APFT з ефективністю виконання спектра тих завдань військовослужбовців, які виникають перед ними у сучасному бою [13]. Одним із завдань при розробці нового армійського тесту фізичної готовності (APRT) було те, щоб він був інформативним, технологічним для виконання військовослужбовцями різних видів збройних сил та був нейтральним у гендерному та віковому відношенні. У новому тесті, представленому в **таблиці 1**, передбачається виконання п'яти вправ замість трьох, змінені умови виконання нахилів

Таблиця 1 – Зміст армійського тесту фізичної підготовленості (APFT)

Вправи	Компоненти, що оцінюються		
	сила	витривалість	рухливість
Прогресуючий човниковий біг на 60 ярдів (біля 54 м)	сила м'язів ніг та тулуба	анаеробна потужність	координація, швидкість, спритність
Амплітудне піднімання тулуба у сід з положення лежачи – 1 хв.	м'язова витривалість усього тіла		координація усього тіла
Стрибок у довжину з місця	сила м'язів ніг та тулуба		потужність м'язів ніг та тулуба
Згинання та розгинання рук в упорі лежачи – 1 хв.	м'язова витривалість плечового поясу		статична витримка тулуба
Біг 1,5 милі (біля 2413 м)	витривалість м'язів ніг та тулуба, аеробна здібність		швидкість, витримка

вперед із положення лежачи, збільшені темпи віджимань та замінена довга дистанція бігу короткою з більш швидким темпом її проходження.

Тест виконується у спортивному одязі та пропонується до контролю двічі на рік. На думку М.П. Хертлінга та інших, 16 членів групи, що розробляли APRT, новий зміст тесту більш інформативно характеризує аеробну та анаеробну витривалість солдат при одночасному зниженні ризику отримання травм. Тестування з бігу на 1,5 милі дозволяє з їх точки зору більш точно оцінити анаеробну потужність бійців, яка підштовхує процес форсованого приливу енергії, що обумовлено високою інтенсивністю сучасного бою [14, 15].

TRADOC також рекомендує приймати у солдатів армійській тест бойової готовності (APRT), який включає в себе вправи, що подібні за структурою рухів до характеру бойових завдань військовослужбовців і забезпечує більш точну оцінку програми фізичної готовності та індивідуальних можливостей солдата (табл. 2) [16].

APRT виконується у армійському форменому одязі зі зброєю, надітому бойовому шоломі. Перевірка готовності військовослужбовців за цим тестом передбачається безпосередньо перед розгортанням військовослужбовців. “Цей тест планується ввести обов’язковими для усіх солдатів та офіцерів, у тому числі військовослужбовців армійського резерву та національної гвардії”, – заявив Френк Палкоска, глава армійської фітнес-школи у Форт-Джесоні. Реалізація нових випробувань по визначенню нормативних показників тесту є кінцевим кроком в ініціативі підготовки солдатів-спортсменів, щоб краще підготувати їх до напруженої військово-професійної діяльності та вирішити проблему забезпечення готовності особового складу до повного спектру сучасних бойових операцій.

У армії Бундесверу для розгляду важливих фізичних якостей військовослужбовців, таких як витривалість, сила, швидкість і координація введений Базовий фітнес тест (BFT) (табл. 3) [17, 18].

Таблиця 2 – Зміст армійського тесту бойової готовності (APRT)

Вправи	Компоненти, що оцінюються		
	сила	витривалість	рухливість
Біг 400 м	м'язова витривалість м'язів ніг та тулуба, анаеробна потужність		координація, швидкість, стійкість
Оригінальна техніка руху (долання бар'єрів, переповзання)	м'язова витривалість усього тіла		спритність, баланс, координація, швидкість, стійкість, гнучкість
Перенесення пораненого (сані, вага – 180 фунтів)	м'язова сила та витривалість усього тіла		спритність, координація, швидкість, стійкість, потужність
Балансир. Човникове перенесення двох контейнерів боеприпасів по балці (вага – 30-35 фунтів)	м'язова витривалість усього тіла		спритність, баланс, координація, швидкість, стійкість
Прийняття позицій для прицілювання під час руху	м'язова витривалість усього тіла		спритність, баланс, координація, швидкість, стійкість, гнучкість
Човникове перенесення двох контейнерів боеприпасів на 100 ярдів	сила та витривалість м'язів усього тіла		спритність, баланс, координація, стійкість, потужність
Координаційний спринт	анаеробна потужність м'язів ніг та тулубу		швидкість, потужність під час руху

