



Фізична культура і спорт

УДК 355.233.2:796.83

DOI <https://doi.org/10.5281/zenodo.19636818>

**Становлення та розвиток боксу у Національній академії сухопутних військ
імені гетьмана Петра Сагайдачного**

Орест Лойко

кандидат історичних наук, професор,
професор кафедри фізичної підготовки та спорту
Національна академія сухопутних військ
імені гетьмана Петра Сагайдачного
вул. Героїв Майдану, 32, 79026, м. Львів, Україна
e-mail: oloyko1964@ukr.net
<https://orcid.org/0000-0001-7182-5104>

Віктор Букрєєв

викладач кафедри поведінкових наук та військового лідерства
Національна академія сухопутних військ
імені гетьмана Петра Сагайдачного
вул. Героїв Майдану, 32, 79026, м. Львів, Україна
e-mail: VITANA1958@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0004-5865-1807>

Олексій Лещінський

старший викладач кафедри фізичної підготовки та спорту Національна
академія сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного
70026, Україна, м.Львів, вул.Героїв Майдану , 32
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7336-9189>



Андрій Гриб

викладач кафедри фізичної підготовки та спорту Національна академія
сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного
70026, Україна, м.Львів, вул.Героїв Майдану , 32
ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-6083-3960>

Купріян Гулей

аспірант кафедри олімпійського, професійного та адаптивного спорту
Львівський державний університет фізичної культури
імені Івана Боберського
вул. Костюшка, 11, 79007, м. Львів, Україна
e-mail: kuprianlviv@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0008-7057-8779>

Прийнято: 01.04.2026 | Опубліковано: 18.04.2026

Анотація. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю вдосконалення системи фізичної та спеціальної фізичної підготовки військовослужбовців в умовах сучасних бойових дій, що вимагають високого рівня фізичної підготовленості, психофізіологічної стійкості та готовності до дій у ближньому бою. У цьому контексті особливої уваги набуває використання єдиноборств, зокрема боксу, як ефективного засобу комплексного впливу на фізичні та психологічні якості курсантів.

Мета дослідження – проаналізувати становлення та розвиток боксу у системі фізичної та спеціальної фізичної підготовки курсантів Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного.



Методи дослідження: аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, історико-педагогічний аналіз, аналіз нормативно-правових документів, методи систематизації та логіко-структурного узагальнення.

Результати. Встановлено, що розвиток боксу у системі фізичної підготовки курсантів має поетапний характер і відображає еволюцію підходів до військової підготовки. Визначено основні етапи становлення боксу та його трансформацію від факультативного виду спортивної діяльності до інтегрованого елементу спеціальної фізичної підготовки. Обґрунтовано педагогічне та прикладне значення боксу у формуванні фізичної підготовленості, психологічної стійкості та готовності до бойових дій.

Висновки. Доведено, що бокс є ефективним засобом фізичної та спеціальної фізичної підготовки курсантів, який сприяє розвитку ключових професійно важливих якостей військовослужбовців.

Ключові слова: бокс, фізична підготовка, спеціальна фізична підготовка, курсанти, військова освіта, Збройні Сили України.

Formation and development of boxing in the hetman Petro Sahaidachnyi National army academy

Orest Loiko

PhD in History, Professor

Professor of the Department of Physical Training and Sports

Hetman Petro Sahaidachnyi National Army Academy

32 Heroiv Maidanu Str., 79026, Lviv, Ukraine

e-mail: oloyko1964@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0001-7182-5104>



Viktor Bukrieiev

Lecturer of the Department of Behavioral Sciences and Military Leadership

Hetman Petro Sahaidachnyi National Army Academy

32 Heroiv Maidanu Str., 79026, Lviv, Ukraine

e-mail: VITAH1958@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0004-5865-1807>

Oleksii Leshchynskyi

Senior Lecturer of the Department of Physical Training and Sports

Hetman Petro Sahaidachnyi National Army Academy

32 Heroiv Maidanu Str., 79026, Lviv, Ukraine

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7336-9189>

Andrii Hryb

Lecturer of the Department of Physical Training and Sports

Hetman Petro Sahaidachnyi National Army Academy

32 Heroiv Maidanu Str., 79026, Lviv, Ukraine

ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-6083-3960>

Kupriian Hulei

Postgraduate Student of the Department of Olympic, Professional and Adaptive
Sports

Lviv State University of Physical Culture named after Ivan Boberskyi

11 Kostiushka Str., 79007, Lviv, Ukraine

e-mail: kuprianlviv@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0008-7057-8779>



Abstract. The relevance of the study is обусловлена the need to improve the system of physical and special physical training of military personnel under the conditions of modern combat operations, which require a high level of physical fitness, psychophysiological resilience, and readiness for close combat actions. In this context, particular attention is paid to the use of combat sports, especially boxing, as an effective means of comprehensive influence on the physical and psychological qualities of cadets.

