

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.8(153).16  
УДК: 796.062.4:355.237.3

Романчук С.В.

доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, начальник кафедри фізичного виховання,  
спеціальної фізичної підготовки і спорту,  
Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного  
Федак С.С.

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, викладач кафедри фізичного виховання,  
спеціальної фізичної підготовки і спорту,  
Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного  
Небожук О.Р.

доктор філософії, викладач кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту,  
Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного  
Лотоцький І.Р.

доктор філософії, викладач кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту,  
Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного

### КОНЦЕПЦІЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У ВІЙСЬКОВИХ ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ СКОРОЧЕНИХ ТЕРМІНІВ ПІДГОТОВКИ

Особливості сьогоденного освітнього процесу у військових закладах вищої освіти вимагають підготовки військових фахівців у скорочені терміни. Об'єм знань, рухових навичок та професійних умінь у зазначених умовах не зменшується, відповідно, необхідно шукати шляхи оптимізації змісту та методик проведення занять. Фізична підготовка, як система, також набуває змін, які необхідно концептуально вирішувати без зниження ефективності підготовки військових фахівців. У науковій статті проведено аналіз сучасних технологій підготовки курсантів у навчальних закладах України та іноземних державах щодо оптимізації освітнього процесу з фізичної підготовки в умовах скорочених термінів навчання. Нами було сформовано алгоритм проведення дослідження з врахуванням системного підходу. Для вирішення завдань етапів системного дослідження системи фізичної підготовки ВЗВО в умовах стислих термінів нами обґрунтовано та запропоновано практичні способи реалізації концепції. Ми вважаємо, що раціональне використання розглянутих способів сприятиме оптимізації навчання в умовах скороченого терміну підготовки та прискорить створення якісно нової концепції, заснованої на системі способів оптимізації освітнього процесу з фізичної підготовки курсантів, яка дозволить обґрунтувати як зміст, так й ефективність фізичної підготовки курсантів в умовах стислих термінів військово-професійного навчання у ВЗВО.

**Ключові слова:** концепція, фізична підготовки, скорочені терміни, навчання, оптимізація, способи, реалізація.

**Romanchuk S., Fedak S., Nebozhuk O., Lototskiy I. The concept of physical training at military institutions of higher education in the conditions of short training times.** Features of today's educational process in military institutions of higher education require the training of military specialists in a short period of time. The amount of knowledge, motor skills and professional skills in the specified conditions does not decrease, accordingly, it is necessary to look for ways to optimize the content and methods of conducting classes. Physical training, as a system, is also undergoing changes that must be conceptually resolved without reducing the effectiveness of training military specialists. The scientific article analyzes modern technologies for training cadets in educational institutions of Ukraine and foreign countries in order to optimize the educational process of physical training in the conditions of shortened training periods. We have developed an algorithm for conducting research taking into account a systemic approach. In order to solve the problems of the stages of the system research of the system of physical training of the Higher Education Institutions in the conditions of tight deadlines, we substantiated and proposed practical ways of implementing the concept. We believe that the rational use of the considered methods will contribute to the optimization of training in the conditions of a shortened period training as well as accelerate the creation of a qualitatively new concept based on a system of methods for optimizing the educational process of the cadets physical training, which will allow to substantiate both the content and the effectiveness of physical training in conditions of short terms of military professional training at high military educational establishments.

**Keywords:** concept, physical training, shortened terms, training, optimization, methods, implementation.

**Постановка проблеми та її взаємозв'язок з важливими науковими та практичними дослідженнями.** В умовах військової агресії збройних сил російської федерації проти незалежної України виникає необхідність підготовки військовослужбовців у короткі терміни. Це стосується, як мобілізованого контингенту, так й підготовки курсантів-майбутніх офіцерів у військових закладах вищої освіти (ВЗВО) [14].

Для військовослужбовців, які прибули на підготовку за мобілізацією фізична підготовка організовується під час ранкової фізичної зарядки, спортивно-масової роботи та під час самостійних занять. У ВЗВО освітній процес набуває змін, а саме: відбувається скорочення термінів підготовки, збільшується педагогічне тижневе навантаження, скорочуються навчальні години на викладання дисциплін тощо [3, 11, 13].

