

14. Petrachkov, O.V. Zhembrovskiy, S.M. (2023) Zahalna struktura kerivnytstva viiskovo-fizychnoiu pidhotovkoiu Zbroinykh syl Lytovskoi Respubliki [General Structure of Military Fitness Management of the Lithuanian Armed Forces]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M.P. Dragomanova*. K., Vyp. 7(167). P.149–153. DOI: 10.31392/NPU-nc.series15.2023.7(167).31
15. Razyk, A.R. Krynets, O.I. (2023) Dosvid Frantsii u fizychnii pidhotovtsi viiskovosluzhbovtiv [France's experience in the physical training of military personnel]. *Materials of the VII International Scientific and Practical Conference*. Kyiv. NUOU. P.137–139.
16. Romanchuk, S. Nebozhuk, O. Oderov, A. Kuznetsov, M. Romanchuk, V. Boiarchuk, O. Tychyna, I. (2021) Innovatsiini doslidzhennia zmistu fizychnoi pidhotovky Zbroinykh Syl inozemnykh derzhav yak elementu pidhotovky viiskovoho profesionalu [Innovative studies of the content of physical fitness of the Armed Forces of foreign countries as an element of military professional training]. *Visnyk KPNU imeni Ivana Ohienka*. 2021. Vyp. 23. P.46–51.
17. Yarmak, O.M. Chepurnyi, V.A. (2024) Analiz prohram fizychnoi pidhotovky maibutnikh ofitseriv krain-chleniv NATO [Analysis Of Physical Training Programs For Future Officers Of Nato Member States]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M.P. Dragomanova*. K., Vyp. 1(173). P. 177–182. DOI: 10.31392/UDU-nc.series15.2024.1(173).39
18. Barkov, V. Verbyn, N. Zhembrovskiy, S. Petrachkov, O. (2016) Zabezpechennia fizychnoi pidhotovky viiskovosluzhbovtiv [Provision of Physical Training of Servicemen]. *Navchalnyi posibnyk*. K., NUOU. 88 p.
19. Petrachkov, O. Kyslenko, D. Mykhaylov, V. Shostak, R. Polyvaniuk, V. (2024) Motyvatsiia viiskovykh fakhivtsiv do zaniat fizychnoiu pidhotovkoiu pid chas dii pravovoho rezhymu voiennoho stanu [Motivation of military specialists to engage physical training during the legal regime of martial law]. *Journal of Physical Education and Sport*. 24(6). 1457–1464. DOI: 10.7752/jpes.2024.06165
20. Petrachkov, O. Yarmak, O. Biloshitskiy, V. Andrieieva, O. Mykhaylov, V. Chepurnyi, V. Malakhova, O. (2022) Vplyv morfofunktsionalnogo stanu na riven fizychnoi pidhotovlenosti ukrainskykh viiskovosluzhbovtiv [The influence of morphofunctional condition on the physical fitness level of Ukrainian soldiers]. *Journal of Physical Education and Sport*. 22(9). 2182–2189. DOI: 10.7752/jpes.2022.09278
21. Petrachkov, O. Yarmak, O. Chepurnyi, V. Mykhaylov, V. Andrieieva, O. Verbyn, N. Kostiv, S. (2023) Osoblyvosti adaptatsii orhanizmu viiskovosluzhbovtiv do umov serdnohirria [Peculiarities of body adaptation to moderate altitude conditions in military personnel]. *Journal of Physical Education and Sport*. 23(11). 2983–2992. DOI: 10.7752/jpes.2023.11339
22. Petrachkov, O. Zhembrovskiy, S. (2023) Osoblyvosti systemy perevirky ta otsinky fizychnoi pidhotovky zbroinykh syl Velykoi Brytanii [The Peculiarities of Physical Fitness Test System of the British Armed Forces]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M.P. Dragomanova*. K., Issue 6(166). P.126–131. DOI: 10.31392/NPU-nc.series15.2023.6(166).27
23. PIA-7.1.1. Manuel D'entraînement Physique Militaire et Sportif. (EPMS) № D-11-008039/DEF/EMA/RH/NP du 12 octobre 2011. Paris. 290 p.
24. Directive ministerielle N°17615 du 23 décembre 2003 pour la pratique de l'entraînement physique et des sports dans les armées.

