

УДК 378.6: 355-011.3:356. 13-051 (477)

Слюсарчук В. В.

ORCID <http://orcid.org/0000-0002-0455-5332>
Кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,
докторант кафедри педагогіки, психології
і методики фізичного виховання,
Національний університет
«Чернігівський колегіум імені Т. Г. Шевченка»
(м. Чернігів, Україна) E-mail: slysar4ykv@ukr.net

ЗМІНА ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДІВЧАТ - МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ-ПРИКОРДОННИКІВ УПРОДОВЖ ПЕРШОГО РОКУ НАВЧАННЯ В СПЕЦІАЛІЗОВАНОМУ ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Мета роботи полягала у визначенні ефективності чинного підходу до організації та реалізації змісту фізичного виховання дівчат – майбутніх офіцерів-прикордонників під час першого року їх навчання у спеціалізованому закладі вищої освіти.

Методологія. Зреалізували констатувальний етап педагогічного експерименту, в якому взяли участь 54 дівчини, які розпочали навчання в означеному закладі освіти. Для одержання необхідних емпіричних даних було використано батарею тестів, кожний з яких часто відповідає встановленим метрологічним вимогам і часто використовується дослідниками. При цьому виконували вимоги Гельсінської декларації–2013 щодо етичних принципів досліджень, які здійснюються за участі людей.

Наукова новизна. Після опрацювання одержаних даних адекватними методами математичної статистики отримали результати, що є абсолютно новими, адже інформація у досліджуваному напрямі відсутня. Було встановлено, що використання протягом першого року навчання чинного підходу до організації та реалізації змісту фізичного виховання дівчат – майбутніх офіцерів-прикордонників призвело до неоднакової зміни значень у показниках їхньої фізичної підготовленості. Зокрема, рівень розвитку частини досліджуваних рухових якостей підвищився, тоді як іншої частини – залишився на досягнутому раніше рівні. При цьому відзначили, що рівень розвитку жодної рухової якості не знизився. Водночас, проведенням аналізом й узагальненням одержаних даних, наявної в літературних джерелах інформації, встановили деякі причини такого результату.

Висновки. Проведеним дослідженням встановлено недостатню ефективність чинного підходу до організації та реалізації змісту фізичного виховання дівчат – майбутніх офіцерів-прикордонників під час першого року їхнього навчання в спеціалізованому закладі вищої освіти. Такий стан фізичної підготовленості дівчат не сприяє їх подальшому розвитку, передусім у аспекті сформованості функціональних можливостей, професійному становленні. У зв'язку з одержаним результатом одним із першочергових заходів повинен стосуватися оновлення (заміни або модернізації) використаного підходу до організації і реалізації змісту фізичного виховання дівчат протягом першого року навчання в спеціалізованому закладі вищої освіти.

Ключові слова: підготовленість, динаміка, дівчата, прикордонники, навчання.

Постановка проблеми. Актуальність роботи. Фізична підготовленість військових різного рангу та формувань сьогодні продовжує розглядатись як один із провідних компонентів успішної професійної діяльності [1; 15; 21–24]. Повною мірою це стосується дівчат – військовослужбовців та майбутніх офіцерів [5]. Проте, на сучасному етапі дослідження, спрямовані на вивчення різних аспектів фізичного виховання дівчат – майбутніх офіцерів під час їхнього навчання в спеціалізованих закладах вищої освіти, залишаються поодинокими [3; 6; 14]. Це свідчить про нагальну потребу проведення досліджень в означеному науковому напрямі.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. В основному документі для військових викладачів фізичного виховання зазначається, що мета фізичної підготовки військовослужбовців-жінок полягає у формуванні й розвитку якостей, що забезпечують високий рівень індивідуальної військово-професійної майстерності сучасного воїна, передусім миттєвої оцінки ситуації, швидкості, точності й маневреності дій, фізичної і розумової витривалості [10, 3]. Досягнення означеної мети значною мірою зумовлене

станом розробленості та реалізації організаційних засад і змісту фізичного виховання, а саме фізичної активності у визначених формах [12; 21; 26].