Чинна організація фізичної підготовки курсантів у ВЗОВ є набором окремих компонентів, недостатньо ув'язаних з цілісною концепцією освітнього процесу. Форми фізичної підготовки проводяться без урахування закономірностей

поетапного формування військово-професійних навичок і функціонують ізольовано від усього процесу навчання, спрямовані лише на розвиток фізичних якостей і прикладних навичок [5, 8, 15].

Проблема в умовах скорочених термінів підготовки полягає в тому, що чинні рекомендації щодо організації та методики фізичної підготовки не зведені в єдину систему педагогічного процесу, немає цілісного погляду на місце засобів фізичної підготовки у освітньому процесі військових фахівців, а існуючі програми не враховують особливостей, навантаження та напруженості в умовах стислого терміну підготовки курсантів [10, 20].

Отже, виникає актуальне прикладне питання щодо оптимізації освітнього процесу з фізичної підготовки у ВЗВО з врахуванням особливостей скороченого терміну підготовки військових фахівців.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Низка науковців визначають [1, 6, 17], що найпотужнішою концепцією, що дозволяє вирішити ці проблеми, є системний підхід, сутність якого полягає в тому, що об'єкти пізнання розглядаються, як цілісне утворення, що мають складну внутрішню структуру.

У дослідженнях Ольхового О.М. сформована концептуальна схема архітектури функціональної системи фізичної підготовки. Він зазначав, що всі системи фізичної підготовки, незалежно від рівня своєї організації та кількості складових компонентів, мають принципово однакову функціональну архітектуру, у якій результат є домінуючим та стабілізуючим чинником організації системи [12].

Дослідження Федака С.С., Романчука С.В. та ін. дозволяють зробити висновок, що у системі фізичної підготовки спектр використання системного підходу досить широкий, – від стихійного застосування окремих положень до свідомого використання методології пізнання складних об'єктів [4, 14, 18].

Кирпенко В.М., Шевченко О.О. вважають, що скорочення термінів підготовки військових фахівців у ВЗВО характеризується формуванням нового ступеня у пізнанні об'єкта освіти, а також вимагає повного та глибокого розкриття об'єктивних закономірностей будови та функціонування освітнього процесу [9, 19, 21].

**Мета дослідження** – сформулювати концептуальні основи вдосконалення системи фізичної підготовки у ВЗВО в умовах стислих термінів підготовки військових фахівців.

**Організація та методи дослідження.** Для отримання об'єктивних даних нами використано теоретичні методи (аналіз та узагальнення літературних джерел й наукових даних).

Під час аналізу літературних джерел було визначено актуальність і основні напрями дослідження проблеми. Проведений аналіз літературних даних значною мірою сприяв уточненню завдань дослідження та вибору адекватних методів для їх вирішення.

Аналіз літературних джерел здійснювали з метою ознайомлення з фактами, що характеризують сучасний стан досліджуваної проблеми. Для отримання об'єктивної інформації з проблеми військової освіти у скорочені терміни підготовки нами було використано теоретичний аналіз наукових, методичних, періодичних літературних джерел, документальних та архівних матеріалів вітчизняної та закордонної освіти.

Пошук наукової інформації за проблемою дослідження складався з кількох етапів: збір загальної інформації за проблемою дослідження; систематизація та використання знайдених першоджерел для подальшого вивчення проблеми; пошук наукових поглядів та монографій, ознайомлення з ними і виявлення посилань на оригінальну літературу; систематичний пошук і ознайомлення з публікаціями за проблемою дослідження, вивчення оригіналів наукових робіт.

Теоретичний аналіз наукових і методичних літературних джерел нами використовувався для виявлення проблемного поля, проведення системного дослідження організації фізичної підготовки курсантів у скорочені терміни формування військових фахівців; аналіз та узагальнення емпіричних даних – для обґрунтування концептуальних основ вдосконалення системи фізичної підготовки у ВЗВО у наявних умовах.

#### **Виклад основного матеріалу дослідження.**

Аналіз наукових досліджень та літературних джерел дозволив нам сформулювати основні аспекти дослідження зазначеної проблеми [2, 7, 16], а саме:

- визначити на досягнення, яких конкретних результатів спрямоване дане дослідження;
- розкрити провідні тенденції та протиріччя у розвитку досліджуваної системи;

- виділити найслабші ланки та визначити конкретні шляхи оптимізації системи фізичної підготовки, тобто дозволяє отримати цілісне уявлення про процес вирішення проблеми - від її постановки до отримання конкретного результату.