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.11\(184\).34](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.11(184).34)  
УДК 796.8:355.5

**Підопригора М. В.,**  
<https://orcid.org/0000-0003-0659-2003>  
**старший викладач кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту, Військового інституту Київського Національного університету імені Тараса Шевченка, м. Київ**

**Боговик Н. В.,**  
<https://orcid.org/0009-0006-1528-2743>  
**викладач кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту, Військового інституту Київського Національного університету імені Тараса Шевченка, м. Київ**

**Боговик М. В.,**  
<https://orcid.org/0009-0006-6235-1326>  
**старший викладач кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту, Військового інституту Київського Національного університету імені Тараса Шевченка, м. Київ**

**Полозенко Д. П.,**  
<https://orcid.org/0009-0001-2939-9727>  
**старший викладач кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту, Військова академія, м. Одеса**

**Гончаренко Ю. О.,**  
<https://orcid.org/0009-0005-3190-3936>  
**начальник навчально-тренувального комплексу кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту, Військового інституту Київського Національного університету імені Тараса Шевченка, м. Київ**

#### ФОРМУВАННЯ ВІЙСЬКОВО-ПРИКЛАДНИХ РУХОВИХ НАВИЧОК КУРСАНТІВ-ЖІНОК У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Стаття присвячена дослідженню рівня сформованості військово-прикладних рухових навичок курсантів-жінок секції гирьового спорту до навчальної і бойової діяльності й порівнянню з показниками решти спортивних секцій

вищого військового навчального закладу (ВВНЗ) у процесі фізичного виховання.

З'ясовано, що достовірно кращі ( $p \leq 0,05-0,001$ ) показники у досліджуваних вправах у курсантів-жінок спортивних секцій гирьового спорту, кросфіту й фітнесу, рукопашного бою, легкої атлетики й поліатлону у порівнянні з рештою секцій інституту. Деяко гірші показники рівня сформованості військово-прикладних рухових навичок зафіксовано у курсантів-жінок секції армрестлінгу, ігрових видів спорту, гімнастики й аеробіки. Результати курсантів-жінок секцій пауерліфтингу й перетягування канату, а також богатирського багатоборства, що характеризують рівень сформованості військово-прикладних рухових навичок є задовільними й потребують подальшого вдосконалення.

За результатами проведеного дослідження можна рекомендувати засоби гирьового спорту до застосування курсантами-жінками у процесі фізичного виховання у ВВНЗ з метою формування військово-прикладних рухових навичок до навчальної та майбутньої бойової діяльності.

**Ключові слова:** військово-прикладні рухові навички, засоби гирьового спорту, курсанти-жінки.

**Pidoprygora M. V., Bohovyk N. V., Bohovyk M. V., Polozenko D. P., Honcharenko Y. O. The level of development of military applied movement skills of female cadets in the process of engagement in weight sports.** The article is devoted to the study of the level of formation of military-applied motor skills of female cadets of the kettlebell sports section for educational and combat activities and comparison with the indicators of the rest of the sports sections of the higher military educational institution in the process of physical education.

*Research methods:* theoretical analysis, pedagogical observation, pedagogical testing, methods of mathematical statistics.

It was found that female cadets of the sports sections of kettlebell sports, crossfit and fitness, hand-to-hand combat, athletics and polyathlon have significantly better ( $p \leq 0.05-0.001$ ) performance in the studied exercises compared to the rest of the institute's sections. Somewhat worse indicators of the level of formation of military-applied motor skills were recorded among female cadets of the arm wrestling section, game sports, gymnastics and aerobics. The results of female cadets in the powerlifting and tug-of-war sections, as well as heroic all-around, characterizing the level of formation of military-applied motor skills are satisfactory and require further improvement.

According to the results of the conducted research, it is possible to recommend the means of kettlebell sports for use by female cadets in the process of physical education at higher military educational institution with the aim of forming military-applied motor skills for educational and combat activities.