Наявні у спеціальній літературі дані свідчать про відмінний від необхідного рівень фізичної підготовленості військовослужбовців–жінок усіх вікових груп. Зокрема, сучасні абітурієнтки військового закладу вищої освіти мають гранично низькі показники, порівняно з одержаними десятьма роками раніше: має місце регресія результатів бігу на 1000 м, у середньому, на 39,7 с, з яких на 25,5 с упродовж останніх п'яти років; результати бігу на 100 м за цей період погіршилися відповідно на 1,19 та 0,3 с, а комплексної силової вправи – на 5,4 та 3,2 повторних максимуми [6, 108–109].

Водночас дослідники [3; 6; 14] відзначають, що нормативна система оцінювання результатів фізичної підготовленості дівчат – майбутніх офіцерів Збройних сил України не виконує такої важливої функції, як мотиваційна. Це є однією з провідних причин, що в останні роки спричиняє таку тенденцію динаміки основних рухових якостей: загальна витривалість, м'язова сила, швидкісні якості поліпшуються на незначну величину протягом першого-другого років навчання; протягом наступних двох років, навпаки, виявляють тенденцію до погіршення так, що результати на початку і наприкінці навчання в спеціалізованому закладі вищої освіти практично не відрізняються між собою. Тобто фізичне виховання дівчат – майбутніх офіцерів є недостатньо ефективним у формуванні підготовленості до професійної діяльності.

У зв'язку з цим одним із наслідків є такі результати жінок-військовослужбовців, які за віком належать до 3-5 вікових груп: під час професійної діяльності понад 50,1 % з них мають незадовільний стан фізичної підготовленості, але передусім розвитку швидкісних якостей і загальної витривалості, адже результати не відповідають навіть оцінці «задовільно» [3, 15].

Що стосується даних про показники фізичної підготовленості, функціональних можливостей та їх динаміки у дівчат – майбутніх офіцерів-прикордонників, то вони відсутні. Це не сприяє визначенню стану ефективності чинного підходу до організації, реалізації фізичного виховання таких дівчат, а також формування змісту їх фізичної активності у визначених формах протягом навчання в спеціалізованому закладі вищої освіти.

Ураховуючи результати проведеного аналізу літературних джерел, виокремлена проблема є актуальною та потребує якнайшвидшого розв'язання, зокрема, проведення дослідження у визначеному напрямі.

Мета статті – визначити ефективність чинного підходу до організації та реалізації змісту фізичного виховання дівчат – майбутніх офіцерів-прикордонників під час першого року навчання у спеціалізованому закладі вищої освіти.

Методологія дослідження передбачала використання комплексу адекватних методів дослідження, зокрема, загальнонаукових, а саме аналізу, систематизації, а також педагогічного експерименту, педагогічного тестування, методів математичної статистики [19; 27]. Під час дослідження реалізовували констатувальний етап педагогічного експерименту, а також виконували вимоги Гельсінської декларації про етичні засади медичних досліджень, що відбуваються за участі людей (WMA (World Medicine Association) Declaration of Helsinki – Ethical Principles for Medical Research Involving Human Subjects, 2013). В експерименті взяли участь 54 дівчини, на момент його початку середній вік у вибірці становив $17,4 \pm 0,2$ років. Метод педагогічного тестування передбачав використання батареї тестів, у якій кожний тест відповідав наявним метрологічним вимогам [7; 11]. Обирали тести з-поміж найпоширеніших у практиці наукових досліджень з фізичного виховання різних груп населення [13; 17]; усі використані прилади були сертифіковані метрологічним контролем. Тестування проводили у перший і другий місяці навчання, використовували тести, що дозволяють оцінити стан розвитку основних рухових якостей. Динамометрією кисті провідної руки оцінювали стан розвитку сили м'язів-згиначів кисті такої руки, висом на зігнутих руках хватом знизу – статичної силової витривалості м'язів-згиначів плеча, бігом на 100 м з низького старту – швидкісної витривалості, стрибком у довжину з місця – вибухової сили м'язів нижніх кінцівок, нахилом уперед сидячи – рухливості у поперековому відділі хребта, човниковим бігом 4×9 м – координації у циклічних локомоціях, бігом 1000 м – аеробної витривалості.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що вперше одержано дані про особливості зміни показників фізичної підготовленості у дівчат – майбутніх офіцерів-прикордонників при використанні в перший рік навчання у спеціалізованому закладі вищої освіти чинного підходу до організації та реалізації змісту фізичного виховання.

