



Фізична освіта і спорт

УДК 796.015.132:355.351

DOI <https://doi.org/10.5281/zenodo.15303650>

Основні аспекти забезпечення професійної фізичної підготовки особового складу Збройних Сил України та інших військових формувань

Літвінова-Головань Ольга Павлівна

кандидат педагогічних наук, доцент, викладач Відокремленого структурного підрозділу «Економіко-правничий фаховий коледж Запорізького національного університету», м. Запоріжжя, Україна, <https://orcid.org/0000-0002-2647-8147>

Багорка Анна Миколаївна

кандидат педагогічних наук, викладач Відокремленого структурного підрозділу «Економіко-правничий фаховий коледж Запорізького національного університету», м. Запоріжжя, Україна, <https://orcid.org/0000-0002-9951-4946>

Есаулова Олена Володимирівна

викладач Відокремленого структурного підрозділу «Економіко-правничий фаховий коледж Запорізького національного університету», м. Запоріжжя, Україна, <https://orcid.org/0000-0003-0793-6517>

Короленко Каріна Володимирівна

кандидат педагогічних наук, викладач Відокремленого структурного підрозділу «Економіко-правничий фаховий коледж Запорізького національного університету», м. Запоріжжя, Україна, <https://orcid.org/0000-0002-8636-7828>



Прийнято: 18.04.2025 | Опубліковано: 29.04.2025

***Анотація.** Актуальність дослідження зумовлена потребою визначення найбільш ефективних шляхів вдосконалення процесу фізичного виховання військовослужбовців в Україні в умовах воєнних дій та в процесі імплементації стандартів НАТО в систему фізичної підготовки особового складу Збройних Сил України. В статті проаналізовано нормативно-правову базу, що регламентує процес фізичної підготовки в секторі безпеки і оборони, зокрема у контексті адаптації до стандартів НАТО. Представлено результати досліджень сучасних науковців щодо бойової ефективності військовослужбовців завдяки удосконаленню фізичної підготовки. Визначено основні проблеми кадрового, освітнього та методичного характеру, що стримують розвиток системи. **Метою** статті є дослідження стану, проблем та перспектив розвитку системи фізичної підготовки особового складу Збройних Сил України в умовах адаптації до стандартів НАТО. У дослідженні використано **методи** порівняльного аналізу та теоретичного узагальнення. У **результатах** дослідження обґрунтовано необхідність оновлення підходів до підготовки інструкторів, тренерів й викладачів з фізичної підготовки і спорту, розширення меж професійної діяльності майбутні фахівців з фізичної культури і спорту. У **висновках** підсумовано потребу розробки й впровадження інноваційних освітніх програм і технологій, які сприятимуть формуванню системи фізичної підготовки військовослужбовців, сумісної зі стандартами НАТО.*

***Ключові слова:** фізична підготовка, Збройні Сили України, військовослужбовці, стандарти НАТО, заклади освіти, фізична культура і спорт.*



**Key Aspects of Ensuring Professional Physical Training for the Personnel
of the Armed Forces of Ukraine and Other Military Formations**

Olha Lytvinova-Holovan

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Lecturer at the Separate
Structural Subdivision “Economic and Legal Vocational College of Zaporizhzhia

National University”,

Zaporizhzhia, Ukraine,

<https://orcid.org/0000-0002-2647-8147>

Anna Bahorka

Candidate of Pedagogical Sciences, Lecturer at the Separate Structural Subdivision

“Economic and Legal Vocational College of Zaporizhzhia National University”,

Zaporizhzhia, Ukraine,

<https://orcid.org/0000-0002-9951-4946>

Olena Esaulova

Lecturer at the Separate Structural Subdivision “Economic and Legal Vocational

College of Zaporizhzhia National University”,

Zaporizhzhia, Ukraine,

<https://orcid.org/0000-0003-0793-6517>

Karina Korolenko

Candidate of Pedagogical Sciences, Lecturer at the Separate Structural Subdivision

“Economic and Legal Vocational College of Zaporizhzhia National University”,

Zaporizhzhia, Ukraine,

<https://orcid.org/0000-0002-8636-7828>



***Abstract.** The relevance of the study is driven by the urgent need to identify the most effective ways to improve the process of physical education for military personnel in Ukraine amid ongoing armed conflict and the implementation of NATO standards within the physical training system of the Armed Forces of Ukraine. The article analyzes the regulatory and legal framework governing physical training in the security and defense sector, particularly in the context of adapting to NATO standards. It presents research findings from contemporary scholars on enhancing combat effectiveness through the improvement of physical training. The study identifies key staffing, educational, and methodological challenges that hinder the development of the current system. The aim of the article is to examine the current state, problems, and prospects for the development of the physical training system for personnel of the Armed Forces of Ukraine under the conditions of NATO integration. The research applies comparative analysis and theoretical generalization methods. The results substantiate the need to modernize the training approaches for instructors, coaches, and educators in physical training and sports, and to broaden the professional scope of future specialists in physical culture and sports. The conclusions emphasize the importance of developing and implementing innovative educational programs and technologies that will contribute to establishing a physical training system for military personnel that aligns with NATO standards.*

