

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.7\(180\).39](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.7(180).39)  
УДК: 796.062.4:355.237.3

Хацаюк О. В.,  
заслужений тренер України, магістр,  
начальник кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту – начальник фізичної  
підготовки і спорту Київського інституту Національної гвардії України, м. Київ;  
старший викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки факультету № 3 Харківського  
національного університету внутрішніх справ, м. Харків  
<https://orcid.org/0000-0002-4166-9099>

Гіренко С. П.,  
кандидат педагогічних наук, доцент,  
заступник декана з навчально-методичної роботи факультету № 2 Харківського національного університету  
внутрішніх справ,  
<https://orcid.org/0000-0002-4871-5481>

Волянський В. Г.,  
старший викладач кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту Київського  
інституту  
Національної гвардії України, м. Київ  
<https://orcid.org/0000-0001-6528-3783>

Белошенко Ю. К.,  
старший викладач кафедри фізичної підготовки та спорту Національної академії Національної гвардії України,  
м. Харків  
<https://orcid.org/0009-0002-6759-3501>

Гришко А. В.,  
старший викладач кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту Харківського  
національного університету Повітряних Сил імені Івана Кожедуба, м. Харків  
<https://orcid.org/0000-0001-9069-3143>

Мердов С. П.,  
старший викладач кафедри спеціальної фізичної та домедичної підготовки факультету № 3 Донецького  
державного університету внутрішніх справ, м. Кропивницький  
<https://orcid.org/0000-0001-8816-5384>

#### ФОРМУВАННЯ НОКАУТУЮЧОГО УДАРУ КУРСАНТІВ ВВНЗ ІНСТИТУЦІЙ СЕКТОРУ БЕЗПЕКИ І ОБОРОНИ УКРАЇНИ

Відповідно до результатів аналізу науково-методичної та довідкової літератури, а також спеціалізованих Інтернет-ресурсів, членами науково-дослідної групи встановлено, що теоретичних (емпіричних) досліджень, які комплексно розкривають особливості формування індивідуальної техніки застосування заходів фізичного впливу (сили) військовослужбовцями інституцій сектору безпеки і оборони України зустрічаються рідко.

В процесі теоретичного дослідження були використані наступні методи: аксіоматичні, ідеалізації, інструментальні, історичні і логічні, сходження від конкретного, формалізації, тощо. Крім цього, членами науково-дослідної групи використано особистий досвід організації системи спеціальної фізичної підготовки військовослужбовців (правоохоронців) інституцій сектору безпеки і оборони України.

В результаті теоретичного дослідження членами науково-дослідної групи розроблено експериментальну програму формування нокаутуючого удару курсантів вищих військових навчальних закладів інституцій сектору безпеки і оборони України. Перспективи подальших досліджень у обраному напрямі наукової розвідки передбачають проведення апробації запропонованої нами програми на прикладі курсантів вищих військових навчальних закладів (закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання) інституцій сектору безпеки і оборони України.

**Ключові слова:** вибухова сила, заходи фізичного впливу, індивідуалізація, майбутні офіцери, методика, програма, професійна освіта, сила, спеціальна фізична підготовка, ударна техніка, швидкісно-силові якості

**Khatsaiuk Olexandr, Girenko Sergii, Volynsky Volodymyr, Beloshenko Yurii, Hryshko Artem, Merdov Stanislav.**  
**The formation of a knockout blow by cadets of the Higher Military Educational Institutions of the Institutions of the Security and Defense Sector of Ukraine.** During practical training, servicemen of different categories (age groups) learn and improve the technique of conducting Hand-to-Hand combat with an opponent (opponents) in various variable conditions, which involves striking blows with hands and feet, therefore the formation of a knockout blow by Cadets of Higher Military Educational Institutions (servicemen of various categories) Institutions of the Security and Defense Sector of Ukraine in today's realities is an important practical task.

According to the Results of the analysis of Scientific and Methodological and reference literature, as well as Specialized Internet resources, the members of the Scientific Research group found that theoretical (empirical) studies that comprehensively

reveal the peculiarities of the formation of individual techniques for the application of Measures of Physical Influence (Force) by Military personnel of Institutions of the Security Sector and Defenses of Ukraine are rare.

In the process of Theoretical Research, the following Methods were used: axiomatic, idealization, instrumental, historical and logical, descent from concrete, formalization, etc. In addition, the Members of the Research group used their personal Experience of organizing a System of Special Physical training for Military Personnel (Law enforcement Officers) of Institutions of the Security and Defense Sector of Ukraine.

As a Result of a theoretical study, the Members of the Research group developed a Program of forming a knockout blow for Cadets of Higher Military Educational Institutions of the Security and Defense Sector of Ukraine. Prospects for Further Research in the chosen direction of Scientific Intelligence include testing the Experimental Methodology proposed by us on the example of Cadets of Higher Military Educational Institutions (Higher Education Institutions with Specific learning conditions) of Institutions of the Security and Defense Sector of Ukraine.

