



## ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

<https://doi.org/10.15802/2071-1476-2026-1-08>

УДК 355.233.22:796.015.132(045)

### ЕФЕКТИВНІСТЬ ПРОГРАМИ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ У СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТТЯХ З ВІЙСЬКОВО- ПРИКЛАДНОГО СЕМИБОРСТВА

Москаленко Н.<sup>1ACD</sup>, Куришко Є.<sup>2ABCDE</sup>

*<sup>1</sup>Навчально-науковий інститут «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту»  
Українського державного університету науки і технологій*

*<sup>2</sup>Вінницький державний педагогічний університет  
ім. М. Коцюбинського*

**Москаленко Наталія Василівна**

**Moskalenko Nataliya**

Навчально-науковий інститут «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту» Українського державного університету науки і технологій, м. Дніпро, вул. Набережна Перемоги, 10, 49094, Україна  
Prydniprovsk State Academy of Physical Culture and Sport, Ukrainian State University of Science and Technologies, Dnipro, Naberezhna Peremohy Street, 10, 49094, Ukraine  
e-mail: [moskalenkonatali2016@gmail.com](mailto:moskalenkonatali2016@gmail.com)  
<https://orcid.org/0000-0001-9162-5206>

**Куришко Євген Андрійович**

**Kuryshko Yevhen**

Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, Україна, 21001, м. Вінниця, вул. Острозького, 32  
Vinnytsia Mykhailo Kotsiubynskyi State Pedagogical University, Ostrozhskogo street 32, Vinnitsa, 21100  
<https://orcid.org/0000-0003-0862-3838>

Внесок авторів: А – дизайн дослідження; В – збір даних; С – статистичний аналіз; D – підготовка рукопису; E – збір коштів.

Authors' Contribution: A – Study design; B – Data collection; C – Statistical analysis; D – Manuscript Preparation; E – Funds Collection

#### Анотація

**Вступ.** Одним із напрямків реалізації державної політики у сфері фізичного виховання та підготовки молоді до захисту Батьківщини є процес фізичного виховання у військових закладах вищої освіти. Важливою складовою системи підготовки військовослужбовців Збройних Сил України є спеціальна фізична підготовка. Результати комплексних теоретичних та емпіричних досліджень українських науковців свідчать про необхідність застосування в системі підготовки молоді до служби в Збройних силах України військово-прикладних видів спорту, що підтверджується досвідом країн-членів НАТО, які також активно їх упроваджують у процес фізичної підготовки військовослужбовців з метою максимального наближення до військово-професійної діяльності. На наш погляд, поза увагою дослідників залишилось військово-прикладне семиборство – вид спорту, максимально наближений до військово-професійної діяльності, використання засобів якого у процесі спортивно-масової роботи здатне сформуванати професійно необхідні військово-прикладні уміння та навички майбутніх офіцерів. **Мета дослідження** – визначити ефективність



програми удосконалення спеціальної фізичної підготовки майбутніх офіцерів засобами військово-прикладного семиборства в секційних заняттях у процесі спортивно-масової роботи вищих військових навчальних закладів для виконання завдань за призначенням. **Матеріали і методи дослідження.** Методи дослідження: загальнонаукові, соціологічні, педагогічні, антропометричні, медико-біологічні та статистичні. **Результати.** З метою удосконалення спеціальної фізичної підготовки майбутніх офіцерів нами було розроблено поетапно-послідовну програму військово-прикладного семиборства для проведення навчально-тренувальних занять у години спортивно-масової роботи курсантів вищих військових навчальних закладів, яка включала мету; завдання; умови реалізації: педагогічні (які здійснюються через компоненти: теоретичний, методичний, практичний, діагностико-результативний), організаційні, психологічні; наукові принципи побудови (прикладності, систематичності, динамічності, послідовності, оптимальності, єдності, циклічності). У процесі проведення дослідження визначена її ефективність. **Висновки.** Ефективність упровадження авторської програми удосконалення спеціальної фізичної підготовки засобами військово-прикладного семиборства підтверджується статистично достовірно кращими ( $p \leq 0,05-0,01$ ) результатами виконання спеціальних фізичних вправ. Після експерименту експрес-оцінка рівня соматичного здоров'я курсантів експериментальної групи покращилась до середнього рівня, на відміну від представників контрольної групи. Констатовано також достовірне ( $p < 0,05$ ) покращення індексу функціональних змін представників експериментальної групи, що свідчить про збільшення адаптаційних можливостей майбутніх офіцерів, які займалися за авторською програмою.

**Ключові слова:** майбутні офіцери, спортивно-масова робота, військово-прикладне семиборство, авторська програма, спеціальна фізична підготовка.

## EFFECTIVENESS OF THE SPECIAL PHYSICAL TRAINING PROGRAM FOR FUTURE OFFICERS OF HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS IN SECTIONAL CLASSES IN MILITARY APPLIED HEPTOMARTISM

### Annotation

**Introduction.** One of the directions for implementing state policy in the field of physical education of youth and their preparation for the defense of the Native country is the process of physical education in higher military educational institutions. Special physical training is an important component of the training system for servicemen of the Armed Forces of Ukraine. The results of comprehensive theoretical and empirical studies by Ukrainian scientists indicate the necessity of introducing military-applied sports into the system of training youth for service in the Armed Forces of Ukraine, which is also confirmed by the experience of NATO member states that actively implement them in the process of physical training of servicemen in order to achieve maximum approximation to military-professional activity. In our opinion, researchers have overlooked military-applied heptathlon, a sport that is maximally close to military-professional activity, the use of which in the process of sports and mass work is capable of forming professionally necessary military-applied skills and abilities of future officers. **The purpose of the study** is to determine the effectiveness of a program for improving the special physical training of future officers by means of military-applied heptathlon in sectional classes within the process of sports and mass work of higher military educational institutions to perform tasks related to service activities. **Material and methods of the study.** The research methods included general scientific, sociological, pedagogical, anthropometric, medical-biological and statistical methods. **Results.** In order to improve the special physical training of future officers, we developed a step-by-step program of military-applied heptathlon for conducting educational and training sessions during sports and mass work hours for cadets of higher military educational institutions, which included the goal, objectives, conditions of implementation: pedagogical ((implemented through the following components: theoretical, methodological, practical, diagnostic and results-oriented), organizational, psychological, scientific principles of construction (applicability, systematicity, dynamism, consistency, optimality, unity, cyclicity). In the course of the study, its effectiveness was determined. **Conclusions.** The effectiveness of implementing the author's program for improving special physical training by means of military-applied heptathlon is confirmed by statistically significant better ( $p \leq 0.05-0.01$ ) results in performing special physical exercises. After the experiment, the express assessment of the somatic health level of cadets in the experimental group improved to an average level, unlike representatives of the control group. A reliable ( $p < 0.05$ ) improvement in the functional change index of the experimental group was also observed, indicating an increase in the adaptive capabilities of future officers who participated in the author's program.