***Keywords:** physical training, Armed Forces of Ukraine, military personnel, NATO standards, educational institutions, physical culture and sports.*

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими чи практичними завданнями. Фізична підготовка військовослужбовців є важливою частиною загальної системи навчання та виховання особового складу Збройних сил України й інших військових формувань, що входять до сектору безпеки та оборони відповідно до чинного



законодавства. Її мета – забезпечити належний рівень фізичної підготовленості особового складу до ефективного виконання професійних обов'язків.

Цей напрям роботи став особливо важливим у світлі збройної агресії держави, що межує з Україною, а також у контексті активної підготовки нашої країни до інтеграції в систему підготовки, яка діє в країнах-членах НАТО та Європейського союзу. [1, с.43].

Інтеграція в євроатлантичний простір безпеки та набуття членства в НАТО є частиною стратегічного напрямку України. Цей процес, зокрема, має включати узгоджене бачення щодо всебічного забезпечення фізичної підготовки й спортивної майстерності особового складу Збройних Сил України, а також інших військових структур, установ і організацій задля ефективної військово-професійної діяльності та виконання визначених завдань [4].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасні наукові дослідження розглядають фізичну підготовку військовослужбовців, зосереджуючись на адаптації до умов війни, інтеграції в стандарти НАТО та підвищенні бойової ефективності.

Так, автори О.В. Тимошенко, Д.Ю. Романченко, Р.В. Стоянов та М.І. Богуш, розглядають сучасні вимоги до бойової готовності майбутніх військовослужбовців, відповідно до умов сучасної війни в Україні [16].

Питання фізичної підготовленості, як складової частини підготовки військовослужбовців розкрито в дослідженнях М.М. Перегінця, Л.І. Кузнецова та ін. В своїй роботі, автори наголошують на складнощях у виконанні певних бойових задач військовослужбовцями, внаслідок недостатньої фізичної підготовленості [11].

В той же час, науковці приділяють увагу й шляхам вирішення головних питань вдосконалення процесу фізичної підготовки військовослужбовців та організаційно-педагогічним умовам формування професійної компетентності



майбутніх фахівців фізичної підготовки і спорту Збройних Сил України (О.В. Петрачков, В.В. Поливанюк, Р.Г. Шостак) [12].

Питання забезпечення належного рівня фізичної підготовки військовослужбовців окреслені й в нормативно-правовій базі України, зокрема:

1. Закон України «Про військовий обов'язок і військову службу» (1992 р., ред.. від 17.01.2025 р.) визначає фізичну підготовку, як обов'язковий компонент військової служби. 11 стаття цього Закону наголошує на необхідності підтримання військовослужбовцем належного рівня фізичної підготовленості [3].

2. Стрйовий статут Збройних Сил України (1999 р, ред.. від 04.06.2020 р.) містить положення про обов'язкові фізичні тренування та підкреслює важливість фізичної підготовки у формуванні дисципліни й витривалості [15].

3. Закон України «Про основи національного спротиву» (2021 р., ред. від 05.01.2025 р.) закріплює необхідність підготовки громадян до національного спротиву, включаючи фізичну підготовку, як один з його елементів, визначає, що гарт – важливий елемент бойової готовності [2].

4. Наказ Міністерства Оборони України (№170, 2018 р., № 425, зміни) регламентує мету, норми, методи, контроль й оцінювання фізичної підготовленості особового складу, а також, вимоги до військово-спортивної інфраструктури [6].

Варто зазначити, що у 2022-2024 роках проводились широкі реформи щодо наближення фізичної підготовки Збройних Сил України (ЗСУ) до стандартів НАТО, включаючи:

- тестування за новими критеріями (мобільність, бойова ефективність, витривалість);
- індивідуальні програми підготовки для військовослужбовців залежно від спеціальності [7].



Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Отже, результати аналізу законодавчої бази та дослідження науковців наголошують на важливості забезпечення ефективної фізичної підготовки військовослужбовців, орієнтованої на стандарти НАТО.