Результати дослідження. Наприкінці першого року навчання в спеціалізованому закладі вищої освіти в дівчат виявили зміну досліджуваних показників фізичної підготовленості. При цьому відзначили, що в усіх випадках зміни були позитивними, але не в усіх – на достовірно значущу величину (табл. 1). Останнє стосувалося, передусім рухливості у поперековому відділі хребта, оскільки приріст цієї рухової якості був найбільшим, а саме знаходився на рівні 25,2 % ($p < 0,01$).

**Зміна показників загальної фізичної підготовленості дівчат – майбутніх офіцерів
протягом першого року навчання в спеціалізованому закладі вищої освіти (n=54)**

Показник фізичної підготовленості	На початку		Наприкінці		Зміна значення ($\bar{x}_1 - \bar{x}_2$)		Достовірність розбіжності (t)
	\bar{x}_1	t	\bar{x}_2	t	в абсолютних величинах	у %	
Біг 100 м, с	17,67	0,13	16,41	0,16	- 1,26	7,1	6,12***
Динамометрія кисті провідної руки, кг	22,4	0,37	23,6	0,61	1,2	5,4	1,68
Стрибок у довжину з місця, см	181,5	1,41	185,1	2,51	3,6	2,0	1,25
Нахил уперед сидячи, см	12,7	0,38	15,9	0,81	3,2	25,2	3,58**
Човниковий біг 4x9 м, с	11,71	0,06	11,08	0,09	- 0,62	5,4	5,74***
Вис на зігнутих руках, с	16,22	0,95	18,41	1,12	2,19	13,5	1,47
Біг 1000 м, с	284,5	6,44	241,3	11,31	- 43,2	15,2	3,32**

Примітка. Позначено достовірність розбіжності двох середніх на рівні: «**» – $p < 0,01$; «***» – $p < 0,001$

На достовірно значущу величину збільшилася також аеробна витривалість дівчат, а приріст значення показника, яким був результат бігу на 1000 м, знаходився на рівні 15,2 % ($p < 0,01$).

Аналогічний результат, за винятком величини приросту, одержали при аналізі даних бігу на 100 м: час подолання цієї дистанції зменшився, у середньому, на 7,1 % ($p < 0,001$); така зміна у цьому тесті засвідчувала розвиток відповідної рухової якості, а саме швидкісної витривалості.

Координація у циклічних локомоціях, розвиток якої оцінювали за результатом човникового бігу 4x9 м, протягом навчального року поліпшилася: час подолання дистанції зменшився, у середньому, на 0,62 с або 5,4 % ($p < 0,001$); таке зменшення є свідченням позитивної тенденції, а достовірно значуща розбіжність – реальності зростання рівня розвитку зазначеної рухової якості.

Що стосується інших досліджуваних рухових якостей, то зміна в їхніх показниках була менш виразною, порівняно із вищезазначеною. Це зумовило недостовірний характер зміни значень цих показників, що свідчило про вияв відповідних рухових якостей на рівні, яким дівчата відзначалися на початку дослідження. Такими якостями були: м'язова сила, вибухова сила м'язів нижніх кінцівок, статична силова витривалість. При цьому, приріст першої зазначеної рухової якості за результатом динамометрії кисті сильнішої (провідної) руки становив 5,4 %, приріст вибухової сили за результатом стрибка в довжину з місця – 2 %, а статичної силової витривалості за результатом вису на перекладині на руках, що зігнуті в ліктьових суглобах, – 13,5 % ($p > 0,05$).