Нами було сформовано алгоритм проведення дослідження з врахуванням системного підходу. Нами було визначено основні пункти, вирішення яких дозволить концептуально обґрунтувати процес оптимізації фізичної підготовки у ВЗВО в умовах скорочених термінів навчання, а саме:

1. Чітка наукова постановка проблеми. Це дозволяє розкрити сутність та актуальність протиріч досліджуваної проблеми.

2. Проведення системного дослідження проблеми. Цей етап передбачає визначення сутності чинної системи фізичної підготовки, її місце в ієрархії освітнього процесу у ВЗВО та наявність підсистем нижчого рівня; аналіз цілей функціонування та оцінка ефективності чинної системи у зазначених умовах; вивчення компонентів системи фізичної підготовки та виявлення значення кожного з них у досягненні кінцевого результату; вивчення структури системи, її ієрархії та визначення провідного компонента системи; визначення системоутворювальних зв'язків (керуючих, координаційних, зворотних тощо), що забезпечують системний процес зовнішнього та внутрішнього функціонування системи та відображають її впорядкованість; дослідження розвитку системи (або взаємодії системи) у генетичному та прогностичному аспектах.

Даний етап дозволяє виявити різні протиріччя взаємодії (розузгодження системоутворюючих факторів, неадекватність кінцевого результату вихідними цілями тощо) та тенденції їх розвитку. У той же час аналіз виявлених

тенденцій та закономірностей дозволяє сформулювати робочу гіпотезу та намітити шляхи вирішення проблеми.

3. Розробка та всебічна оцінка альтернативних шляхів вирішення проблеми та прийняття остаточного шляху її вирішення.

4. Розробка моделі (концепції) фізичної підготовки у зазначених умовах для досягнення кінцевого результату та програми її реалізації.

Для вирішення завдань етапів системного дослідження системи фізичної підготовки ВЗВО в умовах стислих термінів нами обґрунтовано та запропоновано наступні практичні способи реалізації концепції:

1. Як системотворчий фактор освітнього процесу фізичної підготовки необхідно розглядати мету досягнення конкретного результату. Конкретизація мети процесу навчання потребує розробки "моделі фізичної готовності випускника", яка визначає якісні та кількісні параметри, які відповідають вимогам майбутньої військово-професійної діяльності.

2. Планування завдань фізичної підготовки, теми занять та їх змісту має бути комплексним та враховувати особливості професійної діяльності військових спеціалістів. Організація та зміст програми форм фізичної підготовки має ґрунтуватися на програмі повної підготовки з обов'язковим відображенням процесу їх оптимізації з врахуванням вимог до конкретного майбутнього фахівця. Системоутворюючі фактори (мети, завдання, засоби, методи, нормативи) повинні бути ув'язані таким чином, щоб на кожному етапі забезпечувалося зростання результату навчання та створювалася необхідна база для наступного етапу.

3. Конкретизація завдань розділів, тем та їх змісту повинна обґрунтовуватися на основі вивчення особливостей формування професійної готовності майбутніх спеціалістів та наявного рівня фізичної підготовленості курсантів. Доведено, що значимість рівня розвитку фізичних якостей для успішного оволодіння спеціальністю не залишається постійною, вона змінюється залежно від рівня підготовленості фахівця. Тому, конкретизація завдань навчання має передбачати виділення серед них найважливіших.

4. Усі засоби фізичної підготовки повинні бути підібрані та логічно об'єднані в єдину систему зі змінним домінуванням, залежно від етапу підготовки та психофізіологічної "вартості" обсягу, інтенсивності впливу, взаємозв'язку, щоб забезпечити своєчасний та переважний вплив на провідні рівні функціональних систем та їх випереджальну адаптацію до специфічних режимів майбутньої діяльності.

5. Розвиток професійно важливих фізичних та психічних якостей на заняттях з фізичної підготовки повинен завжди передувати їх використанню у професійній діяльності.

6. Раціональна побудова освітнього процесу має передбачати цілеспрямоване використання енергетичних та пластичних ресурсів організму головним чином для формування провідних, професійно-важливих якостей та навичок на певному етапі навчання. Не повинно бути "боротьби" за енергетичні ресурси тих самих функціональних систем при тренуванні їх методами фізичних вправ та професійного навчання.

7. Зміст занять повинен передбачати різноманітні рухові дії (за структурою, за інтенсивністю, за силовим навантаженням). Чим більше буде руховий потенціал, тим досконаліше формується механізм управління рухами.