**Keywords:** explosive force, Measures of Physical Impact, individualization, Future Officers, Methodology, Program, Professional Education, strength, Special Physical Training, impact technique, speed-power qualities

**Постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями.** На сьогодні підготовка висококваліфікованих офіцерських кадрів для потреб інституцій сектору безпеки і оборони України є першочерговим завданням. Крім цього, збройна агресія російської федерації вносить корективи у зміст та структуру професійної підготовки військовослужбовців різних категорій. Необхідно виділити, що в реаліях сьогодення якісним чином трансформується система бойової підготовки представників досліджуваної категорії, основу якої складають наступні дисципліни: тактична підготовка, вогнева підготовка та фізична підготовка.

Важливим є той факт, що фізична підготовка у представників інституцій сектору безпеки і оборони України (СБОУ) має прикладний аспект і проводиться у вигляді спеціальної фізичної підготовки, яка передбачає проходження військовослужбовцями наступних розділів: функціональна підготовка, подолання штучних та природних перешкод, військово-прикладне плавання, комплексні заняття (тренінги), заходи фізичного впливу (сили), тощо.

У свою чергу, найдинамічнішим та високофункціональним є розділ – «Заходи фізичного впливу (сили)» – в процесі опанування якого у представників досліджуваних категорій формується усебічна готовність до виконання завдань за призначенням в екстремальних умовах службово-бойової діяльності. Під час практичних занять військовослужбовці різних категорій (вікових груп) вивчають та удосконалюють техніку ведення рукопашної сутички із супротивником (супротивниками) у різних варіативних умовах, яка передбачає: застосування прийомів боротьби, нанесення ударів руками і ногами, тому формування нокаутуючого удару здобувачів вищої освіти вищих військових навчальних закладів (військовослужбовців різних категорій) інституцій СБОУ в реаліях сьогодення є важливим практичним завданням.

Дослідження виконано відповідно до **планів науково-дослідних і дослідно-конструкторських робіт:** кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту Київського інституту Національної гвардії України; кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки факультету № 3 Харківського національного університету внутрішніх справ; кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту Харківського національного університету Повітряних Сил імені Івана Кожедуба та інших профільних кафедр вищих військових навчальних закладів (закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання) відповідно до договорів про міжкафедральну співпрацю (ініціативний науковий проект «Knockout Method, 2023-2025»).

**Аналіз останніх досліджень і публікацій** (перший етап) зосередив нашу увагу на наукових працях учених: Т. Білоуса [1], Д. Швеця [2], П. Дармограя [3], А. Шевченка [4], С. Марченкова [5] та інших фахівців (А. Бухуна, Є. Денисенка, Ю. Самсонова, О. Лавніченка, А. Чуха, О. Шабаліна, Я. Павлова) – у яких висвітлені актуальні питання організації професійної освіти майбутніх офіцерів інституцій СБОУ. Окремі складові системи підготовки офіцерських кадрів для потреб інституцій СБОУ можуть бути корисними при розробленні майбутньої експериментальної програми (методики) формування техніки та тактики застосування заходів фізичного впливу, сили.

Не менш цікавими, виконаними на високому науково-методичному рівні є напрацювання учених: М. Корчагіна [6], R. Anatskyi, O. Kolomiitseva, R. Liubchich [7], М. Боровика [8], О. Khatsaiuk, М. Medvid, В. Maksymchuk, О. Kurok [9], Р. Любича [10] та інших фахівців (А. Одерова, О. Петрачкова, Г. Сухоради, Ю. Фіногенова, В. Шемчука), у яких розкриваються актуальні питання організації системи фізичної (спеціальної фізичної) підготовки здобувачів вищої освіти вищих військових навчальних закладів (ВВНЗ), які готують кадри для Сил оборони і безпеки України.

В процесі подальшого моніторингу науково-методичної та спеціальної літератури увагу членів науково-дослідної групи привернули наукові праці: О. Хацаюк, В. Оленченка, А. Корольова, О. Кравченко [11], О. Хацаюка, О. Єлісєєвої, В. Клименка, Ю. Бережного [12], С. Русанівського, О. Федченка, О. Крука, С. Олексійчука, Р. Лисики, В. Штоми, С. Безпалого [13], О. Хацаюка, А. Турчинова, Р. Контаровського, В. Волянського, Ю. Москаленка, Д. Нестерчука [14], О. Хацаюка, А. Турчинова, Д. Ванюк, Є. Євтушенка, А. Биковської, О. Магули [15], М. Medvid, О. Khatsaiuk, К. Sydorchenko, S. Vorok, А. Kernas, М. Ворочук [21] та інших учених і практиків (І. Ковальова, В. Откидача, О. Моргунова, О. Пристинського, А. Чудика, О. Ярещенко) – у яких визначаються актуальні методики (технології, педагогічні моделі, організаційно-педагогічні умови, тощо), які забезпечують формування військово-прикладних навичок рукопашного бою (навичок застосування заходів фізичного впливу, сили) у представників інституцій СБОУ.

Цікавими за своїм змістом та сутнісними характеристиками є наукові праці: М. Савчина, А. Котельника [16], В. Мунтяна [17], П. Агєєва, Д. Запольського [18], Н. Гуцула, А. Окопного, Д. Сосновського, А. Котельника, П. Мисишина [19], А. Литвиненка, В. Мулика [20] та інших учених і практиків (Г. Василенка, Б. Лукіна, О. Моргунова, О. Пристинського, О. Скірти, О. Ярещенко) – у яких висвітлені особливості формування нокаутуючого удару спортсменів та спортсменок, які спеціалізуються в односторонстві.