**Keywords:** military-applied motor skills, means of kettlebell sports, female cadets.

**Постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями.** Повномасштабне вторгнення російських окупантів на територію України, істотно вплинуло на систему бойової підготовки військовослужбовців Збройних Сил України (ЗСУ). Суттєві зміни відбулися в освітніх програмах курсантів ВВНЗ: збільшення часу на практичну складову освітнього процесу; поява актуальних навчальних дисциплін, таких як «Тактична медицина», «Гірська підготовка», «Бойова система виживання воїна» тощо; значний обсяг дисциплін, що викладаються в польових умовах [4; 9]. Опанування дисциплін курсантами можливе лише при наявності достатнього рівня фізичної підготовленості. У нинішніх умовах від курсантів вимагається високий рівень розвитку рухових якостей, сформованості військово-прикладних рухових навичок, функціональної готовності до виконання навчальних та у майбутньому бойових завдань [5; 9]. Однак, на сьогоднішній день спостерігаються певні протиріччя: необхідність у висококваліфікованих, фізично підготовлених фахівцях, та зменшенні рухової активності у процесі навчання у ВВНЗ в умовах воєнного стану й, відповідно, зниження фізичної підготовленості як курсантів-чоловіків так, особливо, курсантів-жінок [1; 6; 9].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Вивчення літературних джерел [3; 8; 9], особистий багаторічний досвід служби у ЗСУ на викладацьких посадах підтверджує висновки про те, що в умовах дії воєнного стану в державі випускник ВВНЗ повинен бути висококваліфікованим фахівцем у межах своєї спеціальності (спеціалізації), компетентним у питаннях загальновійськових дисциплін, уміло використовувати новітні зразки озброєння та військової техніки, здатні переносити значні фізичні та психологічні навантаження, тобто бути всебічно підготовленим до військово-професійної діяльності. Також, у роботах вчених [2; 5; 7] аргументовано, що ефективність навчання майбутніх офіцерів, як чоловіків, так і жінок, у ВВНЗ в умовах воєнного стану залежить від ряду факторів, в тому числі й від рівня фізичної підготовленості, тобто рівня розвитку професійно важливих рухових якостей та сформованості військово-прикладних рухових навичок. Під військово-прикладними руховими навичками розуміється доведені до автоматизму практичні дії військовослужбовців, що виконуються відповідно до поставлених спеціальних та бойових завдань [3]. Високі результати сформованості військово-прикладних рухових навичок у курсантів-жінок будуть гарантією забезпечення фізичної готовності до військово-професійної та бойової діяльності на майбутніх офіцерських посадах [9]. Ефективними засобами сформованості військово-прикладних рухових навичок курсантів-жінок у процесі навчання у ВВНЗ можуть бути засоби із доступних та військово-прикладних видів спорту, що культивуються в інституті.

**Мета роботи:** дослідити та порівняти рівень сформованості військово-прикладних рухових навичок курсантів-жінок спортивних секцій Військового інституту Київського національного університету (ВІКНУ) у процесі фізичного виховання.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз, педагогічне спостереження, педагогічне тестування, методи математичної статистики.

**Організація дослідження.** Керівництво ВІКНУ та колектив кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту приділяє достатньо уваги процесу фізичної підготовки і спортивно-масової роботи курсантів. В постійному місці дислокації та на тимчасових локаціях створені мінімально-необхідні умови для занять фізичною

підготовкою й спортом. Активно розвиваються та функціонують секції з багатьох видів спорту: рукопашний бій (РБ), легка атлетика й поліатлон, гирьовий спорт, аеробіка та гімнастика, спортивне орієнтування, фітнес та кросфіт, армрестлінг, пауерліфтинг, перетягування канату, богатирське багатоборство, футзал, волейбол, стрільба, бойова армійська система. Курсанти-жінки складають від 20 до 50 % списочного складу секцій з різних видів спорту. Зміст спортивно-масової роботи у ВІКНУ складають: заняття навчально-тренувального характеру з визначених видів спорту, спортивні та військово-спортивні змагання, спортивні свята та інші спортивні заходи. Спортсмени виборюють право представляти інститут на усіх рівнях змагань та регулярно беруть участь у чемпіонатах та кубках Європи й світу, чемпіонатах і кубках України, Збройних Сил України, всеукраїнських змаганнях. Для оцінки фізичної підготовленості курсантів щорічно проводиться огляд на кращу організації фізичної підготовки і спортивно-масової роботи, заліки, екзамени та контрольно-перевірочні заняття з фізичного виховання.