**Keywords:** future officers, sports and mass work, military-applied heptathlon, author's program, special physical training.

**Вступ.** Одним із напрямків реалізації державної політики у сфері фізичного виховання та підготовки молоді до захисту Батьківщини є процес фізичного виховання у військових закладах вищої освіти. В період навчання відбувається формування у майбутніх офіцерів військово-прикладних умінь і навичок та усвідомленого ставлення до занять фізичною культурою і спортом. Важливою складовою системи підготовки військовослужбовців Збройних Сил України є спеціальна фізична підготовка [1-9].

Результати комплексних теоретичних та емпіричних досліджень А. Одерова, В. Климовича, С. Романчука, О. Матвейка, І. Пилипчука, О. Небожука, Є. Приступи, [10, 11, 12] Н. Москаленко, М. Корчагіна, В. Откидача [13, 14] свідчать про необхідність застосування в системі підготовки молоді до служби в Збройних силах України військово-прикладних видів спорту. В арміях країн-членів НАТО в процес фізичної підготовки військовослужбовців також активно впроваджуються військово-прикладні вправи з метою максимального наближення до військово-професійної діяльності.

Значна кількість досліджень присвячена розробці програм занять військово-прикладними видами спорту, а саме військовим пентатлоном, хортінгом, багатоборством ВСК [15-19]. На наш погляд, до таких засобів також належить військово-прикладне семиборство (вид військово-спортивного багатоборства), яке включено до Єдиної спортивної класифікації з неолімпійських видів спорту, які максимально наближені до військово-професійної діяльності.

Проте, питання формування професійно необхідних військово-прикладних умінь і навичок майбутніх офіцерів у процесі спортивно-масової роботи з використанням засобів військово-прикладного семиборства у закладах

вищої освіти залишалося поза увагою дослідників.

Дослідження виконане згідно тематичного плану НДР Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту на 2021-2025 рр. за темою «Наукове обґрунтування оздоровчо-рекреаційних технологій у фізичному вихованні різних груп населення» (номер держреєстрації 0121U108320).

**Гіпотеза** – передбачалось, що впровадження програми спеціальної фізичної підготовки з використанням засобів військово-прикладного семиборства буде сприяти підвищенню рівня військово-прикладних умінь і навичок майбутніх офіцерів.

**Мета дослідження** – визначити ефективність програми удосконалення спеціальної фізичної підготовки майбутніх офіцерів засобами військово-прикладного семиборства у секційних заняттях у процесі спортивно-масової роботи вищих військових навчальних закладів для виконання завдань за призначенням.

**Матеріали і методи дослідження**

*Учасники.* У формуальному експерименті брали участь курсанти 4 курсу Національного університету Повітряних Сил імені Івана Кожедуба (контрольна група n=42, експериментальна група n=40). Також у дослідженні брали участь фахівці з фізичної підготовки Збройних Сил України (n=40). Від усіх учасників було отримано інформовану згоду на участь у цьому дослідженні.

*Процедура.* Проведено детальний аналіз програми та змісту навчальних занять з дисципліни «Фізичне виховання та спеціальна фізична підготовка». Проаналізовано показники фізичного стану та фізичного розвитку курсантів 1 курсу. Для з'ясування пріоритетів військово-прикладних навичок, що мають формуватися у курсантів за допомогою занять в години спортивно-масової роботи, проводилось опитування

за методом експертних оцінок «Делфі». Опитування проводилось на базі Навчально-наукового інституту фізичної культури та спортивно-оздоровчих технологій Національного університету оборони України імені Івана Черняхівського з офіцерами, які мають не менше 5 років служби на посаді фахівця фізичної підготовки і спорту у Збройних Силах України, та науково-педагогічними працівниками інституту. Процедура проведення дослідження відповідала Гельсінкській декларації 2008 року.

*Статистичний аналіз.* Методи дослідження: загальнонаукові, соціологічні, педагогічні, антропометричні, медико-біологічні та статистичні. Серед загальнонаукових методів дослідження було обрано теоретичний аналіз, систематизацію та узагальнення даних науково-методичних джерел і керівних документів, метод порівняння та зіставлення, метод системного аналізу. Група соціологічних методів представлена експертним опитуванням. Педагогічні методи включали: педагогічне спостереження, педагогічне тестування рівня розвитку фізичних якостей та рівня сформованості військово-прикладних навичок, педагогічний експеримент (формульний). Антропометричні методи використовувались для визначення показників фізичного розвитку учасників дослідження. Медико-біологічні методи було застосовано для оцінки фізичного стану учасників експерименту (оцінка фізичного стану за О. Піроговою), рівня соматичного здоров'я (експрес-оцінка за Г.Л. Апанасенком) та адаптаційних можливостей (індекс функціональних змін Р.М. Басєвського). Методи математичної статистики використовувались для виявлення різниці між показниками представників контрольної та експериментальної груп. Методи оцінки та перевірки гіпотез застосовувались для характеристики груп досліджу-

ваних і виявлення різниці показників між групами за допомогою функцій (середні арифметичні в групах –  $\bar{x}$ , середні квадратичні відхилення –  $\sigma$ , помилки середніх арифметичних –  $m$ ). Вірогідність розходжень за однією ознакою в групі до і після чергування, до і після експерименту та у двох різних групах оцінювалася за  $t$ -критерієм Стьюдента. Суттєвими визначались різниці між середніми арифметичними при достовірному рівні від 95 % до 99,9 %. Отримані результати визначеної вибірки та дослідження різниці між показниками представників контрольної та експериментальної груп було оброблено методами математичної статистики з використанням персонального комп'ютера, зокрема програм «MS Excel» в операційній системі «Windows», Statistica – 6.0. У середині визначеної вибірки для аналізу результатів застосовано  $t$ -критерій Стьюдента для корельованої вибірки. Для порівняльного аналізу результатів представників контрольної та експериментальної груп використано  $t$ -критерій Стьюдента для некорельованих вибірок. Для коректних розрахунків вибірки перевірялись на рівність дисперсій.