8. Освітній процес повинен ґрунтуватися на принципі систематичності навчання, а саме: навчальний процес з фізичної підготовки повинен будуватися, як постійний безперервний, багаторічний, що гарантує найбільший підсумовуючий ефект; вплив кожного наступного навчального заняття має нашаровуватися на "сліди" минулого, закріплюючи та поглиблюючи раніше досягнуті позитивні результати; інтервал між заняттями має бути нетривалим, що потрібне організму курсанта для відновлення та підвищення працездатності.

9. Процес фізичного виховання повинен здійснюватися з урахуванням динаміки розумової та фізичної працездатності курсантів на всіх етапах навчального дня, тижня, року та забезпечувати підвищення їх успішності та працездатності протягом всього періоду навчання.

10. Ефективність процесу фізичної підготовки суттєво залежить від раціонального застосування способів оптимізації викладання, а саме: комплексне планування найважливіших завдань на кожний період навчання; конкретизація завдань навчання на основі вивчення реальних навчальних можливостей курсанта та умов для навчання; виділення головного, суттєвого у змісті кожного етапу навчання, прагнення забезпечити засвоєння його курсантами, а також вибір оптимальної логічної послідовності вивчення предмета; вибір оптимальної структури занять; вибір найбільш раціональних методів та засобів викладання, стимулювання та контролю, а також внесення необхідних корективів у їх застосування на занятті; вибір найбільш раціонального поєднання групових та індивідуальних форм навчання з метою його диференціації; створення оптимальних умов навчання.

11. Істотну роль оптимізації навчання належить управлінню навчання, що розглядається, як вплив керуючого органу на компоненти системи, їх функціонування відповідно до поставленої мети, а також на отримання запланованого результату.

Сенс управління зводиться до вирішення трьох основних завдань: по-перше, із визначенням стратегії управління; по-друге, з ухваленням рішення; по-третє, із виконанням прийнятих рішень. Без цього немає гарантій, що управління буде цілеспрямованим та доцільним.

12. Ефективність функціонування фізичної підготовки істотно залежить від оптимальної міри співвідношення у ній зв'язків управління та самоврядування, оскільки надто жорстке управління діяльністю курсантів позбавляє їх ініціативи та самостійності.

13. Наукове обґрунтування всіх структурних одиниць нормативної системи забезпечує ефективний контроль над досягненням конкретних результатів педагогічного процесу.

14. Темп навчання на кожному курсі має бути оптимальним. Це потребує наукової обґрунтованості розподілу часу на різні форми, певні розділи, теми, а також координацію змісту всіх форм фізичної підготовки та обсягу

навантаження.

15. Система педагогічного контролю в управлінні фізичною підготовкою курсантів повинна мати у своїй структурі такі критерії: нормативні вимоги, що відображають стан фізичної підготовленості курсантів для забезпечення надійної професійної діяльності в умовах бою; вимоги щодо фізичної підготовленості; вимоги щодо оцінки ефективності самого процесу фізичної підготовки із системою оцінки параметрів (стан навчально-матеріальної бази, систематичність проведення всіх форм фізичної підготовки, ефективність використання часу, що виділяється на різні форми, методична підготовленість керівників занять).

**Висновки.** Ми вважаємо, що раціональне використання розглянутих способів сприятиме оптимізації навчання в умовах скороченого терміну підготовки та прискорить створення якісно нової концепції, заснованої на системі способів оптимізації освітнього процесу з фізичної підготовки курсантів, яка дозволить обґрунтувати як зміст, так й ефективність фізичної підготовки курсантів в умовах стислих термінів військово-професійного навчання у ВЗВО.

Перспективою подальших наукових досліджень вважаємо обґрунтування, розробка програм фізичної підготовки для військовослужбовців в умовах скорочених термінів підготовки із впровадженням сучасних засобів фізичного виховання.