Підсумовуючи результати аналізу останніх досліджень і публікацій у обраному напрямі наукової розвідки доцільно констатувати, що теоретичних та емпіричних досліджень, які комплексно розкривають особливості організації системи рукопашної підготовки представників досліджуваної категорії зустрічаються рідко. Заслуговує уваги і той факт, що окремі наукові концепції перелічених вище учених і практиків (у розрізі майбутнього емпіричного дослідження) на сьогодні є застарілими, і не враховують досвід бойових дій (досвід службово-бойової діяльності) представників Сил оборони і безпеки України (СОБУ).

**Мета статті.** Головною метою дослідження є розроблення експериментальної програми формування нокаутуючого удару курсантів вищих військових навчальних закладів інституцій СБОУ (на прикладі здобувачів вищої освіти Київського інституту Національної гвардії України).

Для досягнення мети дослідження планувалося вирішити наступні завдання:

1) провести аналіз науково-методичної літератури у напрямі організації професійної освіти майбутніх офіцерів інституцій СБОУ;

2) здійснити аналіз спеціальної та довідкової літератури у напрямі організації системи фізичної (спеціальної фізичної) підготовки здобувачів вищої освіти ВВНЗ, які готують кадри для СОБУ;

3) визначити актуальні методика (технології, педагогічні моделі, організаційно-педагогічні умови), які забезпечують формування військово-прикладних навичок рукопашного бою (навичок застосування заходів фізичного впливу, сили) у представників інституцій СБОУ;

4) здійснити моніторинг спеціалізованих Інтернет-ресурсів (аналіз науково-методичної і додаткової літератури) у напрямі формування нокаутуючого удару в спортсменів, які спеціалізуються в однокористуваннях.

**Методи дослідження:** аксіоматичні, ідеалізаційні, інструментальні, історичні і логічні, сходження від конкретного, формалізаційні, тощо. Крім цього, в процесі дослідно-аналітичної роботи членами науково-дослідної групи використано досвід організації системи спеціальної фізичної підготовки курсантів ВВНЗ інституцій СБОУ.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** З метою якісного відпрацювання поставлених перед нами завдань та досягнення головної мети (в межах наукового проєкту «Knockout Method, 2023-2025») на початку теоретичного дослідження було створено науково-дослідну групу (НДГ) із чітким розподілом функцій та повноважень, а саме: О. Хацаюк (ідея, загальне керівництво науковим проєктом, методологія, затвердження робочої гіпотези); В. Волянський (адміністрування, затвердження робочих матеріалів, результатів анкетування); С. Гіренко (аналітика, науково-методичне забезпечення, обробка статистичних даних); А. Гришко А. В. (концептуалізація, фінансування, дослідження, програмне забезпечення); Ю. Белошенко, С. Мердов (систематизація експериментальних даних, дослідження, математична статистика, інструментальне забезпечення).

В процесі подальшої дослідно-аналітичної роботи (другий етап) членами НДГ № 1 визначені сутнісні характеристики [9], а також критерії (рівні) сформованості готовності представників інституцій сектору безпеки і оборони України до застосування заходів фізичного впливу (сили) в професійній діяльності [21].

На підставі моніторингу спеціалізованої науково-методичної та довідкової літератури членами НДГ встановлено, що актуальність нокаутуючого удару для представників інституцій СБОУ є важливою темою в контексті забезпечення громадської безпеки та самозахисту. Ключові аспекти цього питання включають наступні складники:

1) «ефективність ударних дій» (нокаутуючий удар дозволяє швидко нейтралізувати загрозу з мінімальними витратами часу та фізичної сили, що є критично важливим у ситуаціях, коли військовослужбовці (правоохоронці) стикаються з агресивними чи озброєними супротивниками;

2) «особиста безпека» (правильне та акцентоване застосування нокаутуючого удару може знизити ризик травм як для представників інституцій СБОУ, так і для нападників, оскільки швидка нейтралізація загрози може запобігти подальшій ескалації насильства ними);

3) «індивідуальна професійна підготовленість» (для того, щоб нокаутуючий удар був ефективним і безпечним, військовослужбовці (правоохоронці) повинні проходити спеціальну підготовку, яка передбачає: вивчення анатомії людини, технік ударних дій руками ногами (окремими біоланками), а також етичних та правових аспектів застосування заходів фізичного впливу, сили);

4) «правовий аспект» (застосування заходів фізичного впливу, сили та прийомів боротьби, у тому числі й нокаутуючих ударів, повинно відповідати правовим нормам та стандартам (бути в «правовому полі»); представники СБОУ під час виконання завдань з охорони громадського порядку (виконання окремих завдань за призначенням) повинні діяти в межах законодавства, забезпечуючи дотримання прав людини і пропорційність застосування сили (крім екстремальних обставин на «полі бою»);

5) «психологічна підготовленість» (важливим є також психологічний аспект підготовки представників інституцій СБОУ до застосування заходів фізичного впливу, сили та прийомів боротьби в екстремальних умовах службово-бойової діяльності, де можливе застосування нокаутуючих ударів.