**Результати.** У сучасній періодичі постійно точиться дискусія, щодо змісту військово-прикладних навичок військовослужбовців, що є професійно-важливими для сучасного військового фахівця. З одного боку, військово-прикладні уміння та навички трактують як такі, що забезпечують успішне виконання прийомів та дій у бойових умовах. З іншого боку, військово-прикладні уміння та навички можуть вважатися такими, що носять комплексний характер і відображають психофізичну готовність до виконання військово-професійних завдань.

Аналізуючи сучасні програми спеціальної фізичної підготовки майбутніх офіцерів, ми виділили найбільш часто згадувані військово-

во-прикладні уміння та навички, розвитку та удосконаленню яких приділяється увага у вищих військових навчальних закладах, а саме: довготривале прискорене пересування; пересування бігом зі зброєю; подолання різного роду перешкод у пішому порядку зі зброєю; стрільба з вогнепальної зброї з різних положень; виконання стрільби та метання гранат після тривалого прискореного пересування; метання гранат на дальність; метання гранат на точність; виконання прийомів бою зі зброєю; плавання в обмундированні зі зброєю; пірнання у довжину; піднімання та перенесення вантажів.

Аналіз військово-прикладних видів спорту, впровадження яких у спеціальну фізичну підготовку курсантів має на меті розвиток та удосконалення військово-прикладних умінь і навичок, свідчить, що військово-прикладне семиборство включає найширший спектр змагальних дисциплін, опанування яких відповідає зазначеній меті: плавання 50 метрів; стрільба з пневматичної зброї; біг на 100 та 3000 м; підтягування на перекладині; подолання смуги перешкод; метання імітаційних гранат.

Це підтверджується даними експертного опитування фахівців фізичної підготовки Збройних Сил України ( $n=40$ ).

Відповідно до умов експертного опитування за методом експертних оцінок «Делфі» був розроблений опитувальник, метою використання якого було з'ясувати пріоритетність військово-прикладних навичок, що мають формуватися за допомогою занять в години спортивно-масової роботи, фізичних якостей майбутніх офіцерів, які потребують удосконалення та військово-прикладних видів спорту, що можуть бути використані для вирішення завдань спортивно-масової роботи.

Результати експертного опитування засвідчили, що пріоритетними військово-прикладними уміннями та навичками, що ма-

ють формуватися в процесі занять в години спортивно-масової роботи, є: довготривале пересування в пішому порядку (середня оцінка 7,4 з 9-ти можливих); плавання (6,7 з 9 можливих); подолання перешкод в пішому порядку (5,9 з 9 можливих); влучна стрільба з особистої зброї (5,6 з 9 можливих); метання гранати на дальність (4,8 з 9 можливих).

Щодо фізичних якостей, на вдосконалення яких повинна бути спрямована спортивно-масова робота курсантів, то експертна оцінка засвідчила наступний розподіл: аеробна витривалість (7,1 з 9 можливих); спритність (6,3 з 9 можливих); силова витривалість (5,8 з 9 можливих); відносна сила (5,6 з 9 можливих); швидкість (5,1 з 9 можливих).

Суб'єктивна думка експертів, щодо військово-прикладної спрямованості видів спорту, за якими проводились тренувальні заняття та спортивні змагання у Збройних Силах, засвідчила наступний розподіл: військово-прикладне семиборство (середня оцінка 6,8 з 9 можливих); військове п'ятиборство (6,3 з 9 можливих); швидкісна стрільба (5,7 з 9 можливих); рукопашний бій (5,2 з 9 можливих); кросфіт (4,8 з 9 можливих).

З метою удосконалення спеціальної фізичної підготовки майбутніх офіцерів нами було розроблено поетапно-последовну програму військово-прикладного семиборства для проведення навчально-тренувальних занять у години спортивно-масової роботи курсантів вищих військових навчальних закладів, яка включала мету; завдання; умови реалізації: педагогічні (які здійснюються через компоненти: теоретичний, методичний, практичний, діагностико-результативний), організаційні, психологічні; наукові принципи побудови (прикладності, систематичності, динамічності, послідовності, оптимальності, едності, циклічності).

Структурно авторська програма складається з окремих секцій-

них занять військово-прикладним семиборством, які поєднуються у мікроцикли та мезоцикли. Загальна тривалість тренувальної програми дорівнює 64 календарних тижні і складається з трьох етапів: початкового (8 тижнів), основного (44 тижні) і етапа вдосконалення (12 тижнів). Всього авторська програма передбачає 192 навчально-тренувальних заняття, відповідно 24 заняття на початковому етапі, 132 заняття основного етапу та 36 занять етапу вдосконалення.

Кожен етап авторської програми удосконалення спеціальної фізичної підготовки засобами військово-прикладного семиборства відповідно має свою мету та завдання.

З метою дослідження ефективності авторської програми удосконалення спеціальної фізичної підготовки засобами військово-прикладного семиборства в період з травня 2020 року по січень 2022 року було проведено формувальний педагогічний експеримент, який передбачав упровадження військово-прикладного семиборства у спортивно-масову роботу Харківського національного університету Повітряних Сил імені Івана Кожедуба. Для дослідження ефективності розробленої авторської програми удосконалення спеціальної фізичної підготовки засобами військово-прикладного семиборства було проведено оцінку фізичної підготовленості, рівня сформованості

військово-прикладних навичок, рівня соматичного здоров'я та адаптаційних можливостей представників контрольної (n=42) та експериментальної груп (n=40). На початок формувального експерименту показники обох груп не демонстрували статистично достовірних відмінностей.

Оцінка рівня фізичної підготовленості майбутніх офіцерів проводилась за типовими вправами, що характеризують розвиток основних фізичних якостей курсанта: біг на 100 м, підтягування на високій перекладині, біг 3000 м. Контрольне тестування фізичних вправ проводилось під час щомісячної перевірки рівня фізичної підготовленості курсантів за бальною системою, відповідно до діючих у Збройних Силах України нормативів (табл. 1).

Результати оцінювання фізичної підготовленості майбутніх офіцерів контрольної та експериментальної груп свідчать про відсутність статистично достовірної різниці середнього арифметичного значення показника до початку експерименту та наявність статистично достовірно кращого значення показника представників експериментальної групи по відношенню до результатів контрольної групи після експерименту.

Оцінка рівня сформованості військово-прикладних навичок майбутніх офіцерів здійснювалась за нормативами спеціальної фізичної підготовки курсантів за

результатами виконання спеціальних вправ: Загальної контрольної вправи на єдиній смузї перешкод, плавання 100 м вільним стилем в обмундируванні зі зброєю та марш-кидку на 5 км.