Таблиця 3 – Зміст базового фітнес тесту (BFT)

Назва	Зміст	Якості, що оцінюються
Спринт тест 11 x 10 м	Човниковий біг із прийманням положення лежачи на животі із заведенням прямих рук за спину. Граничний час – не менш ніж 60 с	Координація, спритність
Утримання положення вис із повністю зігнутими у ліктях руками	Утримання положення вису, підборіддя вище перекладаєни, ноги разом, руки повністю зігнуті. Граничний час не менш ніж 5 с	Статична витривалість
Біг 1000 м	Максимально допустимий час – 390 с	Аеробна витривалість

BFT замінив фізичний фітнес тест (PFT) та повинен виконуватися кожним солдатом Бундесверу хоча б один раз на рік. Завдання повинні бути завершені в зазначеному порядку протягом 90 хв. При виборі вправ Базового фітнес-тесту розробники спиралась на наукові дослідження та висновки спортивної медицини. Наприклад, німецькі фахівці відмовились від виконання нахилів вперед із положення лежачи (PFT) через негативний вплив вправи на стан хребта. Технологічно приймання PFT триває довше ніж BFT. Крім того, кожний рік німецькі солдати повинні проходити професійне тестування (GAF BMP) для отримання значку військової майстерності армії Німеччини бронзової, срібної або золотої класифікації. Невиконання вимог означає звільнення із армії через два роки. Випробування можуть тривати три дні та включають у себе: отримання характеристики командира; проходження курсу першої допомоги; виконання рухових тестів; плавання 200 м довільним способом; спринт 75 м (жінки) або 100 м або 400 м (чоловіки) або 1000 м; стрибок у висоту або у довжину; штовхання ядра (16 фунтів для чоловіків та 8,9 фунтів для жінок) або жим лежачи (вижимання штанги) або плавання 100 м; біг 3000 м або 5000 м (чоловіки) або 1000 м плавання; вправи для тестування визначаються віковою групою та виконуються у спортивному одязі; стрільба з пістолету по мішені на відстані 25 м із трьох різних позицій – лежачи, на колінах або стоячи протягом 15 с; дорожній марш (6-12 км) у військовій формі з рюкзаком (вага – не менше ніж 15 кг). Для особового складу Військово-Морських Сил – плавання 200 м або 300 м в обмундированні [13, 19, 20].

Крім того, фахівці Бундесверу розглядають питання про можливість використання нового виду спорту – паркуру, сутність якого полягає у раціональному подоланні військовослужбовцями будь-яких перешкод (переважно переносних, спеціально виготовлених) із максимальною швидкістю під час занять зі спортивного вдосконалення.

Нового осмислення набули комплексні вправи на смугах перешкод. Разом з тим, наукове теоретичне обґрунтування змісту цих вправ не стало домінуючим фактором при практичному впровадженні таких комплексних та ефективних засобів фізичного вдосконалення і контролю фізичної підготовленості військовослужбовців. Завадою є відсутність належного матеріально-технічного та фінансового забезпечення фізичної підготовки.

Дискусія. В результаті дослідження визначено, що головна мета перевірки рівня фізичної підготовленості полягає в розвитку військовослужбовців, які фізично здатні та готові виконувати свої службові завдання або брати участь у бойових

діях. Для досягнення цієї мети керівники використовують таку систему навчання фізичної підготовки, щоб насамперед прагнути розвитку сили, витривалості і мобільності [2, 8, 21].