The purpose of the study is to analyze the formation and development of boxing within the system of physical and special physical training of cadets of the National Army Academy named after Hetman Petro Sahaidachnyi.

Research methods included analysis and generalization of scientific and methodological literature, historical and pedagogical analysis, analysis of regulatory and legal documents, as well as methods of systematization and logical-structural generalization.

Results. It has been established that the development of boxing within the system of cadets' physical training has a stage-based nature and reflects the evolution of approaches to military training. The main stages of boxing formation have been identified, along with its transformation from an optional type of sports activity into an integrated element of special physical training. The pedagogical and applied significance of boxing in the formation of physical fitness, psychological stability, and combat readiness has been substantiated.

Conclusions. It has been proven that boxing is an effective means of physical and special physical training of cadets, contributing to the development of key professionally important qualities of military personnel.

Keywords: boxing, physical training, special physical training, cadets, military education, Armed Forces of Ukraine.



Постановка проблеми. В умовах сучасної російсько-української війни фізична підготовка військовослужбовців розглядається як один із ключових чинників забезпечення бойової готовності та виживання особового складу [8; 12]. Зміна характеру бойових дій, зростання ролі ближнього бою, дій у стресових, екстремальних та обмежених умовах зумовлюють необхідність пошуку ефективних засобів фізичної та психологічної підготовки [7; 9].

Єдиноборства, зокрема бокс, поєднують у собі розвиток фізичних якостей, координації, швидкості прийняття рішень та психологічної стійкості [2; 14; 15]. Проте їх використання у військових навчальних закладах потребує не лише методичного, а й історичного осмислення. У цьому контексті актуальним є вивчення досвіду розвитку боксу в Національній академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного далі НАСВ як провідному військовому навчальному закладі України [6].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема фізичної та спеціальної фізичної підготовки військовослужбовців є предметом активних наукових досліджень як вітчизняних, так і зарубіжних учених. У наукових працях наголошується, що ефективність бойової діяльності сучасного військовослужбовця значною мірою залежить від рівня розвитку його фізичних, психофізіологічних та вольових якостей [5].

У фундаментальних дослідженнях С.В.Романчука фізичну підготовку розглянуто як системоутворювальний компонент професійної підготовки військовослужбовців, що забезпечує їх функціональну готовність до виконання службово-бойових завдань [5]. Автор обґрунтовує необхідність переходу від формального виконання нормативів до прикладно-орієнтованої підготовки, адаптованої до умов реальної бойової діяльності. Ці положення є методологічно важливими для осмислення ролі боксу у системі фізичної та спеціальної фізичної підготовки курсантів.



У працях О.М.Лойка та С.В.Романчука доведено ефективність використання спеціальних фізичних вправ і елементів єдиноборств у підготовці курсантів військових закладів вищої освіти [4, 5]. Автори зазначають, що такі засоби сприяють розвитку швидкісно-силових якостей, координації рухів, а також підвищують рівень психоемоційної стійкості майбутніх офіцерів. Водночас у цих дослідженнях акцент зроблено переважно на методичних аспектах підготовки, без глибокого історичного аналізу становлення окремих видів спорту, зокрема боксу, у системі військової освіти.

А.М.Одеров у своїх наукових працях розглядає спеціальну фізичну підготовку як цілеспрямований процес формування професійно важливих фізичних якостей військовослужбовців з урахуванням специфіки військової спеціальності [10]. Автор підкреслює доцільність використання прикладних видів спорту та єдиноборств, які моделюють умови бойової діяльності. У цьому контексті бокс постає як ефективний засіб розвитку здатності діяти в умовах дефіциту часу, високого рівня фізичного навантаження та психологічного тиску.

Окрему групу досліджень становлять наукові роботи, присвячені використанню боксу та інших єдиноборств у підготовці військовослужбовців і правоохоронців. Так, зарубіжні автори наголошують на позитивному впливі боксу на розвиток функціональної витривалості, реакції, просторово-часової координації та стресостійкості [16]. У роботах А.Аandstad та співавторів доведено, що тренування з елементами єдиноборств підвищують рівень загальної фізичної працездатності та адаптаційні можливості організму військовослужбовців [14].