Аналіз результатів виконання загальної контрольної вправи на єдиній смузї перешкод майбутніх офіцерів після експерименту демонструє покращення показника на 2,5 % – для представників контрольної групи та 7,5 % – для курсантів експериментальної групи. Виявлено, що за відсутності статистично достовірної різниці результатів до початку експерименту, після його закінчення середній результат курсантів експериментальної групи статистично достовірно кращий за показник представників контрольної групи (табл. 2).

Виконання вправи «плавання 100 м вільним стилем в обмундируванні зі зброєю» демонструє рівень спеціальних умінь військовослужбовців у подоланні водних перешкод. Результати плавання 100 м вільним стилем в обмундируванні зі зброєю представників експериментальної та контрольної груп представлено в таблиці 3.

Результати виконання вправи плавання 100 м вільним стилем в обмундируванні зі зброєю представників експериментальної та контрольної груп засвідчили статистично достовірну різницю показників після експерименту при відсутності різниці до експерименту.

Таблиця 1

**Результати оцінювання рівня фізичної підготовленості курсантів експериментальної та контрольної груп (n = 82)**

Період визначення	Експериментальна група (n = 40) $\bar{x} \pm m$	Контрольна група (n = 42) $\bar{x} \pm m$	Рівень значимості
Сума балів за виконання трьох вправ, бали			
Травень 2020 р.	261,98 ± 2,91	260,79 ± 3,06	p>0,05
Січень 2022 р.	306,73 ± 2,59	290,74 ± 2,95	p<0,001
Різниця показників	17,1 %	11,5 %	
Оцінка фізичної підготовленості, бали			
Травень 2020 р.	4,23 ± 0,07	4,21 ± 0,16	p>0,05
Січень 2022 р.	4,90 ± 0,05	4,67 ± 0,09	p<0,05
Різниця показників	15,9 %	10,9 %	

Результати виконання контрольної вправи на спеціальну витривалість – марш-кидок на 5 км представлено в таблиці 4. До початку експерименту було зафіксовано відсутність статистично достовірної різниці показників.

Аналіз результатів виконання вправи марш-кидок на 5 км майбутніми офіцерами після експерименту засвідчив статистично достовірно кращий результат представників експериментальної групи у порівнянні із контрольною групою. Динаміка результатів демонструє покращення показника представників експериментальної групи на 5,5 %, в той час як у представників контрольної групи показник покращився лише на 2,8 % (табл. 4).

Основним показником ефективності процесу фізичного виховання закладів вищої освіти більшість дослідників вважають позитивні зміни стану здоров'я

здобувачів освіти. Оцінку рівня соматичного здоров'я представників контрольної та експериментальної груп було проведено до початку формування педагогічного експерименту та після його закінчення за методикою експрес-оцінки Г.Л. Апанасенка (табл. 5) [20].

Значення показника рівня соматичного здоров'я представників обох груп до експерименту знаходиться в діапазоні від 5 до 9 умовних одиниць і відповідає оцінці «Нижче середнього». Після експерименту оцінка рівня соматичного здоров'я курсантів КГ також відповідає оцінці «Нижче середнього», проте показник представників ЕГ є вищий за 9 балів і відповідає оцінці «Середній» рівень.

За твердженням дослідників, адаптація військовослужбовця характеризує стан пристосування функцій організму до умов вій-

ськово-професійної діяльності. Для вирішення проблеми формування психофізичної готовності військовослужбовців, доцільно розглядати феномен адаптаційних процесів в організмі людини як такий, що характеризується стійким рівнем активності і взаємозв'язку систем, органів, тканин і механізмів регуляції для забезпечення нормального рівня життєдіяльності фахівця з урахуванням несприятливих факторів військово-професійної діяльності. Оцінка рівня адаптаційних можливостей представників двох груп протягом формування експерименту проводилась за допомогою індексу функціональних змін Р.М. Баєвського (табл. 6).

Аналіз результатів визначення функціональних показників учасників експерименту до його початку засвідчив статистично достовірні відмінності у середніх значеннях довжини тіла та ваги

Таблиця 2

**Результати виконання загальної контрольної вправи на єдиній смузі перешкод курсантів експериментальної та контрольної груп (n = 82)**

Період визначення	Експериментальна група (n = 40) $\bar{x} \pm m$	Контрольна група (n = 42) $\bar{x} \pm m$	Рівень значимості
Загальна контрольна вправа на смузі перешкод, с			
Травень 2020 р.	137,75 ± 1,15	138,10 ± 0,92	p>0,05
Січень 2022 р.	127,38 ± 0,85	134,67 ± 0,88	p<0,001
Різниця показників	7,5 %	2,5 %	

Таблиця 3

**Результати плавання 100 м вільним стилем в обмундируванні зі зброєю курсантів експериментальної та контрольної груп (n = 82)**

Період визначення	Експериментальна група (n = 40) $\bar{x} \pm m$	Контрольна група (n = 42) $\bar{x} \pm m$	Рівень значимості
Плавання 100 м вільним стилем в обмундируванні зі зброєю, с			
Травень 2020 р.	247,68 ± 1,61	246,55 ± 1,57	p>0,05
Січень 2022 р.	233,98 ± 1,44	239,76 ± 1,28	p<0,01
Різниця показників	5,5 %	2,8 %	

Таблиця 4

**Результати марш-кидку на 5 км курсантів експериментальної та контрольної груп (n = 82)**

Період визначення	Експериментальна група (n = 40) $\bar{x} \pm m$	Контрольна група (n = 42) $\bar{x} \pm m$	Рівень значимості
Марш-кидок на 5 км, с			
Травень 2020 р.	1569,25 ± 1,18	1568,50 ± 1,30	p>0,05
Січень 2022 р.	1549,60 ± 1,53	1556,83 ± 1,49	p<0,01
Різниця показників	5,5 %	2,8 %	

тіла представників ЕГ та КГ та відсутність відмінностей решти показників, в тому числі, і індексу функціональних змін. За час експерименту функціональні показники представників обох груп зазнали незначних змін (від 0,2 % до 5,3 %), причому у відсоткову відношенні у представників експериментальної групи функціональні показники зазнали більш суттєвих змін. Внаслідок впливу занять військово-прикладним семиборством середнє значення індексу функціональних змін курсантів експериментальної групи покращилось на 3,3 % проти 1,4 % у представників контрольної групи і після експерименту є статистично достовірно кращим ( $p < 0,05$ ).

**Дискусія.** Сучасна система підготовки військ змінює концептуальні підходи до професійної підготовки військових фахівців за аналогічними для армій дер-

жав членів НАТО. Проблеми удосконалення спеціальної фізичної підготовки майбутніх офіцерів набувають особливості актуальності в нових військово-політичних умовах.