#### Література

1. Iedynak G. The Effect of Training in Military Pentathlon on the Physiological Characteristics of Academy Cadets / G. Iedynak, S. Romanchuk, V. Sliusarchuk, V. Mazur, L. Matsuk, O. Kljus, M. Bozhyk, A. Oderov, V. Klymovych, I. Lototskiy, I. Ovcharuk // Sport Mont Journal, 2020. – Vol. 18(3), pp. 95–99.
2. Klymovich V. Adoption of youth's bodies to educational conditions in higher educational institutions / V. Klymovych, O. Olkhovyi S. Romanchuk // Journal of Physical Education and Sport, 2016. – Vol. 3(1), pp. 620–622.
3. Kuznetsov M. Analysis of the level of physical fitness of cadets of the Military College of Sergeants at the stage of primary / M. Kuznetsov, A. Oderov, S. Romanchuk, D. Pohrebnik, S. Indyka, N. Bielikova // Sport i Turystyka. Środkowoeuropejskie Czasopismo Naukowe, 2022. – Vol. 5, no. 1, pp. 93-102.
4. Oderov A. Innovative approaches for evaluating physical fitness of servicemen in the system of professional training / A. Oderov, S. Romanchuk, S. Fedak, M. Kuznetsov, A. Petruk, A. Dunets-Lesko // Journal of Physical education and Sport, 2017. – Vol. 17(1), pp. 23–27. DOI:10.7752/jpes.2017.s1004.
5. Romanchuk S. Self-educational technologies of the commanders of cadets' units of higher military educational institutions in the field of physical training and sports / Serhii Romanchuk // Journal of Physical Education and Sport. – 2015. – Vol. 15 (3), art. 75. – pp. 498–501.
6. Афонін В.М. Дослідження суб'єктивної думки учасників бойових дій щодо важливості фізичної підготовленості військовослужбовців / В.М. Афонін, С.В. Романчук, А.М. Одеров, С.С. Федак // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). – К.: НПУ ім. Драгоманова, 2017. – Вип. 5К. – С. 286-293.
7. Воронцов О. Фізичні навантаження військовослужбовців у сучасному бою / О. Воронцов, С. Романчук, О. Ролюк, А. Яворський // Український журнал медицини, біології та спорту : зб. наук. пр. – Миколаїв : ЧНУ ім. П.Могили, 2017. – Т. 6, № 6 (90) – С. 47-52.
8. Добровольський В.Б. Стан проблеми фізичної підготовки курсантів-жінок вищих військових навчальних закладів та інноваційні шляхи її вирішення / Добровольський В. Б., Романчук С. В. // Фізична активність, здоров'я і спорт. – Львів, 2017. – №2. – С. 37-40.
9. Кирпенко В. Спеціальна фізична підготовка як засіб підвищення ефективності професійної діяльності військовослужбовців Сухопутних військ / В. Кирпенко, В. Романчук, С. Романчук, С. Федак // Фізична активність, здоров'я і спорт. – Львів, 2015. – №4(22). – С. 12-18.
10. Лойко О. М. Історичні аспекти створення та трансформація системи фізичної підготовки військовослужбовців Збройних Сил України (1991–2011 рр.) [Електронний ресурс] / О. М. Лойко, С. В. Романчук // Військово-науковий вісник. – 2011. – Вип. 16. – С. 64–75. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/j-pdf/vnv\\_2011\\_16\\_8.pdf](http://nbuv.gov.ua/j-pdf/vnv_2011_16_8.pdf) (дата звернення: 25.09.2015).
11. Одеров А.М. Проблемні аспекти фізичного виховання і психологічної підготовки юнаків призовного віку до умов служби в секторі безпеки і оборони України / А.М. Одеров, В.Б. Климович, С.В. Романчук, О.М. Матвейко, І.В. Пилипчак, О.Р. Небожук // Український журнал медицини, біології та спорту : зб. наук. пр. – Миколаїв : ЧНУ ім. П.Могили, 2022. – Т. 7, № 3 (37) – С. 241-250.
12. Ольховий О.М. Оптимізація системи фізичної підготовки курсантів / О.М. Ольховий, С.В. Романчук // Матеріали науково-практичної конференції «Вдосконалення системи фізичної підготовки у Збройних Силах України в умовах сьогодення та приведення її до сумісності зі стандартами армій країн-членів НАТО» (Київ, 13-14 грудня 2016 р.) / Мін-во оборони України. Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського. – К.: НУ ОУ, 2016 – С. 156–163.
13. Романчук С. Дослідження фізичної підготовленості військовослужбовців під час ведення бойових дій / С. Романчук // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). – К.: НПУ ім. Драгоманова, 2015. – Вип. 3(1). – С. 316-319.
14. Романчук С.В. Фізична підготовка курсантів вищих військових навчальних закладів на основі вибіркової направленості професійної освіти : [монографія] / С.В. Романчук, С.С. Федак, В.М. Афонін та ін. // – Л.: НАСВ, 2022. – 386 с.