Важливе місце у сучасних дослідженнях посідають нормативно-доктринальні документи країн НАТО, зокрема концепція FM 7-22 “Holistic Health and Fitness”, у якій фізична підготовка розглядається як складова цілісної системи бойової готовності [18]. У межах цієї концепції значна увага приділяється розвитку функціональної сили, витривалості та психологічної



стійкості, що корелює з педагогічним потенціалом боксу як прикладного виду спорту.

У вітчизняних дослідженнях останніх років зростає інтерес до проблеми фізичної підготовки жінок-військовослужбовиць. У працях А.М.Калабського обґрунтовано доцільність використання засобів боксу у програмах фізичної підготовки військовослужбовців-жінок з урахуванням анатомо-фізіологічних та психофізіологічних особливостей [20]. Автор зазначає, що бокс сприяє не лише розвитку фізичних якостей, а й формуванню впевненості, рішучості та психологічної готовності до дій у складних умовах.

Разом із тим аналіз наукових джерел свідчить, що більшість досліджень зосереджена на методиці застосування фізичних вправ і єдиноборств, тоді як історичні аспекти розвитку боксу у конкретних військових навчальних закладах України залишаються недостатньо висвітленими [20]. Зокрема, відсутні комплексні роботи, присвячені аналізу етапів становлення боксу в НАСВ та його трансформації у системний елемент фізичної і спеціальної фізичної підготовки курсантів.

Незважаючи на значну кількість досліджень, присвячених фізичній та спеціальній фізичній підготовці військовослужбовців, а також використанню єдиноборств у системі підготовки курсантів, низка важливих аспектів залишається недостатньо вивченою.

Зокрема, у наукових працях переважає аналіз методичних підходів до застосування фізичних вправ та єдиноборств, тоді як історико-педагогічні аспекти становлення окремих видів спорту, зокрема боксу, у військових навчальних закладах України висвітлені фрагментарно.

Недостатньо дослідженими залишаються питання періодизації розвитку боксу, трансформації його функціонального призначення та інтеграції у систему спеціальної фізичної підготовки курсантів.



Крім того, потребують подальшого вивчення педагогічні та прикладні можливості боксу як засобу формування готовності до дій у ближньому бою та адаптації до бойового стресу.

Це зумовлює необхідність комплексного історико-педагогічного аналізу розвитку боксу у військовій освіті, що і становить предмет даного дослідження.

Таким чином, наявні наукові дослідження [13, 20] створюють ґрунтовну теоретико-методичну основу для використання боксу у військовій підготовці, однак водночас актуалізують потребу в історико-педагогічному аналізі розвитку цього виду спорту у провідних військових навчальних закладах України, що й зумовило вибір теми даної статті.

Наукова новизна дослідження полягає у тому, що вперше здійснено комплексний історико-педагогічний аналіз становлення та розвитку боксу у НАСВ, обґрунтовано періодизацію його розвитку та визначено трансформацію функціонального призначення боксу від факультативного виду спортивної діяльності до інтегрованого елементу спеціальної фізичної підготовки військовослужбовців. Практичне значення дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів для вдосконалення системи фізичної та спеціальної фізичної підготовки курсантів.

Мета статті. Метою статті є дослідження історичних етапів розвитку боксу в НАСВ та визначення його ролі у формуванні системи фізичної і спеціальної фізичної підготовки курсантів.

Методи та організація дослідження. Дослідження проводилося з метою вивчення особливостей становлення та розвитку боксу у системі фізичної та спеціальної фізичної підготовки курсантів НАСВ, а також визначення його педагогічного та прикладного значення в сучасних умовах військової освіти.

Методи дослідження. У процесі дослідження було використано комплекс загальнонаукових і спеціальних методів:



1. Аналіз і узагальнення науково-методичної літератури. Здійснено вивчення вітчизняних і зарубіжних наукових джерел, присвячених проблемам фізичної та спеціальної фізичної підготовки військовослужбовців, використанню єдиноборств у системі підготовки особового складу, а також розвитку боксу як виду спорту та педагогічного засобу. Це дозволило визначити теоретичні підходи до досліджуваної проблеми та сформувати науково-методичне підґрунтя роботи.

2. Історико-педагогічний аналіз. Застосовувався для дослідження етапів становлення та розвитку боксу у військових навчальних закладах України, зокрема в Національній академії сухопутних військ. Метод дозволив встановити основні періоди розвитку, їх змістові характеристики та закономірності трансформації функціонального призначення боксу.