Проведені нами теоретичні дослідження дозволили визначити основні сучасні підходи до удосконалення спеціальної фізичної підготовки майбутніх офіцерів: оздоровчий (спрямований на формування необхідного фізичного стану та рівня здоров'я здобувачів військової освіти), інноваційний (спрямований на пошук та впровадження новітніх технологій та удосконалення вже відомих методик та засобів фізичного удосконалення), мотиваційний (спрямований на залучення до свідомої фізкультурно-оздоровчої активності) та професійно-акцентований (що забезпечує формування психофізичної готовності до май-

бутньої професійної діяльності за рахунок використання фізичних вправ, які максимально наближені до бойових).

Комплексне застосування визначених підходів до удосконалення спеціальної фізичної підготовки майбутніх офіцерів може бути реалізовано за допомогою впровадження військово-прикладного семиборства у процес спортивно-масової роботи вищих військових навчальних закладів.

У сучасній науковій літературі продовжується дискусія щодо визначення переліку військово-прикладних видів спорту, які можуть бути пріоритетними для впровадження в спортивно-масову роботу майбутніх офіцерів [7, 9, 12, 13, 15]. Вітчизняні автори досліджували користь занять для військовослужбовців різними видами спорту. Але, якщо за основу

Таблиця 5

**Оцінка показників соматичного здоров'я курсантів експериментальної та контрольної груп (n = 82)**

Період визначення	Експериментальна група (n = 40) $x \pm m$	Контрольна група (n = 42) $x \pm m$	Рівень значимості
Оцінка ваго-ростового індексу, бали			
Травень 2020 р.	- 0,04 ± 0,03	- 0,03 ± 0,02	p>0,05
Січень 2022 р.	- 0,02 ± 0,02	- 0,01 ± 0,01	p>0,05
Різниця показників	50 %	33,3 %	
Оцінка життєвого індексу, бали			
Травень 2020 р.	1,27 ± 0,16	1,21 ± 0,16	p>0,05
Січень 2022 р.	1,63 ± 0,09	1,20 ± 0,17	p<0,05
Різниця показників	28,4 %	- 0,8 %	
Оцінка силового індексу, бали			
Травень 2020 р.	0,57 ± 0,14	0,57 ± 0,16	p>0,05
Січень 2022 р.	1,13 ± 0,06	0,74 ± 0,16	p<0,05
Різниця показників	98,2 %	29,8 %	
Оцінка індексу Робінсона, бали			
Травень 2020 р.	2,03 ± 0,19	1,98 ± 0,19	p>0,05
Січень 2022 р.	2,63 ± 0,15	2,43 ± 0,18	p>0,05
Різниця показників	29,6 %	22,7 %	
Оцінка часу відновлення частоти серцевих скорочень після 20 присідань, бали			
Травень 2020 р.	3,90 ± 0,16	3,81 ± 0,17	p>0,05
Січень 2022 р.	4,45 ± 0,14	3,86 ± 0,15	p<0,05
Різниця показників	14,1 %	1,3 %	
Оцінка рівня соматичного здоров'я, бали			
Травень 2020 р.	7,78 ± 0,33	7,67 ± 0,37	p>0,05
Січень 2022 р.	9,65 ± 0,39	8,02 ± 0,32	p<0,01
Різниця показників	24,0 %	4,6 %	

планування спортивно-масової роботи майбутніх офіцерів брати професійно-акцентований підхід (що забезпечує формування психофізичної готовності до майбутньої професійної діяльності), то вибір видів спорту для занять визначається переліком і змістом військово-прикладних умінь і навичок, які формуються в процесі занять даним видом спорту.

Результати проведеного нами експертного опитування фахівців фізичної підготовки Збройних Сил України дозволили визначити пріоритетні військово-прикладні уміння та навички, що мають формуватися в процесі занять в години спортивно-масової ро-

боти: довготривале прискорене пересування в пішому порядку, плавання, подолання перешкод, влучна стрільба з вогнепальної зброї та метання гранати на дальність. Спортивні дисципліни військово-прикладного семиборства повністю відповідають змісту військово-прикладних умінь і навичок, необхідних для успішної професійної діяльності майбутніх офіцерів.

На відміну від вже існуючих програм занять військово-прикладними видами спорту, метою авторської програми є удосконалення рівня спеціальної фізичної підготовки майбутніх офіцерів за рахунок формування військо-

во-прикладних умінь і навичок відповідно до профілю військово-професійної діяльності.

За підсумками експерименту результати виконання контрольних вправ у представників експериментальної групи є статистично достовірно кращими ( $p \leq 0,05-0,01$ ) за результати контрольної. За період формування педагогічного експерименту відбулося покращення рівня розвитку фізичних якостей представників експериментальної групи: швидкості на 4,2 % та сили на 26,8 %. У той же час, в контрольній групі показники зазнали менших змін: швидкість на 2,4 %, сила – на 17,3 %. Результати ви-

Таблиця 6

**Функціональні показники та індекс функціональних змін курсантів експериментальної та контрольної груп (n = 82)**

Період визначення	Експериментальна група (n = 40) $\bar{x} \pm m$	Контрольна група (n = 42) $\bar{x} \pm m$	Рівень значимості
Вік, роки			
Травень 2020 р.	20,90 ± 0,31	21,00 ± 0,27	p > 0,05
Січень 2022 р.	22,18 ± 0,30	22,60 ± 0,26	p > 0,05
Різниця показників	6,1 %	7,6 %	
Довжина тіла, см			
Травень 2020 р.	176,69 ± 0,92	179,37 ± 0,80	p < 0,05
Січень 2022 р.	176,89 ± 0,91	179,88 ± 0,79	p < 0,05
Різниця показників	0,1 %	0,3 %	
Вага тіла, кг			
Травень 2020 р.	71,69 ± 0,71	73,60 ± 0,50	p < 0,05
Січень 2022 р.	71,52 ± 0,54	73,75 ± 0,49	p < 0,01
Різниця показників	- 0,2 %	0,2 %	
Частота серцевих скорочень у стані спокою, уд.			
Травень 2020 р.	70,65 ± 1,09	71,45 ± 1,04	p > 0,05
Січень 2022 р.	67,30 ± 0,89	68,98 ± 0,84	p > 0,05
Різниця показників	- 4,7 %	- 3,5 %	
Артеріальний тиск систолічний, мм рт. ст.			
Травень 2020 р.	120,80 ± 0,90	120,59 ± 0,86	p > 0,05
Січень 2022 р.	118,80 ± 0,73	119,88 ± 0,76	p > 0,05
Різниця показників	- 1,7 %	- 0,8 %	
Артеріальний тиск діастолічний, мм рт. ст.			
Травень 2020 р.	73,60 ± 0,66	73,02 ± 0,61	p > 0,05
Січень 2022 р.	69,68 ± 0,61	71,90 ± 0,65	p < 0,05
Різниця показників	- 5,3 %	- 1,5 %	
Індекс функціональних змін, ум. од.			
Травень 2020 р.	2,13 ± 0,02	2,13 ± 0,02	p > 0,05
Січень 2022 р.	2,06 ± 0,02	2,10 ± 0,02	p < 0,05
Різниця показників	- 3,3 %	- 1,4 %	