Таким чином, актуальність нокаутуючого удару для представників інституцій СБОУ підкреслює необхідність комплексного підходу до їх підготовки, що включає фізичну (спеціальну фізичну), психологічну та юридичну складові. Також необхідно виділити, що нокаут відрізняється від технічного нокауту (у спортивному аспекті). У свою чергу, технічний нокаут (ТКО), як правило оголошується, коли рефері або інші особи (лікар, тренер або сам спортсмен) переривають поєдинок через неспроможність бійця продовжувати його. Важливим є той факт, що рішення про технічний нокаут приймається виходячи з того, що продовження змагального поєдинку може призвести до втрати здоров'я або життя спортсмена.

На підставі вище викладеного, в процесі подальшої дослідно-аналітичної роботи членами НДГ розроблено експериментальну програму формування нокаутуючого удару курсантів вищих військових навчальних закладів інституцій СБОУ (на прикладі здобувачів вищої освіти Київського інституту Національної гвардії України, див. табл. 1):

Таблиця 1

**Програма формування нокаутуючого удару курсантів  
 ВВНЗ інституцій СБОУ**

| № з/п                      | Етап, номер (назва) навчально-тренувального заняття  | Навчальні питання   |
|----------------------------|--|---|
| <b>I. Підготовчий етап</b> |  |   |
| 1.                         | <b>Заняття 1.1.</b><br>Вхідний контроль сформованості ударних дій службово-прикладного рукопашного бою.              | Навчальне питання 1. Визначення початкового рівня сформованості техніки ударів руками.<br>Навчальне питання 2. Визначення ефективності ударних дій ногами.<br>Навчальне питання 3. Визначення ефективності ударних дій руками та ногами у змодельованих умовах застосування заходів фізичного впливу (сили).  |
| 2.                         | <b>Заняття 1.2.</b><br>Вхідний контроль сформованості швидкісно-силових якостей.                                     | Навчальне питання 1. Визначення початкового рівня сформованості швидкісно-силових якостей та ефективності ударів руками і ногами.<br>Навчальне питання 2. Визначення початкового рівня ефективності ударних дій руками та ногами у варіативних умовах сутички із супротивником.   |
| 3.                         | <b>Заняття 1.3.</b><br>Анатомо-фізіологічні особливості нанесення нокаутуючого удару.                                | Навчальне питання 1. Вивчення больових точок на голові (підборідді).<br>Навчальне питання 2. Особливості нанесення нокаутуючого удару в район печінки.<br>Навчальне питання 3. Формування індивідуального стилю ведення рукопашної сутички із супротивником.  |
| 4.                         | <b>Заняття 1.4.</b><br>Арсенал підготовчих вправ для формування нокаутуючого удару.                                  | Навчальне питання 1. Удосконалення техніки ударів руками на боксерських лапах.<br>Навчальне питання 2. Метання набивного м'яча різними способами.<br>Навчальне питання 3. Згинання-розгинання рук в упорі лежачи з ударами.<br>Навчальне питання 4. Удосконалення зв'язок та комбінацій ударної техніки руками і ногами.<br>Навчальне питання 5. Колове тренування швидкісно-силової спрямованості. |
| 5.                         | <b>Заняття 1.5.</b><br>Розвиток та удосконалення швидкісно-силових якостей.  | Навчальне питання 1. Удосконалення техніки ударів ногами на великих маківарах.<br>Навчальне питання 2. Стрибки з глибокого присіду. Жим штанги лежачи. Вправи з кувалдою.<br>Навчальне питання 3. Формування індивідуальної техніки застосування заходів фізичного впливу (сили).<br>Навчальне питання 4. Комплексне швидкісно-силове тренування із використанням засобів кросфіт.                  |
| 6.                         | <b>Заняття 1.6.</b><br>Формування індивідуального стилю нанесення нокаутуючого удару.                                | Навчальне питання 1. Індивідуалізація технічних дій застосування ударів руками та ногами у варіативних умовах двоєборства із супротивником (супротивниками).<br>Навчальне питання 2. Робота на боксерських мішках та лапах.<br>Навчальне питання 3. Колове тренування швидкісно-силової спрямованості.  |
| 7.                         | <b>Заняття 1.7.</b><br>Удосконалення техніки застосування заходів фізичного впливу, сили.                            | Навчальне питання 1. Формування індивідуальної техніки нокаутуючого удару (перенесення ваги; активний захист; формування індивідуального стилю).<br>Навчальне питання 2. Робота в парах (атакуючо-захисні дії у стійці та партері).<br>Навчальне питання 3. Комплексне швидкісно-силове тренування із використанням засобів кросфіт.  |
| 8.                         | <b>Заняття 1.8.</b><br>Розвиток швидкісно-силових якостей та удосконалення індивідуального стилю нокаутуючого удару. | Навчальне питання 1. Розвиток та удосконалення ударних дій в положенні лежачи.<br>Навчальне питання 2. Розвиток вибухової сили (дії по раптовим командам, сигналам).  |