3. Аналіз нормативно-правових документів. Було проаналізовано чинні нормативні документи, що регламентують систему фізичної підготовки у Збройних Силах України, зокрема інструкції та керівні документи Міністерства оборони України. Це дало змогу визначити місце та роль боксу у структурі фізичної та спеціальної фізичної підготовки курсантів.

4. Логіко-структурний аналіз і систематизація. Використовувався для узагальнення отриманих результатів, побудови періодизації розвитку боксу та формування історичної схеми його еволюції у системі підготовки курсантів.

Результати дослідження. Порівняльна характеристика етапів розвитку боксу у системі фізичної підготовки курсантів. Порівняльний аналіз етапів розвитку боксу в НАСВ дозволяє простежити закономірну еволюцію його функціонального призначення, змісту та педагогічної спрямованості. Кожен історичний етап відображає відповідь системи фізичної підготовки на актуальні потреби військової служби, нормативно-правові зміни та бойовий досвід Збройних Сил України.



Етапність розвитку боксу в системі фізичної та спеціальної фізичної підготовки курсантів Академії представлено на рис. 1.

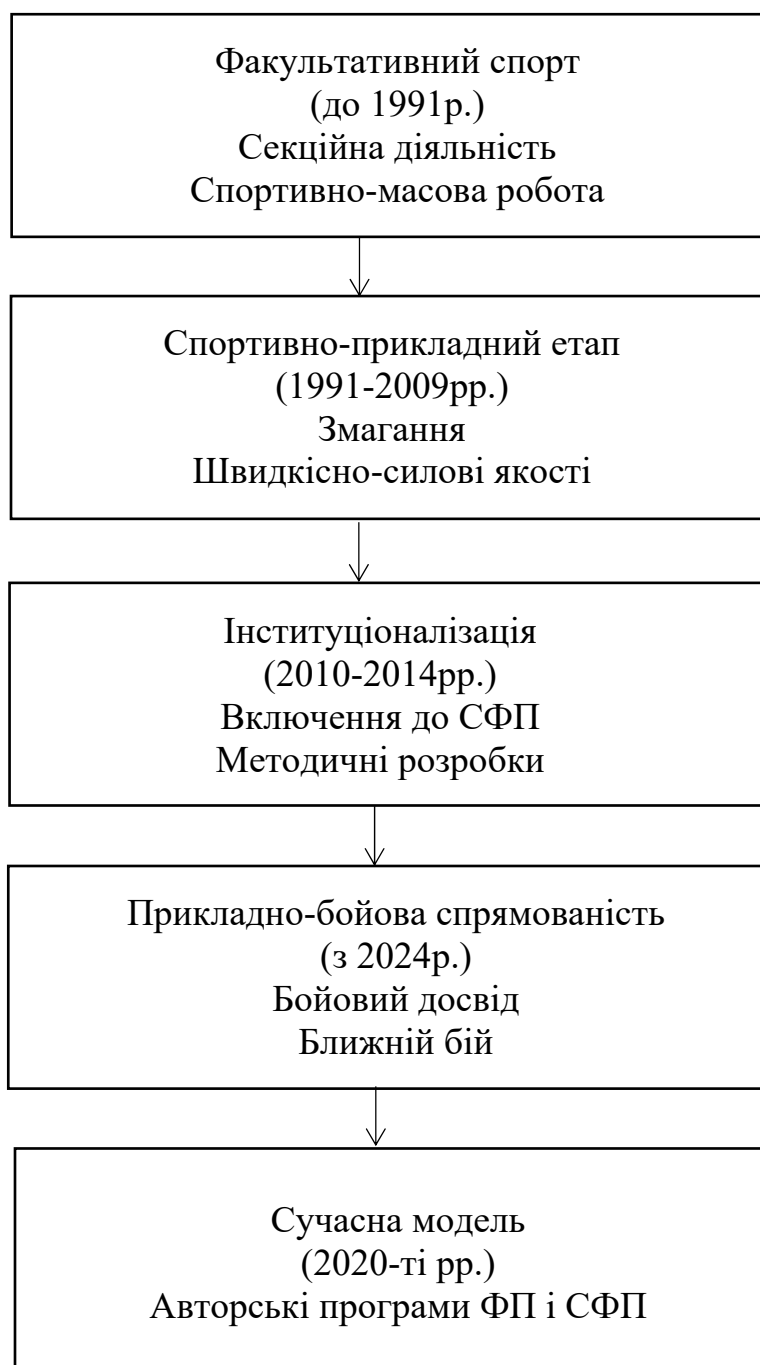


Рис. 1. Історична схема розвитку боксу в системі фізичної та спеціальної фізичної підготовки курсантів НАСВ.