15. Романчук С. В. Напрямки удосконалення системи перевірки та оцінки військовослужбовців різних спеціальностей / С. Романчук // Науковий часопис Нац. пед. ун-ту імені М. П. Драгоманова. Серія 5, Педагогічні науки: реалії та перспективи : [зб. наук. пр.]. – Київ, 2009. – С. 213–216.
16. Романчук С. В. Фізична підготовка в Сухопутних військах Збройних сил провідних держав НАТО / С. Романчук, В. Романчук // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2010. – Вип. 14, т. 2. – С. 205–209.
17. Романчук С. В. Фізична підготовка курсантів військових навчальних закладів Сухопутних військ Збройних Сил України : [монографія] / С. В. Романчук. – Львів : АСВ, 2012. – 367 с.
18. Романчук С. В. Фізична підготовленість студентів, які навчаються за програмою підготовки офіцерів запасу [Електронний ресурс] / С. В. Романчук, А. І. Яворський // Спортивна наука України. – 2014. – № 6 (64). – С. 8–11. – Режим доступу : <http://sportsience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/266/260>
19. Фізичне виховання військовослужбовців : [навч. посіб.] / М. Ф. Пічугін, Г. П. Грибан, В. М. Романчук, С. В. Романчук [та ін.] ; [за ред. Г. П. Грибана]. – Житомир : ЖВІ НАУ, 2011. – 820 с.
20. Фізичне виховання у системі військово-професійної діяльності : навч. посіб. / С. В. Романчук, Г. П. Грибан, В. М. Романчук, Ю. С. Фіногенов, Ю. В. Петришин. – Львів : АСВ, 2012. – 328 с.
21. Шевченко О. О. Дослідження показників професійно важливих психологічних якостей курсантів під впливом чинників військово-професійної діяльності / О. О. Шевченко, С. В. Романчук // Слобожанський науково-спортивний вісник : зб. наук пр. – Харків, 2009. – № 4. – С. 11–14.