|                                   |  |  |
|-----------------------------------|--|--|
|                                   |  | Навчальне питання 3. Навчально-тренувальні сутички за спрощеними правилами.<br>Навчальне питання 4. Колове тренування швидкісно-силової спрямованості.   |
| <b>II. Формуючий етап</b>         |  |  |
| 9.                                | <b>Заняття 2.1.</b><br>Формування індивідуальної техніки нанесення ударів руками та ногами із різних положень. | Навчальне питання 1. Удосконалення ударних дій у стійці (робота на лапах, маківарах).<br>Навчальне питання 2. Удосконалення техніки нанесення ударів руками та ногами (робота на мішках різної жорсткості).<br>Навчальне питання 3. Удосконалення ударно-кидкових дій (формування зв'язок та комбінацій).<br>Навчальне питання 4. Комплексне швидкісно-силове тренування із використанням засобів кросфіт. |
| 10.                               | <b>Заняття 2.2.</b><br>Формування індивідуального стилю ведення рукопашної сутички із супротивником.           | Навчальне питання 1. Розвиток вибухової сили (підтягування на перекладині, робота з гумовим амортизатором, робота на лапах).<br>Навчальне питання 2. Відпрацювання контратакуючих технічних дій у стійці та партері.<br>Навчальне питання 3. Навчально-тренувальні сутички за спрощеними правилами.<br>Навчальне питання 4. Колове тренування швидкісно-силової спрямованості.                             |
| 11.                               | <b>Заняття 2.3.</b><br>Удосконалення атакуючих, захисних та контратакуючих дій у стійці та партері.            | Навчальне питання 1. Удосконалення техніки захисту від ударів руками та ногами. Робота на мішках різної жорсткості.<br>Навчальне питання 2. Робота в парах (відпрацювання атакуючих, захисних та контратакуючих дій у стійці та партері).<br>Навчальне питання 3. Комплексне швидкісно-силове тренування із використанням засобів кросфіт.   |
| 12.                               | <b>Заняття 2.4.</b><br>Робота в парах. Удосконалення швидкісно-силових якостей.                                | Навчальне питання 1. Удосконалення техніки нанесення ударів руками (ліктями).<br>Навчальне питання 2. Робота в парах (відпрацювання атакуючих, захисних та контратакуючих дій у стійці).<br>Навчальне питання 3. Комплексне швидкісно-силове тренування із використанням засобів кросфіт.  |
| 13.                               | <b>Заняття 2.5.</b><br>Індивідуалізація техніки службово-прикладного рукопашного бою.                          | Навчальне питання 1. Удосконалення техніки нанесення ударів ногами (колінами).<br>Навчальне питання 2. Робота в парах (відпрацювання атакуючих, захисних та контратакуючих дій у партері).<br>Навчальне питання 3. Ударно-кидкові дії по раптовим командам та сигналам із супротивниками різної вагової категорії.<br>Навчальне питання 4. Колове тренування швидкісно-силової спрямованості.              |
| 14.                               | <b>Заняття 2.6.</b><br>Формування техніко-тактичної майстерності.  | Навчальне питання 1. Робота на лапах та маківарах.<br>Навчальне питання 2. Формування техніки захисту та контратаки.<br>Навчальне питання 3. Навчально-тренувальні сутички за спрощеними правилами.<br>Комплексне швидкісно-силове тренування із використанням засобів кросфіт.  |
| 15.                               | <b>Заняття 2.7.</b><br>Проміжний контроль сформованості ударних дій службово-прикладного рукопашного бою.      | Навчальне питання 1. Проміжний контроль сформованості швидкісно-силових якостей та техніки ударів руками (ногами).<br>Навчальне питання 2. Проміжний контроль сформованості техніки ударів руками та ногами у змодельованих умовах застосування заходів фізичного впливу (сили).   |
| 16.                               | <b>Заняття 2.8.</b><br>Проміжний контроль сформованості швидкісно-силових якостей.                             | Навчальне питання 1. Проміжний контроль рівня сформованості швидкісно-силових якостей та ефективності ударів руками і ногами.<br>Навчальне питання 2. Проміжний контроль рівня сформованості ефективності ударних дій руками та ногами у варіативних умовах сутички із супротивником.  |
| <b>III. Константувальний етап</b> |  |  |

|   |   |  |
|---|---|--|
| 17.   | <b>Заняття 3.1.</b><br>Відеомоніторинг ударних дій службово-прикладного рукопашного бою.  | Навчальне питання 1. Відеоаналіз ударів руками, ногами.<br>Навчальне питання 2. Біомеханічний аналіз ударних дій руками та ногами.   |
| 18.   | <b>Заняття 3.2.</b><br>Тестування рівня сформованості швидкісно-силових якостей.  | Навчальне питання 1. Діагностика сили (швидкості) та ефективності ударів руками.<br>Навчальне питання 2. Діагностика сили (швидкості) ударів ногами.<br>Навчальне питання 3. Комплексне тестування ударних дій руками та ногами. |
| 19.   | <b>Заняття 3.3.</b><br>Апробація ефективності програми технічного удосконалення ударних дій службово-прикладного рукопашного бою. | Навчальне питання 1. Діагностика сили (швидкості) та ефективності ударів руками.<br>Навчальне питання 2. Діагностика сили (швидкості) ударів ногами.<br>Навчальне питання 3. Комплексне тестування ударних дій руками та ногами. |
| <b>Примітки: 1) тривалість програми 19 навчально-тренувальних занять; 2) відпрацювання навчальних питань здійснюється під час практичних занять зі спеціальної фізичної підготовки, а також під час самостійної (факультативної) роботи під керівництвом викладача; 3) алгоритм проходження експериментальної програми наскрізний (від заняття 1.1 до заняття 3.3).</b> |   |  |

Членами НДГ очікується, що впровадження зазначеної вище експериментальної програми (табл. 1) в систему рукопашної підготовки військовослужбовців (різних категорій і вікових груп) інституцій СБОУ забезпечить підвищення показників: техніко-тактичної підготовленості; активності та ефективності змагальних дій; підсистеми біологічного контролю.