Подана історична схема відображає логіку поетапного розвитку боксу – від факультативного виду спортивної діяльності до інтегрованого елементу фізичної та спеціальної фізичної підготовки курсантів. Кожен наступний етап характеризується розширенням функціонального призначення боксу, зростанням його прикладної та бойової спрямованості, а також адаптацією до сучасних вимог військово-професійної діяльності [4].

На початковому етапі (до 1991 року) бокс розглядався переважно як факультативний вид спортивної діяльності. Його основною функцією було забезпечення загального фізичного розвитку курсантів, формування дисципліни та виховання вольових якостей. Зміст занять мав спортивну спрямованість і не був інтегрований у навчальні програми фізичної підготовки. Бокс у цей період не виконував чітко окреслених прикладних або бойових функцій, що відповідало загальній моделі фізичного виховання того часу [3].

Етап становлення в умовах незалежної України (1991–2009 роки) характеризувався поступовим переходом від суто спортивного до спортивно-прикладного підходу. Бокс починає активно використовуватися у спортивно-масовій роботі, зростає кількість секцій та участь курсантів у змаганнях різного рівня. Порівняно з попереднім етапом, розширюється спектр завдань: окрім загального фізичного розвитку, бокс використовується для вдосконалення швидкісно-силових якостей, координації рухів та психологічної стійкості [11]. Водночас його застосування ще не мало системного характеру у структурі спеціальної фізичної підготовки.

Етап інституціоналізації (2010–2014 роки) ознаменувався якісними змінами у статусі боксу. Він починає розглядатися як складова спеціальної фізичної підготовки курсантів, що зумовлює розробку навчально-методичних матеріалів і програм занять. На цьому етапі відбувається чітке розмежування



між спортивною та професійно-прикладною складовими боксу. Основна увага приділяється моделюванню умов ближнього бою, розвитку здатності діяти в умовах високого фізичного та психоемоційного навантаження [6]. Порівняно з попередніми періодами, бокс набуває системного характеру та педагогічної цілісності.

Сучасний етап розвитку (з 2014 року) суттєво відрізняється від попередніх своєю прикладно-бойовою спрямованістю. Бойовий досвід Збройних Сил України зумовив переосмислення ролі фізичної підготовки загалом і боксу зокрема. На цьому етапі бокс використовується не лише як засіб фізичного вдосконалення, а як інструмент формування готовності до реальних умов бойової діяльності: дій у ближньому бою, в умовах дефіциту часу, фізичної втоми та психологічного тиску [19]. Зростає значення психорегуляторної функції боксу, що відрізняє сучасний етап від усіх попередніх.

Порівняльний аналіз також свідчить про розширення цільової аудиторії застосування боксу. Якщо на ранніх етапах він використовувався переважно для фізично підготовлених курсантів-чоловіків, то на сучасному етапі бокс адаптується для підготовки курсантів різних військових спеціальностей, а також жінок-військовослужбовиць [20]. Це зумовлює необхідність індивідуалізації навантажень і диференціації методичних підходів.

Таким чином, порівняння етапів розвитку боксу дозволяє констатувати його поступову трансформацію від допоміжного виду спортивної діяльності до інтегрованого, науково обґрунтованого засобу фізичної та спеціальної фізичної підготовки курсантів. Кожен наступний етап характеризується зростанням прикладної значущості боксу, розширенням його функцій і тіснішим зв'язком із реальними вимогами військово-професійної діяльності [1].

Систематизація історичних етапів розвитку боксу у НАСВ дозволяє визначити ключові тенденції його трансформації від допоміжного засобу



фізичної підготовки до інтегрованого елементу професійної військової діяльності (табл. 1). Кожен із виділених періодів характеризується змінами у змісті підготовки, організаційних формах та функціональному призначенні боксу.

Педагогічне та прикладне значення боксу у системі підготовки курсантів.