З метою дослідження рівня сформованості військово-прикладних рухових навичок курсантів-жінок у процесі фізичного виховання у ВВНЗ ми провели порівняльний аналіз середніх результатів курсантів-жінок, які займаються засобами гирьового спорту (n=23) та курсантами-жінками інших спортивних секцій ВІКНУ (n=98). Для проведення дослідження були відібрані найбільш активні спортивні секції, які діють в інституті. Сумарна кількість курсантів-жінок – представниць спортивних секцій інституту, які взяли участь у дослідженні становила 121 особа. Рівень сформованості військово-прикладних навичок курсантів-жінок спортивних секцій ВІКНУ ми проводили за результатами перевірки й оцінювання військово-прикладних вправ, а саме: загальна контрольна вправа на єдиній смузі перешкод (ЗКВЄСП), метання гранати на дальність, марш кидок на 5 км у складі підрозділу.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Аналіз результатів курсантів-жінок спортивних секцій у виконанні ЗКВЄСП показав, що найкращий середній час показали спортсменки секцій легкої атлетики й поліатлону (1 хв 31 с), гирьового спорту (1 хв 46 с), кросфіту й фітнесу (1 хв 47 с) та спортивного орієнтування (1 хв 49 с) (табл. 1).

Таблиця 1

**Рівень сформованості військово-прикладних рухових навичок курсантів-жінок, які займалися різними видами спорту у секціях ВІКНУ (n=121,  $\bar{X} \pm m$ )**

ЗКВЄСП, у с	Метання гранати на дальність, у м	Марш кидок на 5 км, у с
Гирьовий спорт (група №1, n=23)		
106±2,04	42,6±0,96	1655±16,83
Рукопашний бій (група №2, n=11)		
114±3,13	38,0±1,13	1751±17,94
Легка атлетика й поліатлон (група №3, n=12)		
99±2,63	33,5±1,16	1639±25,34
Спортивне орієнтування (група №4, n=4)		
109±5,58	31,8±1,82	1668±33,07
Кросфіт та фітнес (група №5, n=20)		
107±2,14	40,4±1,05	1700±21,36
Гімнастика та аеробіка (група №6, n=13)		
121±3,29	35,1±1,36	1792±17,55
Армрестлінг (група №7, n=8)		
128±2,96	41,8±1,59	1808±22,93
Пауерліфтинг й перетягування канату (група №8, n=10)		
132±2,81	40,7±1,48	1934±19,51
Богатирські багатоборства (група №9, n=6)		
135±3,51	42,2±1,65	1975±22,26
Ігрові види спорту (міні-футбол, волейбол) (група №10, n=14)		
111±2,78	36,4±1,44	1711±21,25
Достовірність різниці (P) між показниками курсантів-жінок, які займалися засобами гирьового спорту (n=23) та курсантів-жінок інших секцій (n=98)		
p1-p2<0,05	p1-p2<0,01	p1-p2<0,001
p1-p3>0,05	p1-p3<0,001	p1-p3>0,05
p1-p4>0,05	p1-p4<0,001	p1-p4>0,05
p1-p5>0,05	p1-p5>0,05	p1-p5>0,05
p1-p6<0,001	p1-p6<0,001	p1-p6<0,001
p1-p7<0,001	p1-p7>0,05	p1-p7<0,001
p1-p8<0,001	p1-p8>0,05	p1-p8<0,001
p1-p9<0,001	p1-p9>0,05	p1-p9<0,001

$p1-p10>0,05$	$p1-p10<0,001$	$p1-p10<0,05$
---------------	----------------	---------------

Примітка:  $p1-p2$ ,  $p1-p3$ , ...,  $p1-p10$  – достовірність різниці між показниками рівня розвитку рухових якостей курсантів-жінок у процесі занять різними видами спорту під час навчання у ВВНЗ в умовах воєнного стану.