### References

1. Iedynak G., Romanchuk S., Sliusarchuk V., Mazur V., Matsuk L., Kljus O., Bozhyk M., Oderov A., Klymovych V., Lototskiy I., Ovcharuk I. (2020). "The Effect of Training in Military Pentathlon on the Physiological Characteristics of Academy Cadets". *Sport Mont Journal*. 18(3). 95–99.
2. Klymovich V., Olkhovyi O., Romanchuk S. (2016). "Adoption of youth's bodies to educational conditions in higher educational institutions". *Journal of Physical Education and Sport*. 3(1). 620–622.
3. Kuznetsov M., Oderov A., Romanchuk S., Pohrebniak D., Indyka S., Bielikova N. (2022). "Analysis of the level of physical fitness of cadets of the Military College of Sergeants at the stage of primary". *Sport i Turystyka. Środkowoeuropejskie Czasopismo Naukowe*. 5, no. 1. 93-102.
4. Oderov A., Romanchuk S., Fedak S., Kuznetsov M., Petruk A., Dunets-Lesko A. (2017). "Innovative approaches for evaluating physical fitness of servicemen in the system of professional training". *Journal of Physical education and Sport*. 17(1). 23–27. DOI:10.7752/jpes.2017.s1004.
5. Romanchuk S. (2015). "Self-educational technologies of the commanders of cadets' units of higher military educational institutions in the field of physical training and sports". *Journal of Physical Education and Sport*. 15 (3), art. 75. 498–501.
6. Afonin V.M., Romanchuk S.V., Oderov A.M., Fedak S.S. (2017). "Doslidzhennia subiektyvnoi dumky uchasnykiv boiovykh dii shchodo vazhlyvosti fizychnoi pidhotovlenosti viiskovosluzhbovtiv". *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P. Drahomanova. Seria 15: Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)*. 5K. 286-293.
7. Vorontsov O., Romanchuk S., Roliuk O., Yavorskyi A. (2017). "Fizychni navantazhennia viiskovosluzhbovtiv u suchasnomu boiu". *Ukrainskyi zhurnal medytsyny, biolohii ta sportu : zb. nauk. pr.* 6(90). 47-52.
8. Dobrovolskyi V.B., Romanchuk S.V. (2017). "Stan problemy fizychnoi pidhotovky kursantiv-zhinok vyshchykh viiskovykh navchalnykh zakladiv ta innovatsiini shliakhy yii vyrishennia". *Fizychna aktyvnist, zdorovia i sport*. 2. 37-40.
9. Kyrpenko V., Romanchuk V., Romanchuk S., Fedak S. (2015). "Spetsialna fizychna pidhotovka yak zasib pidvyshchennia efektyvnosti profesiinoi diialnosti viiskovosluzhbovtiv Sukhoputnykh viisk". *Fizychna aktyvnist, zdorovia i sport*. 4(22). 12-18.
10. Loiko O. M., Romanchuk S.V. (2011). "Istorychni aspekty stvorennia ta transformatsiia systemy fizychnoi pidhotovky viiskovosluzhbovtiv Zbroinykh Syl Ukrainy (1991–2011 rr.)" [Elektronnyi resurs]. *Viiskovo-naukovyi visnyk*. 16. 64–75.
11. Oderov A.M., Klymovych V.B., Romanchuk S.V., Matveiko O.M., Pylypchak I.V., Nebozhuk O.R. (2022). "Problemni aspekty fizychnoho vykhovannia i psykhohichnoi pidhotovky yunakiv pryzovnoho viku do umov sluzhby v sektori bezpeky i oborony Ukrainy". *Ukrainskyi zhurnal medytsyny, biolohii ta sportu : zb. nauk. pr.* 7, № 3 (37). 241-250.
12. Olkhovyi O.M., Romanchuk S.V. (2016). "Optymizatsiia systemy fizychnoi pidhotovky kursantiv". *Materialy naukovo-praktychnoi konferentsii «Vdoskonalennia systemy fizychnoi pidhotovky u Zbroinykh Sylakh Ukrainy v umovakh sohodennia ta pryvedennia yii do sumisnosti zi standartamy armii krain-chleniv NATO»*. 156–163.
13. Romanchuk S. (2015). "Doslidzhennia fizychnoi pidhotovlenosti viiskovosluzhbovtiv pid chas vedennia boiovykh dii". *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P. Drahomanova. Seria 15: Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)*. 3(1). 316-319.
14. Romanchuk S.V., Fedak S.S., Afonin V.M. (2021). "Fizychna pidhotovka kursantiv vyshchykh viiskovykh navchalnykh zakladiv na osnovi vybirkovoi napravlenosti profesiinoi osvity": [monohrafiia]. L.: NASV. – 386.
15. Romanchuk S. V. (2009). "Napriamky udoskonalennia systemy perevirky ta otsinky viiskovosluzhbovtiv riznykh spetsialnostei". *Naukovyi chasopys Nats. ped. un-tu imeni M. P. Drahomanova. Seria 5, Pedahohichni nauky: realii ta perspektyvy : [zb. nauk. pr.]*. 213–216.
16. Romanchuk S. V., Romanuchuk V. M. (2010). "Fizychna pidhotovka v Sukhoputnykh viiskakh Zbroinykh syl providnykh derzhav NATO". *Moloda sportyvna nauka Ukrainy : zb. nauk. pr. z haluzi fiz. kultury ta sportu*. 14. t. 2. 205–209.

17. Romanchuk S. V. (2012). "Fizychna pidhotovka kursantiv viiskovykh navchalnykh zakladiv Sukhoputnykh viisk Zbroinykh Syl Ukrainy". [monohrafiia]. Lviv : ASV. 367.
18. Romanchuk S. V. , Yavorskyi A. I. (2014). "Fizychna pidhotovlenist studentiv, yaki navchautsia za prohramoiu pidhotovky ofitseriv zapasu" [Elektronnyi resurs]. Sportyvnna nauka Ukrainy. 6 (64). 8–11. – Rezhym dostupu : <http://sportsience.lidufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/266/260>.
19. Pichuhin M. F., Hryban H. P., Romanchuk V. M., Romanchuk S.V. (2011). "Fizyчне vykhovannia viiskovosluzhbovtiv". [navch. posib.]. Zhytomyr : ZhVI NAU. 820.
20. Romanchuk S. V., Hryban H. P., Romanchuk V. M., Finohenov Yu. S., Petryshyn Yu. V. (2012). "Fizyчне vykhovannia u systemi viiskovo-profesiinoi diialnosti". [navch. Posib]. Lviv : ASV. 328.
21. Shevchenko O. O. Romanchuk S.V. (2009). "Doslidzhennia pokaznykiv profesiino vazhlyvykh psykhohichnykh yakosteï kursantiv pid vplyvom chynnykiv viiskovo-profesiinoi diialnosti". Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk : zb. nauk pr. 4. 11–14.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.8(153).17  
УДК 616.01+615.83:612.7