Дані, одержані під час дослідження, були зумовлені комплексом причин. Так, використання чинного підходу до організації і реалізації змісту фізичного виховання сприяло суттєвому поліпшенню швидкісної витривалості, аеробної витривалості, гнучкості, координації у циклічних локомоціях. За інформацією дослідників [2; 17] у дівчат усі ці рухові якості на віковому етапі 17-18 років знаходяться в сенситивному періоді. Тому при використанні протягом навчального року змісту фізичного виховання, визначеного відповідним документальним джерелом [10], та підходу до його організації і реалізації, в дівчат відбувся розвиток зазначених раніше рухових якостей.

Відзначаємо також, що інші досліджувані рухові якості, які відзначалися відсутністю статистично значущої зміни в показниках, не знаходились у сенситивному періоді свого розвитку. Зокрема, це стосується м'язової сили, вибухової сили м'язів нижніх кінцівок і статичної силової витривалості [2; 17]. Проте, за інформацією деяких дослідників [20; 25] вплив засобами і методами фізичного виховання на рухову якість може забезпечити зростання її рівня навіть тоді, коли вона знаходиться в критичному періоді. Але у цьому випадку приріст буде меншим, аніж тоді, коли цю рухову якість цілеспрямовано розвивають під час її знаходження у сенситивному періоді.

Ураховуючи останнє, можна відзначити, що чинний зміст фізичного виховання, який використовують майбутні офіцери-прикордонники протягом першого року навчання у спеціалізованому закладі вищої освіти, має резерви в аспекті збільшення рівня фізичної підготовленості.

Висновки. 1. Використання чинного підходу до організації і реалізації змісту фізичного виховання дівчат – майбутніх офіцерів-прикордонників сприяє розвитку тільки окремих рухових якостей, тоді як інші відзначаються лише позитивною тенденцією.

2. Найбільший приріст значень показників встановлено у швидкісній, аеробній витривалості, гнучкості й координації в циклічних локомоціях, – рухових якостях, що на віковому етапі 17-18 років у дівчат знаходяться в сенситивному періоді.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо, передусім у порівнянні даних дослідження з нормативними вимогами для одержання інформації про величину резерву в розвитку рухових якостей, що знаходяться в сенситивному періоді розвитку, а також якостей, для яких досліджуваний вік є критичним в аспекті їхнього розвитку.