конання контрольних фізичних вправ для визначення рівня розвитку швидкості та сили представниками експериментальної та контрольної груп є співставними результатам, які наводять у своїх дослідженнях вітчизняні дослідники військово-прикладних видів спорту [4, 5, 16, 18].

Найбільший вплив авторської програми удосконалення спеціальної фізичної підготовки засобами військово-прикладного семиборства очікувався на рівень розвитку загальної витривалості майбутніх офіцерів. Аналіз результатів вправи біг 3000 м майбутніх офіцерів після експерименту демонструє покращення показника на 5,2 % – для представників контрольної групи та 8,0 % – для курсантів експериментальної групи. Таким чином, відзначаємо покращення рівня розвитку витривалості представників групи майбутніх офіцерів, які займалися за поетапно-послідовною програмою занять військово-спортивним семиборством в години спортивно-масової роботи у порівнянні з курсантами, які займалися за традиційною програмою спортивно-масової роботи.

Ефективність упровадження авторської програми удосконалення спеціальної фізичної підготовки засобами військово-прикладного семиборства підтверджується також статистично достовірно кращими ( $p \leq 0,05-0,01$ ) результатами виконання спеціальних фізичних вправ.

За період формувального педагогічного експерименту відбулося статистично достовірне ( $p < 0,01$ ) покращення оцінки рівня соматичного здоров'я представників експериментальної групи. Результати проведеного дослідження

підтверджують дані вітчизняних та закордонних авторів про сприятливий вплив занять військово-прикладними видами спорту на рівень фізичного здоров'я військовослужбовців [11, 13].

Оцінка рівня адаптаційних можливостей учасників експерименту також дозволяє оцінити ефективність впровадження авторської програми удосконалення спеціальної фізичної підготовки засобами військово-прикладного семиборства. Результатами експерименту констатовано покращення індексу функціональних змін представників експериментальної групи на 3,3 % проти 1,4 % у представників контрольної групи, що свідчить про збільшення адаптаційних можливостей майбутніх офіцерів, які займалися за програмою військово-прикладного семиборства.

**Висновки.** За період формувального педагогічного експерименту відбулося покращення рівня розвитку фізичних якостей представників експериментальної групи. Результати виконання контрольних вправ у представників експериментальної групи є статистично достовірно кращими ( $p \leq 0,05-0,01$ ) за результати контрольної. Середня оцінка фізичної підготовленості курсантів експериментальної групи покращилась на 15,9 %, представників контрольної – на 10,9 %. Відбулося збільшення кількості «відмінних» оцінок фізичної підготовленості у курсантів експериментальної групи до 90 % при відсутності «задовільних» оцінок, в той час як у контрольній групі «відмінних» оцінок 74 %, при наявності 7 % «задовільних» оцінок.

Ефективність упровадження авторської програми удоско-

налення спеціальної фізичної підготовки засобами військово-прикладного семиборства підтверджується також статистично достовірно кращими ( $p \leq 0,05-0,01$ ) результатами виконання спеціальних фізичних вправ (загальна контрольна вправа на єдиній смузі перешкод, плавання на 100 м в обмундируванні зі зброєю, марш-кидок на 5 км). За період формувального педагогічного експерименту відбулося покращення оцінки рівня соматичного здоров'я представників експериментальної групи. Після експерименту експрес-оцінка рівня соматичного здоров'я курсантів експериментальної групи покращилась до середнього рівня, у той час як у представників контрольної групи залишилась на рівні «нижче середнього». Констатовано також достовірне ( $p < 0,05$ ) покращення індексу функціональних змін представників експериментальної групи на 3,3 % проти 1,4 % у представників контрольної групи, що свідчить про збільшення адаптаційних можливостей майбутніх офіцерів, які займалися за програмою військово-прикладного семиборства.

**Конфлікт інтересів.** Співавтор статті Москаленко Н. обіймає посаду заступника головного редактора журналу «Спортивний вісник Придніпров'я». З метою уникнення потенційного конфлікту інтересів, розгляд цієї статті та ухвалення рішення щодо її публікації були передані іншому члену редакційної колегії, який не є її співавтором. При цьому було суворо дотримано всіх стандартних процедур незалежного та подвійного сліпого рецензування, забезпечуючи об'єктивність оцінки рукопису.

## Література

1. Піддубний О.Г. Оптимізація фізичної підготовки курсантів вищих військових навчальних закладів у період первинного професійного навчання [дисертація]. Харків: ХДАФК; 2023. 187 с.

## References

1. Piddubnyi O.H. Optymizatsiia fizychnoi pidhotovky kursantiv vyshchyykh viiskovykh navchalnykh zakladiv u period pervynnoho profesiinoho navchannia [dysertatsiia]. Kharkiv: KhDAFK; 2023. 187 s.