Рубан Л.  
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент  
Місюра В.  
викладач  
Харківська державна академія фізичної культури

### ЯКІСТЬ ЖИТТЯ, ВЕСТИБУЛЯРНА ДИСКООРДИНАЦІЯ ТА ПОРУШЕННЯ ПАТТЕРНУ ХОДЬБИ СПОРТСМЕНІВ-АМАТОРІВ З ВІДДАЛЕНИМИ НАСЛІДКАМИ ЧЕРЕПНО-МОЗКОВОЇ ТРАВМИ

Серед учасників бойових дій на Сході України контузію головного мозку військові отримують в три рази частіше ніж інші травми. Основна проблема закритої черепно-мозкової травми полягає в тому, що ускладнення з'являються через деякий час. Метою роботи було дослідити наслідки перенесеної черепно-мозкової травми, які супроводжувалися контузією головного мозку у спортсменів-аматорів. У всіх досліджуваних спостерігали основні неврологічні синдроми, які обмежують їх життєдіяльність: вегетативні порушення та дискоординація вестибюлярного генезу. Під спостереженням знаходилося 12 чоловіків віком 25-42 років з віддаленими наслідками закритої черепно-мозкової травми у пізньому віддаленому періоді. Тривалість посттравматичного періоду від пірроку. Причиною інвалідності були поранення та контузії, пов'язані з військовими діями. У всіх пацієнтів ускладненнями після ЧМТ було зниження м'язової сили в нижніх кінцівках, порушення координації і рівноваги, паттерну ходьби. Відповідно до Міжнародної класифікації функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я у досліджуваних в домені «Структура та функції тіла» спостерігали моно- або геміпарези нижніх кінцівок. В домені «Діяльність та участь» пацієнти скаржилися на не можливість повернутися до аматорського спорту. При проведенні оцінки якості життя за шкалою ВАШ з'ясовано низький рівень якості життя. За даними мануального м'язового тесту Ловетта встановлено, що у досліджуваних осіб у пізньому віддаленому періоді після травми має місце зниження м'язової сили як передньої, так і задньої групи м'язів стегна та попереку. Результати тестування за тестом Боаннон встановили підвищений ризик падіння внаслідок порушення балансу. Тестування за «Timed Up and Go» вказало на статистично значуще зниження вестибюлярної координації та паттерну ходьби у порівнянні з нормативним показником.

**Ключові слова:** спортсмени-аматори, черепно-мозкова травма, шкала ВАШ, тести Ловетта, Боаннон, Timed Up and Go.

**Ruban L., Misyura V. Quality of life, vestibular discoordination and violation of the walking pattern of amateur athletes with long-term consequences of traumatic brain injury.** Among the participants in the hostilities in the East of Ukraine, military personnel receive a brain contusion three times more often than other injuries. The main problem of closed craniocerebral injury is that complications appear after some time. The aim of the work was to investigate the consequences of traumatic brain injury accompanied by brain contusion in amateur athletes. All the tested athletes had the main neurological syndromes that limited their vital activity: vegetative disorders and discoordination of the vestibular genesis. Under observation were 12 men aged 25-42 years with long-term consequences of a closed craniocerebral injury in the late long-term period. The duration of the post-traumatic period is from six months. The cause of disability was wounds and contusions associated with military operations. In all patients, complications after TBI were a decrease in muscle strength in the lower extremities, impaired coordination and balance, and a walking pattern. According to the International Classification of Functioning, limitation of vital activity and health in subjects in the domain "Structure and functions of the body" was observed mono- or hemiparesis of the lower extremities. In the activity and participation domain, patients complained about being able to return to amateur sports. When assessing the quality of life on the VAS scale, a low level of quality of life was revealed. According to the Lovett manual muscle test, it was found that in the subjects in the late long-term period after injury, there is a decrease in muscle strength of both the anterior and posterior thigh and lower back muscle groups. The results of the Bohannon test showed an increased risk of falling due to imbalance. «Timed Up and Go» testing indicated a statistically significant decrease in vestibular coordination and gait pattern compared to the norm.

**Keywords:** amateur athletes, traumatic brain injury, VAS scale, Lovett tests, Bohannon, Timed Up and Go.