Різниця між результати курсантів-жінок щойно перерахованих секцій становить від 7 до 10 с та є недостовірною ( $p>0,05$ ). Порівняльний аналіз середніх результатів курсантів-жінок секції гирьового спорту та решти спортивних секцій показав, що достовірна різниця зафіксована між результатами групи №1 та групи №2, №6, №7, №8, №9 ( $p<0,05-0,001$ ). Різниця між результатами курсантів-жінок групи №1 та №10 становить 5 с та є недостовірною ( $p>0,05$ ). Відповідно Інструкції з фізичної підготовки в системі Міністерства оборони України [3] результати у подоланні ЗКВЄСП у курсантів-жінок спортивних секцій ВВНЗ, що демонструють рівень сформованості військово-прикладних рухових навичок, оцінені: секції гирьового спорту, легкої атлетики й поліатлону, РБ, спортивного орієнтування, кросфіту й фітнесу, гімнастики й аеробіки, а також ігрових видів спорту на оцінку «відмінно»; армрестлінгу – на «добре»; пауерліфтингу, багатирського багатоборства – на «задовільно».

Невід'ємною складовою сформованості військово-прикладних рухових навичок у військовослужбовців є вміння чітко та ефективно виконувати військово-прикладні вправи, що часто виконуються на полі бою. До таких вправ можна віднести метання гранати на дальність.

Так, вивчення результатів курсантів-жінок спортивних секцій інституту у метанні макету гранати РГД-5 на дальність показало, що найкращі показники були продемонстровані курсантами-жінками секцій гирьового спорту (42,6 м), багатирського багатоборства (42,2 м), армрестлінгу (41,8 м). Дещо нижчі середні результати у метанні гранати були зафіксовані курсантами-жінками секцій пауерліфтингу й перетягування канату (40,7 м), кросфіту й фітнесу (40,4 м) та РБ (38 м). Курсанти-жінки, які займаються «біговими» та ігровими видами спорту, а також гімнасткою й аеробікою показали значно нижчі результати: 33,5 м, 36,4 м, 31,8 м та 35,1 м. Різниця між результатами курсантів-жінок групи №1 та груп №2-4, №6 та №10 є достовірною ( $p\leq 0,01-0,001$ ); між результатами курсантів-жінок групи №1 та груп №5, №7-9 є недостовірною ( $p>0,05$ ) (табл. 1). Відповідно керівним документам [3] рівень сформованості військово-прикладних рухових навичок у курсантів-жінок секцій ВКНУ у метанні гранати на дальність оцінений на оцінку «відмінно» у секціях гирьового спорту, кросфіту й фітнесу, армрестлігу, пауерліфтингу й багатирського багатоборства; «добре» – РБ та ігрових видах спорту; «задовільно» й «незадовільно» – у решти секцій.

Дослідження рівня сформованості військово-прикладних рухових навичок у курсантів-жінок за результатами марш кидка на 5 км вказує на те, що найшвидше дистанцію долають курсанти-жінки секції легкої атлетики й поліатлону (27 хв 19 с); друге місце за спортсменками секції гирьового спорту із результатом 27 хв 35 с, при цьому різниця між ними становить 16 с та є недостовірною ( $p>0,05$ ); третє місце займають курсанти-жінки секції спортивного орієнтування (27 хв 48 с) (табл. 1). Різниця між результатами спортсменок групи №1 та №4 становить 13 с, та є недостовірною ( $p>0,05$ ). Достовірність різниці ( $p\leq 0,01-0,001$ ) зафіксована між результатами курсантів-жінок групи №1 та групами №2, №6-№10 і становить 1 хв 36 с, 2 хв 17 с, 2 хв 33 с, 4 хв 39 с, 5 хв 20 с, 56 с відповідно.

**Висновки.** Проведене дослідження рівня сформованості військово-прикладних рухових навичок у курсантів-жінок, які займаються різними видами спорту дає право констатувати, що достовірно кращі показники в усіх перевірених вправах у курсантів-жінок секцій гирьового спорту, кросфіту й фітнесу, РБ, легкої атлетики й поліатлону ( $p\leq 0,05-0,001$ ). Дещо нижчі показники у курсантів-жінок секції армрестлінгу, футболу й волейболу, гімнастики. Результати решти секцій є задовільними й потребують вдосконалення. Таким чином, проведений аналіз дає нам право рекомендувати засоби гирьового спорту для ефективного формування військово-прикладних рухових навичок у курсантів-жінок ВВНЗ.

**Перспективи подальших досліджень** передбачають встановлення кореляційного взаємозв'язку між застосуванням засобів гирьового спорту курсантами-жінками у процесі фізичного виховання та розвитком їх пріоритетних рухових якостей.