Попередній проведений авторами емпіричний аналіз режимів енергозабезпечення військовослужбовців при виконанні комплексних тестів, їх біомеханічних та фізіологічних характеристик вказує на більш високу інформативність перевірочних тестів для характеристики комплексної підготовленості військовослужбовців. Вірогідно, що й у процесі фізичного вдосконалення військовослужбовців слід частіше використовувати саме комплексні вправи, характерною ознакою яких є швидке переключення від одного виду рухів до іншого [22].

Таке тренування, на нашу думку, дозволить швидше сформувати у особового складу попереджувальну адаптацію та готовність до професійної діяльності на етапі вдосконалення рухових навичок.

Висновки. У статті представлений матеріал, що відображає основні вимоги та принципи здійснення перевірки фізичної готовності військовослужбовців.

Система перевірки та оцінки фізичної підготовки військовослужбовців має відповідати вимогам реформування Збройних сил України та потребує адекватного вдосконалення. В арміях провідних країн світу відмічається тенденція до перегляду змісту тестів для визначення рівня фізичної підготовленості військовослужбовців, а саме: проводиться диференціація уніфікованих комплексів тестів для визначення загальнофізичної та військово-прикладної підготовленості військовослужбовців; підбір тестів визначається характером навантажень та структурою рухів, які притаманні військовослужбовцям під час сучасного бою; зміст та послідовність виконання тестів забезпечує контроль комплексної підготовленості військовослужбовців. Значна увага приділяється системі мотивації військовослужбовців за допомогою відзначення рівня їх підготовленості відповідними класифікаційними відзнаками.

Удосконалення бойової готовності військовослужбовців відбувається тоді, коли особовий склад систематично й з повним навантаженням, за умов, наближених до реального бою, займається бойовою підготовкою.

Перспективами подальших досліджень полягає у розробці та обґрунтуванні авторського тесту «придатності» з метою перевірки фізичної готовності військовослужбовців та визначення його відповідності готовності військовослужбовців до виконання завдань за призначенням за зразком Збройних Сил держав-членів НАТО.