References

1. Анохін Є. Д. Фізична підготовка в арміях провідних країн НАТО: навч.-метод. посібник. Львів: ЛВІ, 2005. 115 с.
Anokhin, Ye. D. (2005). *Fizychna pidhotovka v armiyakh providnykh krayin NATO* [Physical training in the armies of leading NATO countries]. Lviv, Ukraine: LVI.
2. Арєф'єв В. Г., Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): навч. посібник. Кам'янець-Подільський: Абетка-Нова, 2002. 384 с.
Arifev, V. G. & Iedynak, G. A. (2002). *Fizychna kul'tura v shkoli (molodomu spetsialistu)* [Physical education at school (for young specialist)]. Kamianets-Podilskyi, Ukraine: Alphabet-Nova.
3. Боярчук О. М. Фізична підготовка жіночого контингенту Збройних сил України в системі професійної діяльності: автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02. Львівський держ. ун-т фіз. культури. Львів, 2010. 20 с.
Boyarchuk, O. M. (2010). *Fizychna pidhotovka zhinochoho kontynhentu Zbroinykh syl Ukrainy v systemi profesiinoi diialnosti* [Physical training of the female contingent of the Armed Forces of Ukraine in the system of professional activity]: *Extended abstract of candidate's thesis. 24.00.02. Lvivskiy derzhavnyi universytet fizychnoi kultury*. Lviv, Ukraine.
4. Воронецький В. Б., Єдинак Г. А. Організація і методика занять студенток пауерліфтингом: навч. посібник. Кам-Подільський: Рута, 2017. 120 с.
Voronetskiy, V. B. & Iedynak, G. A. (2017). *Orhanizatsiia i metodyka zaniat studentok pauerliftyhom* [Organization and methodology of powerlifting students' training]. Kamianets-Podilskyi, Ukraine: Ruta.
5. Деркач О. В. Про посилення гендерного чинника в Державній Прикордонній Службі України. *Реалізація гендерної політики на сучасному етапі розвитку суспільства: стан, проблеми, перспективи: тези доповідей Міжнародної конф. (25 квітня 2018)*. Хмельницький: Видавництво НаДпсу, 2018. С. 97–100.
Derkach, O. V. (2018). *Pro posylennia gendernoho chynnyka v Derzhavni Prykordonnii Sluzhbi Ukrainy*. [Gender Enhancement in the State Border Guard Service of Ukraine]. *Realizatsiia gendernoi polityky na suchasnomu etapi rozvytku suspilstva: stan, problemy, perspektyvy – Implementation of gender policy at the present stage of society development: state, problems, prospects. Proceedings of the International Conference (April, 25, 2018)*. Khmelnytskyi, Ukraine: Vydavnytstvo NaDpsu.
6. Добровольський В. Б. Удосконалення фізичної підготовки курсантів-жінок вищих військових навчальних закладів: дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту. 24.00.02. Військовий інститут Київського нац. у-ту імені Тараса Шевченка. Київ, 2018. 230 с.
Dobrovolsky, V. B. (2018). *Udoskonalennia fizychnoi pidhotovky kursantiv-zhinok vyshchikh viiskovykh navchalnykh zakladiv* [Improvement of physical training of female cadets at higher military educational establishments]: *Candidate's thesis 24.00.02. Viiskovyi instytut Kyivskoho natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka*. Kyiv, Ukraine.
7. Костюкевич В. М. Спортивна метрологія: навч. посібник. Вінниця: «Вінниця», 2001. 183 с.
Kostyukevich, V. M. (2001). *Sportyvna metrolohiiia: navch. posibnyk*. [Sports metrology]: a textbook. Vinnytsia, Ukraine: "Vinnytsia".
8. Круцевич Т. Ю., М. І. Воробйов, Г. В. Безверхня. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді: навч. посібник. Київ: Олімп. л-ра, 2011. 224 с.
Krutsevych, T. Yu., Vorobiov, M. I., Bezverkhnia, G. V. (2011). *Kontrol u fizychnomu vykhovanni ditei, pidlitkiv i molodi: navch. posibnyk* [Control in the physical education of children, adolescents and young people]: a textbook. Kyiv, Ukraine: Olymp. l-ra.
9. Кубай Г. В., Мисів В. М., Єдинак Г. А. Залучення студентів медичного коледжу до рухової активності: навч. посіб. Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня Рута», 2016. 160 с.
Kubai, G. V., Mysiv, V. M., Yedynak, G. A. (2016). *Zaluchennia studentiv medychnoho koledzhu do rukhovoї aktyvnosti: navch. posib* [Involvement of medical college students in motor activity]: a textbook. Kamianets-Podilskyi, Ukraine: TOV «Drukarnya Ruta».