2. Красота ВМ. Спеціальна фізична підготовка курсантів вищих військових навчальних закладів. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2013;4(37):30-3.
3. Климович В, Палевич С, Ткачук О, Шлямар І, Лотоцький І, Мелешенко О, Фіщук І. Вплив засобів фізичної підготовки та функціонального стану на фізичні якості курсантів у процесі військово-професійної діяльності. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15 [Інтернет]. 21, Листопад 2024;(11(184):86-0. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.11\(184\).17](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.11(184).17)
4. Романчук В, Шлямар І, Климович В. Порівняльний аналіз фізичної підготовленості курсантів ВНЗ Сухопутних військ різних спеціальностей. У: Молода спортивна наука України. Зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту [Інтернет]. Л.: ЛДУФК; 2012;2;16. с. 166-70. Доступно: <https://repository.ldufk.edu.ua/server/api/core/bitstreams/5145af40-8f83-4098-b953-f89da53a2d04/content>
5. Ожаревський В, Ткачук О, Шлямар І, Людовик Т, Мелешенко О, Гуртова Т, Гоманюк С. Фізична готовність розвідників – як основна складова їхньої професійної діяльності. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15 [Інтернет]. 23, Серпень 2024;(8(181):184-8. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.8\(181\).33](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.8(181).33)
6. Корчагін МВ, Ольховий ОМ, Попов ФІ. Спеціальна фізична підготовка військовослужбовців-операторів автоматизованих систем управління, радіотехнічних та радіолокаційних комплексів. У: Десята науково-технічна конференція ДНВЦ. Тези доповідей; 2-3 Верес. 2010; Феодосія. Феодосія: ДНВЦ; 2010. с. 118.
7. Марченко О, Холодова О, Васецький І. Підвищення ефективності спеціальної фізичної підготовки особового складу підрозділів національної поліції України засобами кросфіту. Спортивний вісник Придніпров'я [Інтернет]. 2024;(2):75-84. <https://doi.org/10.32540/2071-1476-2024-2-075>
8. Вербін Н. Теоретичний аналіз професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх магістрів військового управління. Військова освіта. 2016;(1(33):27-34.
9. Первачук ОІ, Одеров АМ, Мітова ОО. Рекомендації щодо вдосконалення організації процесу навчання прийомом рукопашного бою курсантів військових навчальних закладів. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Серія 15 [Інтернет]. 2022;(12(158):105-9. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.12\(158\)](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.12(158))
10. Одеров АМ, Климович ВБ, Романчук СВ, Матвейко ОМ, Пилипчак ІВ, Небожук ОР. Про
2. Krasota VM. Spetsialna fizychna pidhotovka kursantiv vyshchychk viiskovykh navchalnykh zakladiv. Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk. 2013;4(37):30-3.
3. Klymovych V, Palevych S, Tkachuk O, Shliamar I, Lototskyi I, Meleshenko O, Fishchuk I. Vplyv zasobiv fizychnoi pidhotovky ta funktsionalnoho stanu na fizychni yakosti kursantiv u protsesi viiskovo-profesiinnoi diialnosti. Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Seriiia 15 [Internet]. 21, Lystopad 2024;(11(184):86-0. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.11\(184\).17](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.11(184).17)
4. Romanchuk V, Shliamar I, Klymovych V. Porivnialnyi analiz fizychnoi pidhotovlenosti kursantiv VNZ Sukhoputnykh viisk riznykh spetsialnostei. U: Moloda sportyvna nauka Ukrainy. Zb. nauk. pr. z haluzi fiz. kultury ta sportu [Internet]. L.: LDUFK; 2012;2;16. s. 166-70. Dostupno: <https://repository.ldufk.edu.ua/server/api/core/bitstreams/5145af40-8f83-4098-b953-f89da53a2d04/content>
5. Ozharevskiy V, Tkachuk O, Shliamar I, Liudovyk T, Meleshenko O, Hurtova T, Homaniuk S. Fizychna hotovnist rozvidnykiv – yak osnovna skladova yikhnoi profesiinnoi diialnosti. Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Seriiia 15 [Internet]. 23, Serpen 2024;(8(181):184-8. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.8\(181\).33](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.8(181).33)
6. Korchahin MV, Olkhovyi OM, Popov FI. Spetsialna fizychna pidhotovka viiskovosluzhbovtiv-operatoriv avtomatyzovanykh system upravlinnia, radiotekhnichnykh ta radiolokatsiinykh kompleksiv. U: Desiata naukovo-tekhnichna konferentsiia DNVTs. Tezy dopovidei; 2-3 Veres. 2010; Feodosiia. Feodosiia: DNVTs; 2010. s. 118.
7. Marchenko O, Kholodova O, Vasetskyi I. Pidvyshchennia efektyvnosti spetsialnoi fizychnoi pidhotovky osobovoho skladu pidrozdiliv natsionalnoi politsii Ukrainy zasobamy krosfitu. Sportyvnyi visnyk Prydniprovia [Internet]. 2024;(2):75-84. <https://doi.org/10.32540/2071-1476-2024-2-075>
8. Verbin N. Teoretychnyi analiz profesiino-prykladnoi fizychnoi pidhotovky maibutnikh mahistriv viiskovoho upravlinnia. Viiskova osvita. 2016;(1(33):27-34.
9. Pervachuk OI, Oderov AM, Mitova OO. Rekomendatsii shchodo vdoskonalennia orhanizatsii protsesu navchannia pryiomam rukopashnoho boiu kursantiv viiskovykh navchalnykh zakladiv. Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P.Drahomanova. Seriiia 15 [Internet]. 2022;(12(158):105-9. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.12\(158\)](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.12(158))
10. Oderov AM, Klymovych VB, Romanchuk SV, Matveiko OM, Pylypchak IV, Nebozhuk OR.