Для забезпечення поступу у визначеному напрямі Міністерством оборони України була розроблена Концепція розвитку фізичної підготовки та спорту в межах власної системи. У цьому документі окреслено низку актуальних проблем, які потребують першочергового розв'язання. Серед визначених проблем є й ті, що вказують на недостатність кадрового забезпечення особового складу Міністерства оборони та Збройних Сил України фахівцями з фізичної підготовки і спорту, зокрема:

- неукомплектованість низки посад у військових частинах фахівцями фізичної підготовки і спорту;
- недосконалий процес централізованої перепідготовки та підвищення кваліфікації кадрів з фізичної підготовки і спорту, необхідність створення та удосконалення неперервної системи військово-спеціальної фізкультурної освіти;
- потреба у створенні системи підготовки інструкторів з фізичної підготовки і спорту, а у перспективі - інструкторів з рукопашного бою та інших військово-прикладних розділів фізичної підготовки;
- потребує вдосконалення система оцінки діяльності фахівців фізичної підготовки і спорту [5,13].

Формулювання цілей статті (постановка завдання). статті є дослідження стану, проблем та перспектив розвитку системи фізичної підготовки особового складу Збройних Сил України в умовах адаптації до стандартів НАТО.

Завдання роботи:



1) Проаналізувати сучасний стан фізичної підготовки військовослужбовців в Україні з урахуванням чинного законодавства та нормативно-правової бази.

2) Визначити ключові проблеми кадрового забезпечення, організаційного та освітнього забезпечення фізичної підготовки в військових формуваннях.

3) Обґрунтувати потребу оновлення освітніх програм для майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту, які працюватимуть у секторі безпеки та оборони.

Виклад основного матеріалу дослідження. Серед ключових проблем, які ускладнюють системи фізичної підготовки та спортивної діяльності особового складу до рівня, необхідного для інтеграції зі стандартами НАТО, визначено необхідність удосконалення наукової та науково-технічної бази в цій сфері в межах Міністерства оборони та Збройних Сил України.

Також, в Концепції зазначено, що актуальним питанням є введення штатних посад начальника фізичної підготовки і спорту, інструкторів з фізичної підготовки і спорту (рукопашного бою) у військових частинах, а також укомплектування цих посад фахівцями, які мають відповідну освіту.

Передбачається, що основні зусилля доцільно спрямувати на низку питань, серед яких: забезпечення належної якості освітнього процесу з фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки у закладах фахової передвищої та вищої освіти, який повною мірою відповідатиме передовим технологіям сучасності, пришвидшення впровадження сучасних інформаційних, інформаційно-комунікаційних, інтерактивних, особистісно-орієнтованих педагогічних технологій і технологій дистанційного навчання, зокрема щодо виконання Програми НАТО «Удосконалення військової освіти» (DEEP) [10].

Отже, відповідно до Інструкції з фізичної підготовки в системі Міністерства оборони України фахівцем з фізичної підготовки і спорту визначено особу, яка



організовує та/або проводить навчальні заняття з фізичної підготовки, фізкультурно-оздоровчі, спортивні заходи з військовослужбовцями і має спеціальну освіту та відповідний освітньо-кваліфікаційний рівень (таб. 1); до цих осіб належать: начальники, інструктори фізичної підготовки і спорту військових частин; науково-педагогічні (педагогічні) працівники, викладачі, інструктори, тренери кафедр фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту закладів фахової перед вищої, вищої освіти, військових (військово-морських) освітніх закладів; адміністративний та тренерський склад закладів фізичної культури і спорту Міноборони; наукові працівники наукових підрозділів з питань фізичної підготовки і спорту [8].

Таблиця 1

Аналіз професійних назв роботи згідно класифікатора професій України (чинний, № 327, від 28.07.2010 р., Додаток Б) [9].

Код КП	Код ЗКПШТР	Професійна назва роботи
3475	22822	Інструктор із стройової та фізичної підготовки
3475	22856	Інструктор навчально-тренувального пункту (пункту збору)
3475	22763	Інструктор-методист з технічних і військово-прикладних видів спорту
3475		Тренер з виду спорту (федерації, збірної чи клубної команди, спортивної школи і т. ін.)
5164		Інструктор з фізичної підготовки і спорту (військова служба)

Означені посади та види роботи є професійно спрямованими і можуть бути доступними для професійної діяльності майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту за умов модернізації освітніх програм професійної підготовки [14], а саме: розробка та впровадження спеціальних освітніх компонентів (наприклад, «Спортивна та тактична медицина», «Підготовка інструкторів зі спорту у військових формуваннях», «Військове багатоборство з методиками викладання», «Фізичне виховання та спеціальна фізична підготовка у військових



формуваннях» та ін.), що забезпечить набуття спеціальних професійно-спрямованих компетентностей.