10. Настанова з фізичної підготовки в Прикордонних військах України (НФП-99). Хмельницький: Видавництво НАПВУ, 2003. 118 с.
Nastanova z fizychnoi pidhotovky u Prykordonnykh viiskakh Ukrainy (NFP-99) (2003). [Physical Training Manual in the Border Guard Service of Ukraine (NFP-99)]. Khmelnytskii, Ukraine: Vydavnytstvo NAPVU.
11. Носко М. О., Гаркуша С. В., Брижата І. А. Метрологічний контроль у фізичному вихованні і спорті: навч. посібник. Київ: «МП Леся», 2012. 264 с.
Nosko, M. O., Harkusha, S. V., Brizhata, I. A. (2012). *Metrolohichnyi kontrol u fizychnomu vykhovanni i sporti [Metrological Control in Physical Education and Sport]*. Kyiv, Ukraine: MP Lesya.
12. Особливості фізичної підготовки військовослужбовців-жінок: навч.-метод. посібник. За ред. Л. М. Кізло, І. А. Бобринського, С. Романчука. Київ: УФП ЗСУ, 2008. 136 с.
Osoblyvosti fizychnoi pidhotovky viiskovosluzhbovtziv-zhinok (2008), [Features of physical training of women servicemen]. Ed. L. M. Kizlo, I. A. Bobrynsky, S. Romanchuk. Kyiv, Ukraine: UFP ZSU.
13. Романенко В. А. Диагностика двигательных способностей: монографія. Germany: LAP LAMBERT Academic Publishing, 2013. 289 с.
Romanenko, V. A. (2013). *Diagnostika dvigatelnykh sposobnostey [Diagnosis of motor abilities]*. Germany, Russia: LAP LAMBERT Academic Publishing.
14. Романчук С. В., Боярчук О. М. Фізична підготовка жіночого контингенту Збройних Сил України: навч. метод. посіб. Житомир: ЖВІ НАУ, 2008. 160 с.
Romanchuk, S. V., Voiarchuk, O. M. (2008). *Fizychna pidhotovka zhinochoho kontynhentu Zbroinykh Syl Ukrainy*. Zhytomyr [Physical training of the female contingent of the Armed Forces of Ukraine]. Zhytomyr, Ukraine: ZHVI NAU.
15. Романчук С. В. Фізична підготовка курсантів військових навчальних закладів Сухопутних військ Збройних сил України: монографія. Львів: АСВ, 2012. 367 с.
Romanchuk, S. V. (2012). *Fizychna pidhotovka kursantiv viiskovykh navchalnykh zakladiv Sukhoputnykh viisk Zbroinykh syl Ukrainy [Physical training of cadets of military educational establishments of the Land Forces of the Armed Forces of Ukraine]*. Lviv, Ukraine: ACS.
16. Селіванова О. В. Формування професійної готовності курсантів-дівчат до прикордонної служби: дис... канд. пед. наук: 13.00.04. Національна академія держ. прикордонної служби України ім. Богдана Хмельницького. Хмельницький, 2006. 196 с.
Selivanova, O. V. (2006). *Formuvannia profesiinoi hotovnosti kursantiv-divchat do prykordonnoi sluzhby [Formation of professional readiness of cadets-girls for border service]: Candidate's thesis: 13.00.04. Natsional'na akademiya derzh. prykordonnoyi sluzhby Ukrayiny imeny Bohdana Khmelnytskoho*. Khmelnytskyi, Ukraine.
17. Сергієнко В. М. Система контролю рухових здібностей студентської молоді: теорія і методологія фізичного виховання: монографія. Суми: СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2015. 392 с.
Serhienko, V. M. (2015). *Systema kontroliu rukhovyykh zdbnostei studentskoi molodi: teoriia i metodolohiia fizychnoho vykhovannia [The system of control of motor abilities of student youth: theory and methodology of physical education]*. Sumy, Ukraine: Sumkyu derzhavnyu pedahohichnyu universytet imeni A. S. Makarenka.
18. Стісловський С. В., Єдинак Г. А., Василюк В. В. Організація та методика розвивальних занять з фізичної культури для старшокласників: навч. посібник. Кам'янець-Подільський: Рута, 2017. 123 с.
Stsislovsky, S. V., Yedynak, G. A., Vasilyniuk, V. V. (2017). *Orhanizatsiia ta metodyka rozvyvalnykh zaniat z fizychnoi kultury dlia starshoklasnykiv [Organization and methodology of developmental training in physical culture for high school students]*. Kamianets-Podilskyi, Ukraine: Ruta.
19. Шиян Б. М., Єдинак Г. А., Петришин Ю. В. Наукові дослідження у фізичному вихованні та спорті: навч. посібник. Кам'янець-Подільський: Рута, 2012. 280 с.
Shiyan, B. M., Yedynak, G. A., Petryshyn, Y. V. (2012). *Naukovi doslidzhennia u fizychnomu vykhovanni ta sporti [Scientific research in physical education and sports]*. Kamianets-Podilskyi, Ukraine: Ruta.
20. Dick, F. W. (2007). *Sports training principles*. 5th ed. London: A & C Black.
21. Duncan, A. G. (2016). *The military education of junior officers in the Edwardian Army*. Birmingham: History Department College of Arts and Law University.
22. Genetic and molecular aspects of sport performance (2011). Edited by Bouchard, C. and Hoffman, E. Oxford: Blackwell Publishing Ltd.
23. Katzmarzyk, P. T. & Silva, M. J. C. (2013). *Growth and maturation in human biology and sports*. Coimbra: University press.