#### Література

1. Боярчук О. М. Особливості фізичної підготовки військовослужбовців-жінок: навч.-метод. посібник / [Л. М. Кізло, О. М. Боярчук, С. В. Романчук, та ін.]. Київ : УФП ЗСУ, 2008. 136 с.
2. Домінюк М. М. Фізична підготовленість майбутніх офіцерів-жінок підрозділів Національної поліції у процесі навчання. Фізичне виховання та спорт (№ 1, 2023 р.). Запоріжжя, 2023. С. 14–23. <https://doi.org/10.26661/2663-5925-2023-1-02>
3. Наказ Міністра оборони України від 05 серпня 2021 року № 225 «Про затвердження Інструкції з фізичної підготовки в системі Міністерства оборони України». Київ : МОУ, 2021. 340 с. [https://www.mil.gov.ua/content/mou\\_orders/mou\\_2021/225\\_nm.pdf](https://www.mil.gov.ua/content/mou_orders/mou_2021/225_nm.pdf)
4. Пронтенко В. В., Підпригора М. В. Фізична підготовка курсантів-жінок у польових умовах під час дії правового режиму воєнного стану. *Фізичне виховання і спорт у закладах вищої освіти: проблеми та перспективи* : матеріали IV Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Житомир, 18 березня 2024 р.). Житомир : ПНУ, 2024. С. 86–89.
5. Пронтенко В. В., Пронтенко К. В., Підпригора М. В. Шляхи підвищення рівня фізичної підготовленості курсантів-жінок ВВНЗ в умовах воєнного стану. *Сучасні проблеми фізичної підготовки в силових структурах України* : тези наук.-практ. конф. (м. Харків, 30 листопада 2023 р.). Харків : НАНГУ, 2023. С. 51–53.
6. Пронтенко В. В., Пронтенко К. В., Полозенко Д. П., Підпригора М. В., Кримець О. І., Білик В. В. Застосування засобів гирьового спорту як інструменту формування фізичної готовності майбутніх офіцерів у процесі навчання. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2023. Вип. 2 (160) 23. С. 136–141. <https://doi.org/10.31392/NPU>

nc.series15.2023.02(160).29

7. Тюрло О. І., Домініук М. М. Перспективи підвищення рівня спеціальної підготовленості майбутніх офіцерів-жінок підрозділів Національної поліції засобами гирьового спорту. *Фізичне виховання і спорт у закладах вищої освіти: проблеми та перспективи* : матеріали II Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Житомир, 17 травня 2022 р.). Житомир : ПНУ, 2022. С. 29–34.

8. Фізичне виховання військовослужбовців : навч. посіб. / М. Ф. Пічугін та ін.; за ред. Г. П. Грибана. Житомир, 2011. 820 с.

9. Vasyly V. Prontenko, Maksym V. Pidoprygora, Dmytro V. Shtanagei, Mykhailo I. Matviienko, Valentyn P. Golub, Mykola V. Bohovyk, Larysa M. Onishchuk (2024). The impact of strength loads on the health status and physical readiness of female cadets. *Wiadomości Lekarskie*, 76 (6), 1230–1236. doi: 10.36740/WLek202406118. <https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=58021774100>

#### Reference

1. Boiarchuk, O.M., Kizlo, L.M., Romanchuk, S.V. та ін. (2008) Osoblyvosti fizychnoi pidhotovky viiskovosluzhbovtiv-zhinok. [Peculiarities of physical training of female servicemen]. K.: UFP ZSU, 136 p.

2. Dominiuk M. M. (2023) Fizychna pidhotovlenist maibutnikh ofitseriv-zhinok pidrozdiliv Natsionalnoi politsii u protsesi navchannia [Physical fitness of future female officers of National Police units during training]. *Fizychno vykhovannia ta sport*. Zp. № 1. P.14–23. <https://doi.org/10.26661/2663-5925-2023-1-02>

3. Ministerstvo oborony Ukrainy (2021) Nakaz Ministra oborony Ukrainy vid 05 serpnia 2021 roku № 225 «Pro zatverdzhennia Instruksii z fizychnoi pidhotovky v systemi Ministerstva oborony Ukrainy». K., 340 p. [https://www.mil.gov.ua/content/mou\\_orders/mou\\_2021/225\\_nm.pdf](https://www.mil.gov.ua/content/mou_orders/mou_2021/225_nm.pdf)

4. Prontenko V. V., Pidopryhora M. V. (2024) Fizychna pidhotovka kursantiv-zhinok u polovykh umovakh pid chas dii pravovoho rezhymu voiennoho stanu [Physical training of female cadets in field conditions during the legal regime of martial law]. *Fizychno vykhovannia i sport u zakladakh vyshchoi osvity: problemy ta perspektyvy*. Zh. P. 86–89.