Таким чином, поставлені перед нами завдання на даному етапі теоретичного дослідження виконанні, а головну мету – досягнуто.

**Висновки і перспективи подальших розвідок у цьому напрямку.** В результаті теоретичного дослідження членами науково-дослідної групи розроблено експериментальну програму формування нокаутуючого удару курсантів вищих військових навчальних закладів інституцій сектору безпеки і оборони України (на прикладі здобувачів вищої освіти Київського інституту Національної гвардії України).

Запропоновану нами експериментальну програму планується реалізувати упродовж трьох основних етапів: підготовчого (8 навчально-тренувальних занять); формуючого (8 навчально-тренувальних занять) та констатуючого (3 навчально-тренувальні заняття). Крім цього, з метою якісного опанування представниками досліджуваної категорії основними складовими нокаутуючого удару, членами науково-дослідної групи буде розроблено відповідний алгоритм, який буде реалізовано упродовж педагогічного експерименту.

Окремі результати дослідження впровадженні у систему фізичного виховання здобувачів вищої освіти Київського інституту Національної гвардії України та курсантів навчальних частин Національної гвардії України. Перспективи подальших досліджень у обраному напрямі наукової розвідки передбачають проведення апробації експериментальної програми формування нокаутуючого удару здобувачів вищої освіти вищих військових навчальних закладів інституцій сектору безпеки і оборони України (в системі спеціальної фізичної підготовки).

#### Література

1. Агеев П.М., Запольський Д.П. Особливості адаптації спортсменів до специфічних рухових дій в боксі. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2022. № 5 (136), 15-18. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.5\(135\).03](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.5(135).03)
2. Anatskiy R. V., Kolomiitseva O. E., Liubchich R. E. The program of Physical Training of servicemen to a qualification examination on the right to wear the "Beret with honors". *Physical education of students*. 2018. 22 (6). С. 285 – 291. URL: <https://doi.org/sportedu.org.ua/index.php/PES/article/view/721/453>
3. Білоус Т.Л. Формування професійної готовності до роботи в екстремальних умовах у майбутніх працівників ОВС : дис. ...канд. пед. наук : 13.00.04. Слов'янськ, 2015. 278 с.
4. Боровик М.О. Педагогічні умови формування фізичної витривалості майбутніх офіцерів Національної поліції в процесі фахової підготовки: автореф. дис. ...канд. пед. наук : 13.00.04. Старобільськ, 2020. 24 с.
5. Гуцул Н., Окопний А., Сосновський Д., Котельник А., Мисишин П. Показники ефективності змагальної діяльності боксерів із урахуванням різних манер ведення поєдинку. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2022. № 10 (155), 61-64. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.10\(155\).15](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.10(155).15)
6. Дармограй П.В. Формування професійної компетентності майбутніх офіцерів державної пенітенціарної служби України у процесі фахової підготовки : дис. ...канд. пед. наук : 13.00.04. Хмельницький, 2017. 263 с.
7. Khatsaiuk, O., Medvid, M., Maksymchuk, B., Kurok, O., Dziuba, P., Tyurina, V., Chervonyi, P., Yevdokimova, O., Levko, M., Demchenko, I., Maliar, N., Maliar, E., & Maksymchuk, I. (2021). Preparing Future Officers for Performing Assigned Tasks through Special Physical Training. *Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala*, 13 (2), 457-475. <https://doi.org/10.18662/rrem/13.2.431>