- блемні аспекти фізичного виховання і психологічної підготовки юнаків призовного віку до умов служби в секторі безпеки і оборони України. Український журнал медицини, біології та спорту. Зб. наук. пр. Миколаїв: ЧНУ ім. П.Могили; 2022;7;3(37). с. 241-50.
11. Одеров АМ., Климович ВБ., Ольховий ОМ., Романчук СВ., Лашта ВБ. Проблемні аспекти фізичного виховання, здоров'я і психологічної підготовки юнаків призовного віку до умов служби в секторі безпеки і оборони України. Український журнал медицини, біології та спорту. 2019;4(3(19)):39-44.
  12. Романчук С, Приступа Є. Військові багатоборства та військово-прикладні види спорту в системі підготовки фахівців Збройних Сил України. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету ім. І. Огієнка. 2012;(5):223-30.
  13. Москаленко Н, Откидач В, Корчагін М, Хліманцов Т, Куришко Є. Вплив занять військово-спортивним багатоборством на стан здоров'я курсантів ВВНЗ. Спортивний вісник Придніпров'я. 2020;(1):345-51.
  14. Москаленко НВ, Откидач ВС, Корчагін МВ, Балдецький АА. Формування психофізичної готовності військовослужбовців засобами спеціальної фізичної підготовки. Науковий часопис національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова. Серія 15. 2022;(9(154)):63-7.
  15. Єрмоєнко ЕА, Полторацький СС. Військово-прикладний і бойовий хортінг у системі професійної підготовки допризовної молоді, військовослужбовців та правоохоронців. Шляхи удосконалення професійних компетентностей фахівців в умовах сьогодення. Матеріали міжнар. наук.-практ. інтернет конф.; 28-29 Трав. 2020; м. Київ. Луцьк: СНУ ім. Лесі Українки; 2020. с. 527-33.
  16. Корчагін М, Откидач В, Золочевський В. Розвиток силових якостей бійців бойового двоборства у базовому мезоциклі підготовки. Спортивний вісник Придніпров'я. 2019;(1):32-38.
  17. Лотоцький І, Пилипчак І, Романів І, Островський М, Полегойко М. Удосконалення процесу підготовки військових п'ятиборців з використанням специфічних тренувальних засобів. Спортивна наука України [Інтернет]. 2017;6:18-26.
  18. Полтавець А, Мулик В, Кийко А. Визначення вимог до комплексу фізичної підготовки під час тренувального процесу спортсменів з військово-авіаційного п'ятиборства. Слобожанський науково-спортивний вісник [Інтернет]. 2020;(5(79)):52-7. <https://doi.org/10.15391/snsv.2020-5.008>
  19. Полтавець А, Мулик В, Кийко А. Побудова тренувального процесу у спортсменів з міжнарод-
- Problemni aspekty fizychnoho vykhovannia i psykhologichnoi pidhotovky yunakiv pryzoynoho viku do umov sluzhby v sektori bezpeky i oborony Ukrainy. Ukrainskyi zhurnal medytsyny, biolohii ta sportu. Zb. nauk. pr. Mykolaiv: ChNU im. P.Mohyly; 2022;7;3(37). s. 241-50.
11. Oderov AM., Klymovych VB., Olkhovyi OM., Romanchuk SV., Lashta VB. Problemni aspekty fizychnoho vykhovannia, zdorov'ia i psykhologichnoi pidhotovky yunakiv pryzyvnoho viku do umov sluzhby v sektori bezpeky i oborony Ukrainy. Ukrainskyi zhurnal medytsyny, biolohii ta sportu. 2019;4(3(19)):39-44.
  12. Romanchuk S, Prystupa Ye. Viiskovi bahatoborstva ta viiskovo-prykladni vydy sportu v systemi pidhotovky fakhivtsiv Zbroinykh Syl Ukrainy. Fizychno vykhovannia, sport i zdorov'ia liudyny. Visnyk Kam'ianets-Podil'skoho natsionalnoho universytetu im. I. Ohienka. 2012;(5):223-30.
  13. Moskalenko N, Otkydach V, Korchahin M, Khlimantsov T, Kuryshko Ye. Vplyv zaniat viiskovo-sportyvnyim bahatoborstvom na stan zdorov'ia kursantiv VVNZ. Sportyvnyi visnyk Prydniprovia. 2020;(1):345-51.
  14. Moskalenko NV, Otkydach VS, Korchahin MV, Baldetskyi AA. Formuvannia psykhofizychnoi hotovnosti viiskovosluzhbovtiv zasobamy spetsialnoi fizychnoi pidhotovky. Naukovyi chasopys natsionalnoho pedahohichnoho universytetu im. M.P. Drahomanova. Serii 15. 2022;(9(154)):63-7.
  15. Ieromenko EA, Poltoratskyi SS. Viisko-vo-prykladnyi i boiovyi khortinh u systemi profesiinoi pidhotovky dopryzoynoi molodi, viiskovosluzhbovtiv ta pravookhorontsiv. Shliakhy udoskonalennia profesiinykh kompetentnosti fakhivtsiv v umovakh sohodennia. Materialy mizhnar. nauk.-prakt. internet konf.; 28-29 Trav. 2020; m. Kyiv. Luts'k: SNU im. Lesi Ukrainky; 2020. s. 527-33.
  16. Korchahin M, Otkydach V, Zolochovskyi V. Rozvytok sylovykh yakostei biitsiv boiovoho dvoborstva u bazovomu mezotsykli pidhotovky. Sportyvnyi visnyk Prydniprovia. 2019;(1):32-38.
  17. Lototskyi I, Pylypchak I, Romaniv I, Ostrovskyi M, Polehoiko M. Udoskonalennia protsesu pidhotovky viiskovykh p'iatybortiv z vykorystanniam spetsyfichnykh trenuvalnykh zasobiv. Sportyvna nauka Ukrainy [Internet]. 2017;6:18-26.
  18. Poltavets A, Mulyk V, Kyiko A. Vyznachennia vy-moh do kompleksu fizychnoi pidhotovky pid chas trenuvalnoho protsesu sportsmeniv z viiskovo-aviatsiinoho p'iatyborstva. Slobozhanskyi nauko-vo-sportyvnyi visnyk [Internet]. 2020;(5(79)):52-7. <https://doi.org/10.15391/snsv.2020-5.008>
  19. Poltavets A, Mulyk V, Kyiko A. Pobudova trenuvalnoho protsesu u sportsmeniv z

- ного військово-авіаційного п'ятиборства для участі у спортивному конкурсі (подолання смуги перешкод і спортивного орієнтування). World Science [Internet]. 2021 Янв. 26;1(62). [https://doi.org/10.31435/rsglobal\\_ws/30012021/7412](https://doi.org/10.31435/rsglobal_ws/30012021/7412)
20. Апанасенко ГЛ, Попова ЛА. Медицинская валеология. К.: Здоровье; 1998. 247 с.
- mizhnarodnoho viiskovo-aviatsiinoho p'iatyborstva dlia uchasti u sportyvnomu konkursi (podolannia smuhy pereshkod i sportyvnoho orientuvannia). WorldScience[Internet].2021 Yanv.26;1(62).[https://doi.org/10.31435/rsglobal\\_ws/30012021/7412](https://doi.org/10.31435/rsglobal_ws/30012021/7412)
20. Апанасенко ГЛ, Попова ЛА. Medytsynskaia valeolohyia. К.: Zdorove; 1998. 247 s.*Отримано/Received: 27.12.2025*

*Прорецензовано/Reviewed: 20.01.2026*

*Прийнято/Accepted: 19.02.2026*

*Опубліковано/Published – 30.03.2026*

Як цитувати статтю / How to Cite:

Москаленко Н, Куришко Є. Ефективність програми спеціальної фізичної підготовки майбутніх офіцерів закладів вищої освіти у секційних заняттях з військово-прикладного семиборства. Спортивний вісник Придніпров'я. 2026 Бер 30;(2):83-94. <https://doi.org/10.15802/2071-1476-2026-1-08>

Moskalenko N, Kuryshko Y. Effectiveness of the special physical training program for future officers of higher education institutions in sectional classes in military applied heptomartism. Sportyvnyi Visnyk Prydniprovia. 2026 Mar 30;(2):83-94. <https://doi.org/10.15802/2071-1476-2026-1-08>