Таблиця 1

Етапи розвитку боксу у НАСВ

Період	Характерні події	Організаційні зміни	Результати та значення
до 1991 р.	Включення боксу до системи фізичної підготовки військових навчальних закладів	Функціонування в межах загальної фізичної підготовки	Формування базових фізичних якостей (сила, витривалість, реакція)
1991-2000 рр.	Реформування системи військової освіти України	Збереження секцій боксу, адаптація до нових умов	Підтримання спортивної діяльності, поступова націоналізація підходів
2000-2014 рр.	Активний розвиток спортивної роботи в академії	Створення збірної команди НАСВ з боксу, систематизація тренувань	Зростання спортивних результатів, участь у змаганнях ЗСУ та України
2014-2022 рр.	Початок бойових дій, зміна вимог до підготовки військовослужбовців	Інтеграція боксу у прикладну та тактичну підготовку	Формування бойових навичок, розвиток стресостійкості
2022 р. – дотепер	Повномасштабна війна, модернізація системи	Впровадження авторських програм, інтеграція з	Підвищення боєздатності, комплексний розвиток

	підготовки	НІFT, розширення участі жінок	фізичних і психологічних якостей
--	------------	-------------------------------------	--

Бокс у системі фізичної та спеціальної фізичної підготовки курсантів НАСВ має багатовимірне педагогічне та прикладне значення, що виходить за межі традиційного розуміння його як виду спорту. Його використання сприяє комплексному формуванню фізичних, психофізіологічних і морально-вольових якостей, необхідних для професійної діяльності майбутнього офіцера [2] що підтверджується результатами виступів курсантів Академії на змаганнях різного рівня [21], а також практичним досвідом підготовки курсанток, які активно залучаються до занять боксом та демонструють високі результати у змаганнях [22].

Педагогічний аспект використання боксу. Аналіз історичного розвитку боксу у системі фізичної підготовки військовослужбовців свідчить про поступове зростання його функціонального значення (рис. 2). Від допоміжного виду фізичної активності бокс трансформувався у важливий елемент спеціальної фізичної та бойової підготовки.

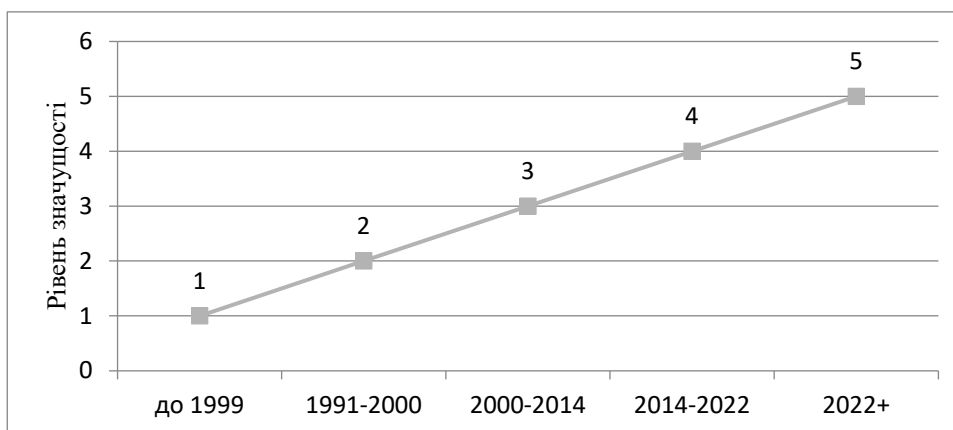


Рис. 2. Динаміка зростання ролі боксу у системі фізичної підготовки військовослужбовців НАСВ

З педагогічної точки зору бокс є ефективним засобом цілеспрямованого виховання дисциплінованості, самоконтролю, відповідальності та вольової

стійкості. Процес навчання техніко-тактичних дій у боксі передбачає постійне дотримання правил, регламенту та вимог безпеки, що формує у курсантів здатність діяти в чітко визначених межах і підпорядковувати особисті дії колективним завданням [7].

Особливе педагогічне значення має розвиток здатності до саморегуляції психоемоційного стану. Під час боксерських поєдинків і навчально-тренувальних спарингів курсанти змушені контролювати емоції, швидко приймати рішення та адаптуватися до змін ситуації, що безпосередньо корелює з умовами військово-професійної діяльності [8].

Прикладна спрямованість боксу. Аналіз функціональної трансформації боксу у системі фізичної підготовки військовослужбовців свідчить про його поступовий перехід від засобу загальнофізичного розвитку до інтегрованого компоненту професійно-бойової підготовки (табл. 2). Особливої актуальності бокс набув у період після 2014 року, коли його прикладне значення значно зросло у зв'язку з потребами ведення бойових дій.