Висновки. Отже, визначені нами питання й проблеми системи фізичної підготовки військовослужбовців в процесі імплементації стандартів НАТО є підґрунтям для оновлення освітніх програм професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури та спорту, які дозволятимуть здобувачам освіти за спеціальністю А 7 Фізична культура і спорт набуття спеціальних компетентностей щодо фізичної підготовки і спорту військовослужбовців. Таким чином, оновлені освітні програми дозволять розширити межі професійної діяльності майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту, що в свою чергу задовольнить потреби Міністерства оборони в професійних кадрах даного напрямку роботи.

Список використаних джерел

1. Височина Н., Білошицький В., Малахова О. Фізична підготовка і спорт у Збройних Силах України: проблеми та перспективи // Військова освіта : зб. наук. пр. – Київ : Нац. ун-т оборони України ім. І. Черняхівського, 2021. – № 1 (43). – С. 43–51.

2. Закон України «Про основи національного спротиву» : ред. від 05.01.2025 р. // Законодавство України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1702-20#Text>

3. Закон України «Про військовий обов'язок і військову службу» : ред. від 17.01.2025 р. // Законодавство України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2232-12#Text>

4. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» : ред. від 04.05.2023 р. // Законодавство України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12#Text>

5. Літвінова-Головань О. Актуальні проблеми кадрового забезпечення процесу фізичної підготовки особового складу Збройних Сил України // Global



Directions in Scientific Research and Technological Development : зб. матеріалів 2-ї міжнар. наук.-практ. конф. (11–13 листопада 2024 р., Валенсія, Іспанія). – Valencia : European Open Science Space, 2024. – С. 213–216. URL: https://www.eoss-conf.com/wp-content/uploads/2024/11/Valencia_Spain_11.11.24.pdf

6. Про затвердження Інструкції про організацію виконання Положення про проходження громадянами України військової служби у Збройних Силах України : наказ Мін-ва оборони України № 170 від 10.04.2009 р. // Законодавство України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0438-09/ed20181009#Text>

7. Про затвердження Інструкції з фізичної підготовки в системі Міністерства оборони України : наказ № 225 від 05.08.2021 р. // Законодавство України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/z1289-21#n13>

8. Інструкція з фізичної підготовки в системі Міністерства оборони України : наказ № 225 від 05.08.2021 р. // Законодавство України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/z1289-21#n13>.

9. Класифікатор професій України // Бухоблік.org.ua. URL: <https://www.buhoblik.org.ua/rizni/classificator/dodatok-b.html>.

10. Концепція розвитку фізичної підготовки і спорту в системі Міністерства оборони України : наказ № 452 від 28.12.2022 р. // Законодавство України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0452322-22#Text>.

11. Перегінець М. М., Кузнецова Л. І., Долженко Л. П., Черних П. В. Фізична підготовленість як складова частина підготовки військовослужбовців // Науковий часопис Українського держ. ун-ту ім. М. Драгоманова. Серія 15. – 2024. – № 6(179). – С. 172–179. DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.6\(179\).32](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.6(179).32).

12. Петрачков О. В., Поливанюк В. В., Шостак Р. Г. Організаційно-педагогічні умови формування професійної компетентності майбутніх фахівців фізичної підготовки і спорту Збройних сил України // Сучасні тенденції та



перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту ЗСУ : тези V міжнар. наук.-практ. конф. (Київ, 25 листопада 2021 р.). – Київ : НУОУ ім. І. Черняхівського, 2021. – С. 44-46. URL: https://nuou.org.ua/assets/documents/conf_ifksot_211124.pdf

13. Положення про організацію і проведення спортивних заходів у Міністерстві оборони України, Збройних силах України та Державній спеціальній службі транспорту : наказ № 74/34357 від 24.01.2020 р. // Законодавство України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/z0074-20#n14>

14. Стратегія розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року : постанова КМУ № 1089 від 04.11.2020 р. // Законодавство України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1089-2020-%D0%BF#Text>

15. Стройовий статут Збройних Сил України : ред. від 04.06.2020 р. // Законодавство України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/549-14#Text>

16. Тимошенко О., Романченко Д. Ю., Стоянов Р. В., Богуш М. І. Сучасний рівень загальної фізичної підготовленості курсантів вищих військових навчальних закладів // Науковий часопис Українського держ. ун-ту ім. М. Драгоманова. Серія 15. – 2024. – № 9(182). – С. 227–230. DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.9\(182\).41](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.9(182).41).