8. Любич Р.І. Формування фізичної готовності майбутніх офіцерів Національної гвардії України до службово-бойової діяльності в процесі професійної підготовки: дис. ... доктора філософії : 015 Професійна освіта (за спеціалізаціями). Харків, 2023. 424 с.
9. Корчагін М.В. Оптимізація спеціальної фізичної підготовки військовослужбовців-операторів повітряних сил у циклі бойового чергування: автореф. дис. ... канд. наук з фіз.вих. і спорту : 24.00.02. Дніпро, 2018. 20 с.
10. Литвиненко А.М., Мулик В.В. Ефективність змагальної діяльності в хортингу. *Єдиноборства*. 2023. № 4 (30), 59-68. <https://doi.org/10.10.1-5391/ed.2023-4.06>
11. Марченко С.М. Формування інформаційно-аналітичної компетентності майбутніх офіцерів у процесі фахової підготовки: автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Житомир, 2021. 23 с.
12. Medvid, M., Khatsaiuk, O., Sydorchenko, K., Vorok, S., Kernas, A., & Borovyk, M. (2024). Sports Pedagogy: Readiness of Cadets to Apply Physical Action in Different Conditions of Service Activity. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, 16(2), 336-355. <https://doi.org/10.18662/rem/1-6/2/860>
13. Мунтян В. С. Fight-fitness: навчально-методичний посібник. Харків : Нац. юрид. ун-т ім. Ярослава Мудрого, 2018. 326 с.
14. Русанівський С.В., Федченко О.В., Крук О.М., Олексійчук С.А., Лисик Р.В., Штома В.Д., Безпалый С.М. Характеристика психоемоційного стану майбутніх поліцейських у процесі занять боротьбою самбо. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2020. № 5 (125). С. 132-135. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.5\(125\).26](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.5(125).26)
15. Савчин М., Котельник А. Особливості індивідуальних стилів змагальної діяльності боксерів. *Спортивна наука України*. 2013. № 1 (52). С. 17-23.
16. Хацаюк О.В., Оленченко В.В., Корольов А.І., Кравченко О.В. Формування військово-прикладних навичок рукопашного бою у майбутніх офіцерів Національної гвардії України. *Інноваційна педагогіка*. 2019. № 17 (2). С. 215-226. <https://doi.org/10.32843/2663-6085-2019-17-2-42>
17. Хацаюк О.В., Єлісеєва О.С., Клименко В.П., Бережний Ю.М. Модель формування готовності майбутніх офіцерів-правоохоронців до застосування заходів фізичного впливу в різних умовах службово-оперативної діяльності. *Інноваційна педагогіка*. 2020. № 29 (2). С. 174-178. <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/29-2.34>
18. Хацаюк О., Турчинов А., Контаровський Р., Волянський В., Москаленко Ю., Нестерчук Д. Впровадження арсеналу бойового самбо в систему рукопашної підготовки майбутніх офіцерів Національної гвардії України. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2023. № 3 (161). С. 21-27. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.03\(161\).05](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.03(161).05)
19. Хацаюк О.В., Турчинов А.В., Ванюк Д.В., Євтушенко Є.Г., Биковська А.М., Магула О.С. Впровадження бінарних занять у систему спеціальної фізичної підготовки майбутніх офіцерів-правоохоронців. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2023. № 1 (159). С. 136-142. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.1\(159\).33](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.1(159).33)
20. Швець Д.В. Підготовка майбутніх офіцерів МВС України до охорони і забезпечення громадського порядку в процесі фахової підготовки: автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Київ, 2016. 20 с.
21. Шевченко А.В. Формування фахової компетентності майбутніх офіцерів тилу в процесі професійної підготовки : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Хмельницький, 2017. 20 с.

#### References

1. Aheiev, P.M., Zapolskyi, D.P. (2022). Osoblyvosti adaptatsii sportmeniv do spetsyfychnykh rukhovykh dii v boksi [Peculiarities of athletes' adaptation to specific motor actions in boxing]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Dragomanova*. K., № 5 (136). P. 15-18. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.5\(135\).03](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.5(135).03)
2. Anatskyi R. V., Kolomiitseva O. E., Liubchich R. E. The program of Physical Training of servicemen to a qualification examination on the right to wear the "Beret with honors". *Physical education of students*. 2018. 22 (6). С. 285 – 291. <https://doi.org/sportedu.org.ua/index.php/PES/article/view/721/453>
3. Bilous, T.L. (2015). Formuvannia profesiinoi hotovnosti do roboty v ekstremalnykh umovakh u maibutnikh pratsivnykiv OVS [Formation of professional readiness to work in extreme conditions among future employees of Internal Affairs Bodies]. *Dys. ... kand. ped. nauk* : 13.00.04. S., 278 p.
4. Borovyk, M.O. (2020). Pedahohichni umovy formuvannia fizychnoi vytryvalosti maibutnikh ofitseriv Natsionalnoi politsii v protsesi fakhovoi pidhotovky [Pedagogical conditions for the formation of physical endurance of future officers of the National Police in the process of professional training]. *avto-ref. dys. ...kand. ped. nauk* : 13.00.04. S., 24 p.
5. Hutsul, N., Okopnyi, A., Sosnovskiy, D., Kotelnik, A. & Mysyshyn, P. (2022). Pokaznyky efektyvnosti zmahalnoi diialnosti bokseriv iz urakhuvanniam riznykh maner vedennia poiedynku [Pokaznyky efektyvnosti zmahalnoi diialnosti bokseriv iz urakhuvanniam riznykh maner vedennia poiedynku]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Dragomanova*. K., № 10 (155). P. 61-64. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.10\(155\).15](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.10(155).15)
6. Darmogray, P.V. (2017). Formuvannia profesiinoi kompetentnosti maibutnikh ofitseriv derzhavnoi penitentsiarnoi sluzhby Ukrainy u protsesi fakhovoi pidhotovky [Formation of professional competence of future officers of the State Penitentiary Service of Ukraine in the process of professional training]. *Dys. ... kand. ped. nauk* : 13.00.04. Khm., 263 p.
7. Khatsaiuk, O., Medvid, M., Maksymchuk, B., Kurok, O., Dziuba, P., Tyurina, V., Chervonyi, P., Yevdokimova, O., Levko, M., Demchenko, I., Maliar, N., Maliar, E., & Maksymchuk, I. (2021). Preparing Future Officers for Performing Assigned Tasks through Special Physical Training. *Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala*, 13 (2), 457-475. <https://doi.org/10.18662/rrem/13.2.431>