5. Prontenko, V.V., Prontenko, K.V., Pidopryhora, M.V. (2023) Shliakhy pidvyshchennia rivnia fizychnoi pidhotovlenosti kursantiv-zhinok VVNZ v umovakh voiennoho stanu [Ways to increase the level of physical fitness of female cadets of VVNIZ under martial law]. *Suchasni problemy fizychnoi pidhotovky v sylovykh strukturakh Ukrainy*, Kh.: NANHU. P. 51–53.

6. Prontenko V. V., Prontenko K. V., Polozenko D. P., Pidopryhora M. V., Krymets O. I., Bilyk V. V. (2023) Zastosuvannia zasobiv hyrovoho sportu yak instrumentu formuvannia fizychnoi hotovnosti maibutnikh ofitseriv u protsesi navchannia [Application of kettlebell sports as a tool for forming the physical readiness of future officers in the training process]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Dragomanova. Seriya № 15* : Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury. K. №2 (160). P. 136–141. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.02\(160\).29](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.02(160).29)

7. Torlo O. I., Dominiuk M. M. (2022) Perspektyvy pidvyshchennia rivnia spetsialnoi pidhotovlenosti maibutnikh ofitseriv-zhinok pidrozdiliv Natsionalnoi politsii zasobamy hyrovoho sportu [Prospects for increasing the level of special training of future female officers of the National Police units by means of kettlebell sports]. *Fizychno vykhovannia i sport u zakladakh vyshchoi osvity: problemy ta perspektyvy*. Zh. P. 29–34.

8. Pichuhin, M.F. та ін. (2011) Fizychno vykhovannia viiskovosluzhbovtiv [Physical education of military personnel]. Zt. 820 p.

9. Vasyly V. Prontenko, Maksym V. Pidoprygora, Dmytro V. Shtanagei, Mykhailo I. Matviienko, Valentyn P. Golub, Mykola V. Bohovyk, Larysa M. Onishchuk (2024). The impact of strength loads on the health status and physical readiness of female cadets. *Wiadomości Lekarskie*, 76 (6), 1230–1236. doi: 10.36740/WLek202406118. <https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=58021774100>

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.11\(184\).35](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.11(184).35)

УДК 351.74: 796.012.62: 061.1

Пождаєв М.Ю.,  
старший викладач кафедри спеціальної фізичної підготовки  
Дніпровський державний університет внутрішніх справ м. Дніпро  
ORCID 0009-0005-2221-782X

#### ЗАРУБІЖНИЙ ДОСВІД ЗАСТОСУВАННЯ ЗАХОДІВ ФІЗИЧНОЇ СИЛИ ПОЛІЦЕЙСЬКИМИ ПІД ЧАС ВИКОНАННЯ СЛУЖБОВИХ ОБОВ'ЯЗКІВ

У статті розглядається зарубіжний досвід застосування заходів фізичної сили поліцією під час виконання службових обов'язків, зокрема в країнах, таких як Великобританія, Грузія, Австрія та Німеччина. Аналізуються основні принципи, що регулюють використання фізичної сили в зазначених країнах, з акцентом на пропорційність, необхідність та легітимність дій правоохоронних органів. Вивчення специфіки кожної з країн дозволяє виявити спільні підходи та відмінності у законодавстві, практиці і культурі, що впливають на застосування заходів примусу.

У Великобританії приділяється увага превентивним методам та дотриманню принципу пропорційності, в той час як Грузія акцентує на важливості навчання поліцейських і чіткого регулювання. Австрійська модель підкреслює обґрунтованість дій поліції та захист прав затриманих, а німецька система забезпечує механізми компенсації за завдану шкоду.