Таблиця 2

Еволюція функцій боксу у системі фізичної підготовки військовослужбовців НАСВ

Період	Основна функція боксу	Характер підготовки	Домінуючі якості	Прикладне значення
до 1991 р.	Загальнофізична підготовка	Базова фізична підготовка	Сила, витривалість, координація	Підтримання фізичної форми
1991–2000 рр.	Спортивно-масова діяльність	Тренування у секціях	Швидкість, спритність, техніка	Розвиток спортивних навичок
2000–2014 рр.	Спортивна спеціалізація	Систематичний тренувальний процес	Техніко-тактична підготовка, витривалість	Участь у змаганнях, підвищення іміджу ЗСУ
2014–2022 рр.	Прикладна підготовка	Інтеграція з бойовою та тактичною	Стресостійкість, швидкість реакції, сила	Підготовка до бойових дій

		підготовкою		
2022 р. – дотепер	Професійно- бойова інтеграція	Комплексні програми (бокс + NIFT + психологічна підготовка)	Комплексна витривалість, адаптивність, психічна стійкість	Підвищення боездатності та виживання

У прикладному аспекті бокс виступає ефективним засобом моделювання умов ближнього бою. Його техніко-тактичний арсенал сприяє розвитку швидкості реакції, координації рухів, просторово-часової орієнтації та вибухової сили [3]. Заняття з боксу дозволяють формувати здатність діяти в умовах дефіциту часу, обмеженого простору та фізичної втоми, що є характерним для сучасних бойових дій.

Бокс також має виражене значення для розвитку стресостійкості. В умовах контрольованого спортивного поєдинку курсанти зазнають впливу психоемоційного напруження, що наближене до бойового стресу, однак відбувається у безпечному та педагогічно керованому середовищі [4]. Це створює умови для поступової адаптації до стресових факторів військової служби.

Значення для формування професійно важливих якостей. Застосування боксу у системі підготовки курсантів сприяє формуванню комплексу професійно важливих якостей майбутнього офіцера: рішучості, сміливості, здатності до швидкого аналізу ситуації та прийняття обґрунтованих рішень [11]. Крім того, бокс позитивно впливає на розвиток функціональної витривалості, що є ключовою складовою бойової готовності.

Особливої актуальності набуває використання боксу у підготовці жінок-військовослужбовиць. Дослідження свідчать, що адаптовані програми боксерських занять сприяють не лише покращенню фізичних показників, а й формуванню впевненості у власних силах та психологічної готовності до виконання службово-бойових завдань [2].

Таким чином, педагогічне та прикладне значення боксу полягає у його здатності поєднувати фізичну підготовку з виховним і психорегуляторним впливом. Бокс у системі підготовки курсантів виступає не лише як засіб розвитку фізичних якостей, а як універсальний педагогічний інструмент формування цілісної готовності до професійної військової діяльності [5].

Таблиця 3

Узагальнення педагогічного та прикладного значення. Узагальнююча таблиця розвитку боксу у НАСВ

Період	Характеристика	Основні результати
до 1991	Формування передумов	Використання у системі фізпідготовки
1991–2000	Становлення	Збереження та адаптація боксу
2000–2014	Інституціоналізація	Створення команди, участь у змаганнях
2014–2022	Бойова актуалізація	Інтеграція у прикладну підготовку
2022– дотепер	Сучасний етап	Повна інтеграція у систему підготовки

Висновки У результаті проведеного дослідження встановлено, що розвиток боксу у системі фізичної та спеціальної фізичної підготовки курсантів має поетапний характер та відображає еволюцію підходів до підготовки військовослужбовців.

Визначено основні етапи становлення боксу: факультативний, спортивно-прикладний, інституціоналізаційний та сучасний прикладно-бойовий.

Доведено, що на сучасному етапі бокс трансформувався у важливий елемент спеціальної фізичної підготовки, орієнтований на формування готовності до дій у ближньому бою.



Обґрунтовано педагогічну та прикладну ефективність боксу у розвитку фізичних, психофізіологічних і морально-вольових якостей військовослужбовців.

Список використаних джерел

1. Гулей К., Калабський А. Зміни рівня фізичної підготовленості збірних команд з боксу ВВНЗ у передзмагальному періоді. *Physical culture and sport: scientific perspective*. 2024. № 2. С. 118–127. DOI: <https://doi.org/10.31891/pcs.2024.2.17>
2. Лойко О. М., Букреєв В. О. Впровадження боксу у навчальний процес курсантів вищих військових навчальних закладів. *Scientific Collection «InterConf»*. 2023. № 157. С. 404–414.
3. Лойко О. М., Гулей К. В. Взаємозв'язок технічної підготовленості і результату у боксерських поєдинках курсантів військових закладів вищої освіти. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2021. Вип. 12(31). С. 42–50. DOI: <https://doi.org/10.15330/fcult.44.42-50>
4. Лойко О. М., Матвейко О. М., Калабський А. М. Напрямки впровадження боксу у систему фізичного виховання курсанток військового коледжу сержантського складу. *Scientific Collection «InterConf»*. 2024. № 186. С. 480–484.
4. Лойко О. М., Хіменес Х., Гулей К. В. Удосконалення початкового етапу навчання основ самозахисту курсантів із використанням засобів боксу. Київ : Національний університет оборони України, 2022. 189 с.
5. Романчук С. В., Лойко О. М., Афонін В. В. та ін. Вплив засобів боксу на фізичну підготовленість курсантів військового коледжу. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету*. 2020. № 19. С. 43–48. DOI: <https://doi.org/10.32626/2309-8082.2020-19.43-48>
6. Лойко О. М., Суспо В. В. Історичні аспекти інституціоналізації боксу у Збройних Силах України. *Інноваційні технології організації фізичної*