8. Liubchych, R.I. (2023). Formuvannya fizychnoi hotovnosti maibutnikh ofitseriv Natsionalnoi hvardii Ukrainy do sluzhbovo-boiovoi diialnosti v protsesi profesiinoi pidhotovky [Formation of the physical readiness of future officers of the National Guard of Ukraine for service and combat activities in the process of professional training]. *dys. ... doktora filosofii* : 015 Profesiina osvita (za spetsializatsiiamy). Kh., 424 p.
9. Korchahin, M.V. (2018). Optimizatsiia spetsialnoi fizychnoi pidhotovky viiskovosluzhbovtiv-operatoriv povitrianykh syl u tsykli boiovoho cherhuvannya [Optimization of special physical training of servicemen-operators of the air forces in the cycle of combat duty]. *avtoref. dys. ... kand. nauk z fiz.vykh. i sportu* : 24.00.02. S., 20 p.
10. Lytvynenko, A.M., Mulyk, V.V. (2023). Efektyvnist zmahalnoi diialnosti v khortynhu [Effectiveness of competitive activity in horting]. *Yedynoborstva. K.*, № 4 (30). P. 59-68. DOI: <https://doi.org/10.10.1-5391/ed.2023-4.06>
11. Marchenkov, S.M. (2021). Formuvannya informatsiino-analitychnoi kompetentnosti maibutnikh ofitseriv u protsesi fakhovoi pidhotovky [Formation of informational and analytical competence of future officers in the process of professional training]. *avtoref. thesis ... candidate ped. of science* : 13.00.04. Zh., 23 p.
12. Medvid, M., Khatsaiuk, O., Sydorchenko, K., Vorok, S., Kernas, A., & Borovyk, M. (2024). Sports Pedagogy: Readiness of Cadets to Apply Physical Action in Different Conditions of Service Activity. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, 16(2), 336-355. <https://doi.org/10.18662/rem/1-6/2/860>
13. Muntian, V.S. (2018). Fight-fitness : navchalno-metodychnyi posibnyk [Fight-fitness]. *Educ. and method. manual*. Kh., 326 p.
14. Rusanivskiy, S.V., Fedchenko, O.V., Kruk, O.M., Oleksiichuk, S.A., Lysyk, R.V., Shtoma, V. D., & Bezpalyy, S.M. (2020). Kharakterystyka psykhoemotsiinoho stanu maibutnikh politseiskykh u protsesi zaniat borotboiu sambo [Characteristics of the psycho-emotional state of future policemen in the process of practicing Sambo wrestling]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. K.*, № 5 (125). P. 132-135. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.5\(125\).26](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.5(125).26)
15. Savchyn, M., Kotelnik, A. (2013). Osoblyvosti individualnykh styliv zmahalnoi diialnosti bokseriv [Peculiarities of individual styles of boxers' competitive activity]. *Sportyvna nauka Ukrainy. Lv.*, № 1 (52). P. 17-23. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.5\(125\).26](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.5(125).26)
16. Khatsaiuk O.V., Olenchenko V.V., Korolev A.I., Kravchenko O.V. Formation of military-applied Hand-to-Hand combat skills in future officers of the National Guard of Ukraine. *Innovative pedagogy. Odesa, 2019. – Issue 17 (2).* p. 215-226. <https://doi.org/10.32843/2663-6085-2019-17-2-42>
17. Khatsaiuk O.V., Eliseeva O.S., Zhukov V.L., Klymenko V.P., Berezhnyy Yu.M. Model of formation of readiness of future law enforcement officers to use measures of physical impact in various conditions of service and operational activity. *Innovative pedagogy. Odesa, 2020. – Issue 29 (2).* p. 174-178. <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/29-2.34>
18. Khatsaiuk, O., Turchynov, A., Kontarovskyi, R., Volianskyi, V., Moskalenko, Yu. & Nesterchuk D. (2023). Vprovadzhennia arsenalu boiovoho sambo v systemu rukopashnoi pidhotovky maibutnikh ofitseriv Natsionalnoi hvardii Ukrainy [Introduction of Combat Sambo arsenal into the Hand-to-Hand training system of future officers of the National Guard of Ukraine]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. K.*, № 3 (161). P. 21-27. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.03\(161\).05](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.03(161).05)
19. Khatsaiuk, O.V., Turchynov, A.V., Vaniuk, D.V., Yevtushenko, Ye.H., Bykovska, A.M. & Mahula, O.S. (2023). Vprovadzhennia binarnykh zaniat u systemu spetsialnoi fizychnoi pidhotovky maibutnikh ofitseriv-pravoohorontsiv [Implementation of binary classes in the system of special physical training of future law enforcement officers]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. K.*, № 1 (159). P. 136-142. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.1\(159\).33](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.1(159).33)
20. Shvets, D.V. (2016). Pidhotovka maibutnikh ofitseriv MVS Ukrainy do okhorony i zabezpechennia hromadskoho poriadku v protsesi fakhovoi pidhotovky [Training of future officers of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine to protect and ensure public order in the process of professional training]. *Avtoref. dys. ... kand. ped. nauk* : 13.00.04. K., 20 p.
21. Shevchenko, A.V. (2017). Formuvannya fakhovoi kompetentnosti maibutnikh ofitseriv tylu v protsesi profesiinoi pidhotovky [Formation of professional competence of future rear-line officers in the process of professional training]. *Avtoref. dys. ... kand. ped. nauk* : 13.00.04. Kh., 20 p.