References

1. Oderov A, Korchagin M, Romanchuk S. Correlation of Physical Fitness and Professional Military Training of Servicemen. *SportMont J.* 2020;18(2):79-82. doi: 10.26773/smj.200612
2. Oderov AM. Fizychna pidhotovka – yak odyn iz osnovnykh predmetiv profesiynoi pidhotovky viyskovosluzhbovtiv Zbroynykh syl [Physical training - as one of the main subjects of professional training of servicemen of the Armed Forces]. *Materialy X Vseukrainskoi nauk-prakt konf LNU imeni Ivana Franka.* Lviv; 2016. s. 33-34. [Ukrainian]
3. Olkhovyi OM. Vplyv viyskovo-profesiynoi diyalnosti na fizychnu pidhotovlenist, rozvytok, fizychnyi ta funktsionalnyi stan viyskovosluzhbovtiv-operatoriv [Influence of military-professional activity on physical fitness, development, physical and functional condition of servicemen-operators]. *Pedahohika, psykholohiya ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannya i sportu.* 2010;12:89-94. [Ukrainian]
4. Shlyamar IL. Doslidzhennya rivnya profesiynoi pidhotovlenosti mekhanizovanykh pidrozdiliv kontrolnoi ta eksperymentalnoi hrupy [Research of the level of professional training of mechanized units of the control and experimental group]. *Sportyvna nauka Ukrainy.* 2015;4(68):49-55. [Ukrainian]
5. Shlyamar IL. Perevirka y otsinka fizychnoi pidhotovlenosti kursantiv viyskovykh navchalnykh zakladiv Sukhoputnykh viysk [Verification and assessment of physical fitness of cadets of military educational institutions of the Land Forces]. *Zbirnyk nauk prats "Rol fizychnoi kultury i sportu u harmoniynomu rozvytku uchnivskoi ta studentskoi molodi" Ivano-Frankivsk;* 2012. s. 178-186. [Ukrainian]
6. Oderov A, Romanchuk S, Fedak S, Kuznetsov M, Petruk A, Dunets-Lesko A, et al. Innovative approaches for evaluating physical fitness of servicemen in the system of professional training. *J Physical Edu Sport.* 2017;17(3);23-27.
7. Groshev Y. Boevaya podgotovka v Sukhoputnykh voyskakh USA (Pryntsypy obuchenyya y formy organizatsyy uchenogo protsessa) [Combat training in the US Army (Principles of training and forms of organization of the scientific process)]. *Zarubezh voen obozr.* 1988;10:19-23. [Russian]
8. Romanchuk S, Romanchuk V. Fizychna pidhotovka v sukhoputnykh viyskakh zbroynykh syl providnykh derzhav NATO [Physical training in the ground forces of the leading forces of NATO]. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy.* 2010;14(2):302. [Ukrainian]
9. Oderov A, Shlyamar I, Baldetsky A. System of inspection and assessment of physical fitness of servicemen of the Armed Forces of foreign states. *Young sports science of Ukraine.* 2013;17(2):109-113.
10. Dorofeev VA, Nesterov AA. *Systema proverky y otsenky fizycheskoy podgotovky vooruzhennykh syl stran NATO* [The system of verification and assessment of physical fitness of the armed forces of NATO countries]. L: VYFK; 1990. 54 p. [Russian]
11. Utenko VN, Schegolev VA, Lutchenko NG. *Fyzycheskaya podgotovka v ynostrannykh armyyakh* [Physical training in foreign armies]. Ucheb posob. L: VDKYFK; 1997. 33 p. [Russian]
12. Anzhersky S. Sukhoputnye voyska USA [US Army]. *Zarubezh voen obozr.* 1995;3:16-20. [Russian]
13. Borysenko VV, Samoilenko OM. *Organizatsiyina struktura Ministerstva oborony USA* [Organizational structure of the US Department of Defense]. Viyskova osvita. Kh: Osnova; 2000. p. 247-252. [Ukrainian]
14. U.S. Army. Available from: www.army.mil
15. The Army Physical Fitness Program. *Army Training and Leader Development.* 2017 Dec; AR 350-1:17-19.
16. *Army Training and Evaluation Program № 17 – 237 – 10 – MTP: Mission Training Plan for the Tank Platoon.* Headquarters Department of Army 25.09.1996. Washington DC; 1996. 401 p.
17. bundewehr.de. Available from: <http://www.sportschule.bundewehr.de>
18. *Army Command, Leadership, and Management: Theory and Practice.* Carlisle Barracks, PA: US Army War College; 1995. 465 p.
19. U.S. Army. Army career match. Available from: <http://www.army.com/content/new-fitness-and-combat-readiness-tests/>
20. Schegolev VA, Ryabchuk VV. The experience of organizing sports work of the armed forces of leading NATO countries. *Actual problems of physical and special training of law enforcement agencies.* 2009;4:156-161.
21. Romanchuk SV, Oderov AM, Tychyna IV, Klymovych VB, Homanyuk SV, Baldetskiy AA, et al. Pryntsypy fizychnoi pidhotovky viyskovosluzhbovtiv sukhoputnykh viysk zbroynykh syl USA za nastanovoyu FM-7-22 [Physical Training Principles for US Land Military Service Personnel according to FM-7-22]. *Ukr Zh Med Biol Sport.* 2022;1(35):324-330. [Ukrainian]. doi: 10.26693/jmbs07.01.324
22. Romanchuk S, Nebozhuk O, Oderov A, Kuznetsov M, Romanchuk V, Boiarchuk O, et al. Innovatsiyini doslidzhennya zmistu fizychnoi pidhotovky Zbroynykh Syl inozemnykh derzhav yak elementu pidhotovky viyskovoho profesionalu [Innovative research of the content of physical training of armed forces of foreign states as an element of training of military professional]. *Visnyk Kam'yanets-Podilskoho natsionalnoho universytetu imeni Ivana Ohiyenka. Fizychno vykhovannya, sport i zdorov'ya lyudyny.* 2021;23:46-51. [Ukrainian]. doi: 10.32626/2309-8082.2021-23.46-51