підготовки з урахуванням досвіду підготовки військовослужбовців ЗСУ : збірник матеріалів наук.-практ. конф. Київ, 2025. С. 123–130.

7. Лойко О. М., Логінов Д. О. Бокс у системі фізичної підготовки курсантів військових навчальних закладів. InterConf. 2021. № 87. С. 214–220.

8. Калабський А. М. Бокс як ефективний засіб формування навичок безпеки бою курсантів. Фізична активність, здоров'я і спорт. 2023. № 2. С. 45–52.

9. Калабський А. М., Романчук С. В. Дослідження суб'єктивної думки щодо впровадження боксу в освітній процес військовослужбовців військового коледжу сержантського складу. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. 2025. Вип. 4(190). С. 42–49. DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.04\(190\).08](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.04(190).08)

10. Kalabskyi A., Oderov A., Romanchuk S., Loiko O., Sorokolit N. Modern innovative approaches of domestic and foreign experts to modernize the physical training of female servicewomen. Environment. Technology. Resources : Proceedings of the 16th International Scientific and Practical Conference. Rezekne, Latvia, 2025. Vol. 5. P. 149–153. DOI: <https://doi.org/10.17770/etr2025vol5.8474>

11. Loiko O., Lesko O., Fishchuk I. Boxing in a higher military educational institution. Scientific Collection «InterConf». 2023. № 154. P. 524–526.

12. Лойко О. М., Хіменес Х., Гулей К. В. Удосконалення початкового етапу навчання основ самозахисту курсантів із використанням засобів боксу. Київ : Національний університет оборони України, 2022. 189 с.

13. United States Department of the Army. FM 7-22: Holistic Health and Fitness. Washington, DC, 2020. 232 p.

14. Aandstad A., Hageberg R., Saether O., Nilsen R. Physical fitness in military personnel. Military Medicine. 2014. Vol. 179(7). P. 1–7.

15. Kravitz L. Boxing training as a conditioning tool. Strength and Conditioning Journal. 2016. Vol. 38(4). P. 12–19.



16. Bompa T., Buzzichelli C. Periodization: Theory and Methodology of Training. Champaign : Human Kinetics, 2019. 412 p.
17. Roberts BM, Rushing KA, Pleasants EP. Sex differences in body composition and physical fitness among ROTC cadets. Military Medicine. 2023;188(1–2):e1–e5. <https://doi.org/10.1093/milmed/usaa496>.
18. Gligoroski A., Kamiloski T., Nestorovska M., Ristovski V. Comparison of body composition in boxers and wrestlers. Journal of Morphological Sciences. 2024. Vol. 7(3). P. 104–110. DOI: <https://doi.org/10.55302/JMS2473104g>.
19. Гулей К. С., Хіменес Х. Р., Наконечний Р. Б. Ефективність використання засобів боксу для підвищення рівня психофізіологічних показників курсантів механізованих підрозділів. Академічні візії. 2025. № 50. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.19334215>
20. Калабський А. М. Програма навчально-тренувальних занять для жінок-військовослужбовців з використанням засобів боксу під час спортивно-масової роботи. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2025. Вип. 44. С. 51–57. DOI: <https://doi.org/10.15330/fcult.44.51-57>
21. Вихованці Національної академії – переможці відкритого кубку Командувача Сухопутних військ з боксу! [Електронний ресурс]. Пресслужба Національна академія сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного. 11.03.2025. URL: <https://asv.gov.ua> (дата звернення: 01.04.2026).
22. У боксі — курсанти-дівчата Національної академії сухопутних військ [Електронний ресурс] / В. Назаркевич. АрміяInform. 21.12.2023. URL: <https://armyinform.com.ua/> (дата звернення: 01.04.2026).