24. Melnykov, A., Iedynak, G., Galamandjuk, L., Blavt, O., Duditska, O., Koryagin, V., Balatska, L. & Mazur, V. (2018). Factors that influence change in cadets' physical preparation during the first half of study at the military academy. *Journal of Physical Education and Sport*, 18(2), 781-786. DOI: 10.7752/jpes.2018.02115
25. Rowland, T. (2005). *Children's exercise physiology*. 2nd ed. Champaign, IL: Human Kinetics.
26. Sliusarchuk, V. & Iedynak, G. (2015). Physical education of future woman-officers of the state border service for formation of readiness to physical self-development at academy education as a pedagogical problem. *J of Education, Health and Sport*, 5(7), 690-698. DOI: <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.2539671>
27. Vincent, W. J. (2005). *Statistic in kinesiology*, 3rd ed. Champaign IL: Human Kinetics, Inc.

Sliusarchuk V.

ORCID <https://orcid.org/0000-0002-0455-5332>
 PhD in physical education and sport, assist professor,
 Doctoral student in the Department of
 Pedagogy, Psychology and Physical Education,
 T.H. Shevchenko National University «Chernihiv Colehium»,
 (Chernihiv, Ukraine) slysar4yko@ukr.net

CHANGE OF PHYSICAL PREPAREDNESS INDICATORS OF GIRLS – FUTURE BORDER GUARDS DURING THE FIRST YEAR OF EDUCATION IN THE SPECIALIZED INSTITUTION OF HIGHER EDUCATION

Article's purpose. *The purpose of the work is to determine the effectiveness of the traditional approach to the organization and realization of the content of girls – future border guards physical education during their first year of training in a specialized institution of higher.*

Methodology. *It was implemented the established stage of the pedagogical experiment, which was attended by 54 girls who began training in the institution. There were used a number of tests to obtain the necessary empirical data, which often meets established metrological requirements and is often used by researchers. Also the requirements of the 2013 – Helsinki Declaration on the ethical principles of research carried out with the participation of people were fulfilled.*

Scientific novelty. *After processing the data obtained by the appropriate methods of mathematical statistics, we obtained the results, are completely new, because there is no information in the study area in the research. It was found that the use of the traditional approach for organization and implementation of the content of physical education during the first year of girls – future officers-border guards training led to unequal changes of indicators their physical preparedness. In particular, the level of development in part of the motor qualities increased, while the rest remained at the level reached earlier. At the same time, they noted that the level of development of motor qualities has not decreased, an analysis and generalization of the data obtained in the literature, established some reasons for this result.*

Conclusions. *The study found the lack of effectiveness of the current approach to organizing and implementing the content of physical education of girls – future border guards during their first year of training in a specialized institution of higher education. This situation of girls' physical fitness does not contribute to their further development, primarily in terms of the formation of functional capabilities and professional development. In connection with the result obtained, one of the priority measures should concern updating (replacement or modernization) the approach used to organize and implement the content of physical education of girls during the first year of study in a specialized institution of higher education.*

Key words: *preparedness, dynamics, girls, border guards, education.*

Стаття надійшла до редакції 20.09.2019 р.

Рецензент: доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор Г. А. Єдинак