UDC 796.011.3

Analysis of the Content of Verification and Assessment Tests of Physical Preparedness of Foreign Servicemen**Oderov A. M., Romanchuk S. V., Klymovych V. B., Matveiko O. V., Pylypchak I. V., Nebozhuk O. R., Pankevych Ya. A.**

Abstract. *The purpose of the work* was to study the structure and content of tests of physical training of the armed forces of foreign countries and further development of the test of physical fitness of servicemen, testing its effectiveness in the system of military-professional activities. To solve the goal, the following tasks were formed: to analyze the main components of the guiding documents on the organization and verification of physical fitness of servicemen, their tasks and areas of implementation; to determine the basic principles of the organization of testing and assessment of physical fitness in the Armed Forces of Ukraine and the Armed Forces of foreign countries.

Materials and methods. The main material was scientific articles, archival data, guiding documents on the organization, structure and content of the test of physical fitness of servicemen in the armed forces of leading NATO countries. Achieving the goal was ensured by using a set of adequate general scientific research methods. In particular, the story was chosen because it allows a more diverse description of a relatively wide range of issues. However, various sources of information were used to minimize subjective views and judgments, but primarily literary and documentary. At the same time, we used a critical approach to the choice of available sources of information. The formation of a circle of literature sources was carried out after their search in the database Scopus, SPORT Discus, Web of Science. They also took into account the temporal aspect of the appearance of information on certain topics, especially foreign leading scholars. Similarly, there was a direct study of printed literature sources, including information from journal articles on lists of used literature. In total, more than 50 sources of information were analyzed, followed by a final review and 22 sources of literature, including 7 foreign authors, the material of which was processed using general scientific methods, including analysis and synthesis, systematization, generalization.

Results and discussion. It is determined that the reform of the Armed Forces of Ukraine in the absence of sufficient funding, clear guidelines and objectives, structure and functions negatively affects the state of military-professional activities of all types and kinds of troops, including the state of physical training. We have singled out the principles according to which the content of testing and assessing the physical fitness of servicemen at different stages of military service and its different conditions is formed. The main direction of all principles is the interdependence of physical fitness of servicemen and the effectiveness of combat training tasks. Based on the results of our literature analysis of the system of testing and assessment of physical training of the armed forces of leading countries, we concluded that in the system of testing physical fitness a certain gradation was carried out by type of armed forces and military specialties.

Conclusion. It is proved that the opinion of the majority of domestic and foreign experts on the formation of tests of physical fitness in the Armed Forces of Ukraine does not differ significantly from some provisions of the guidance documents on physical training and testing complexes of foreign armed forces.

Keywords: physical training, serviceman, combat readiness, military-professional activity, physical exercises.

ORCID and contributionship:Artur Oderov : 0000-0002-7791-0825 ^{B, D}Serhii Romanchuk : 0000-0002-2246-6587 ^{F, D}Volodymyr Klymovych : 0000-0003-4678-5002 ^AOksana Matveiko : 0000-003-4140-3415 ^EIvan Pylypchak : 0000-0001-6979-066X ^EOleh Nebozhuk : 0000-0003-4360-9003 ^BYaroslav Pankevych : 0000-0003-2869-4115 ^B

A – Work concept and design, B – Data collection and analysis,

C – Responsibility for statistical analysis, D – Writing the article,

E – Critical review, F – Final approval of the article

CORRESPONDING AUTHOR

Artur Oderov

National Academy of the Army,
Physical Education, Special Physical Training and Sports Department
32, Heroes Maidana Str., Lviv 79026, Ukraine
tel: +3080930042437, e-mail: stroyova@ukr.net

The authors of this study confirm that the research and publication of the results were not associated with any conflicts regarding commercial or financial relations, relations with organizations and/or individuals who may have been related to the study, and interrelations of coauthors of the article.

Стаття надійшла 04.04.2022 р.

Рекомендована до друку на засіданні редакційної колегії після рецензування