

УДК 796.5:355.23-057.875:613.71

DOI <https://doi.org/10.32782/2221-1217-2025-2-06>

ВПЛИВ СПОРТИВНОГО ОРІЄНТУВАННЯ НА ПОКАЗНИКИ ФІЗИЧНОЇ ТА ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ КУРСАНТІВ-АРТРОЗВІДНИКІВ

Максим БАБИЧ¹,

доктор філософії,

<https://orcid.org/0000-0003-1212-7167>,

babych.maks71@gmail.com

Андрій МЕЛЬНИКОВ²,

доктор педагогічних наук,

<https://orcid.org/0000-0001-6039-1021>,

melnikov8080@gmail.com

Олександр РОЛЮК¹,

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,

<https://orcid.org/0000-0002-7909-7735>,

rolyk.o.v@ukr.net

Олена ХАНІКЯНЦ³,

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,

<https://orcid.org/0000-0001-7518-3532>,

olena07lviv@gmail.com

Віталій КЛЮЧНИК⁴,<https://orcid.org/0009-0005-3340-0822>,

vitalikklychik@gmail.com

Василь ЛУКИНІВ⁴,<https://orcid.org/0009-0002-9052-2912>,

vasillukyniv270592@ukr.net

¹Національна академія сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного²Національна академія Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького³Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського⁴Військовий інститут танкових військ Національного технічного університету
«Харківський політехнічний інститут»

Анотація. Важливість фізичної підготовки у забезпеченні боєздатності підрозділів завжди була актуальною, а в умовах повномасштабного вторгнення РФ набула ще більшого значення. Високий рівень фізичної підготовленості військовослужбовця формує стан бойової готовності підрозділу завдяки здатності витримувати великі фізичні навантаження, виконувати завдання під впливом психологічних подразників, при цьому зберігаючи достатній рівень професійної працездатності.

Сучасні бойові дії доводять, що військовослужбовці з високим і середнім рівнем фізичної підготовленості краще виконують професійні завдання, швидше відновлюються й підтримують професійну працездатність протягом більшого часу, ніж фізично не підготовлені військовослужбовці. Успішне виконання завдань професійної діяльності, оволодіння спеціальними вміннями під час навчання у ВЗВО прямо залежать від рівня загальної та прикладної фізичної підготовленості

військовослужбовця. Достатньо розвинуті фізичні якості дають змогу якісно виконувати професійні завдання, пов'язані з фізичними навантаженнями, зокрема: уміло й швидко долати ділянки пересіченої місцевості, орієнтуватися в рівнинній, гірській (лісовій) місцевості, долати різні перешкоди зі спорядженням.

Доведено, що фізична та професійна підготовка курсантів провідних країн є вагомим частиною їх підготовки на шляху до офіцерського звання. Спортивне орієнтування є одним з елементів фізичної підготовки, який допомагає вдосконалити фізичну підготовленість курсантів, їхню зосередженість і здатність до швидкого прийняття правильних рішень. Саме високий рівень функціональних можливостей, стабільний психоемоційний стан, достатній рівень фізичної підготованості дає їм змогу успішно виконувати свої професійні обов'язки та є важливим критерієм достатньої бойової спроможності.

Ключові слова: фізична підготовленість, військовослужбовці, військово-професійна діяльність, російсько-українська війна, спортивне орієнтування.

THE IMPACT OF SPORTS ORIENTATION ON THE PHYSICAL AND PROFESSIONAL TRAINING INDICATORS OF FUTURE FORWARD OBSERVERS

Maksim BABYCH¹,

Doctor of Philosophy,

<https://orcid.org/0000-0003-1212-7167>,

babych.maks71@gmail.com

Andrii MELNYKOV²,

Doctor of Sciences in Pedagogy, Associate Professor,

<https://orcid.org/0000-0001-6039-1021>,

melnikov8080@gmail.com

Oleksandr ROLIUK¹,

Candidate of Sciences in Physical Education and Sports, Associate Professor,

<https://orcid.org/0000-0002-7909-7735>,

rolyk.o.v@ukr.net

Olena KHANIKIANTS³,

Candidate of Sciences in Physical Education and Sports, Associate Professor,

<https://orcid.org/0000-0001-7518-3532>,

olena07lviv@gmail.com

Vitalii KLIUCHNYK⁴,

<https://orcid.org/0009-0005-3340-0822>

vitalikklychik@gmail.com

Vasyl LUKYNIV⁴,

<https://orcid.org/0009-0002-9052-2912>,

vasillukyniv270592@ukr.net

¹*Hetman Petro Sahaidachnyi National Army Academy*

²*Bohdan Khmelnytskyi National Academy of the State Border Guard Service of the Ukraine*

³*Lviv Ivan Bobersky State University of Physical Culture*

⁴*Military institute of tanks troops of the National Technical University "Kharkiv polytechnic institute"*

Abstract. The importance of physical training in ensuring the combat readiness of military units and servicemen has always been relevant, and in the context of a full-scale invasion by the Russian Federation, it has become even more significant. A high level of physical fitness of individual military personnel contributes to the combat readiness of a unit due to their ability to withstand heavy physical exertion, perform tasks under psychological stress, while maintaining a sufficient level of professional performance or quickly restoring personal combat readiness.

Modern combat operations, especially physical and mental stress, prove that military personnel with high and medium levels of physical fitness perform professional tasks better, recover faster, and maintain professional performance for longer than physically untrained military personnel. The successful

performance of professional tasks and the acquisition of special skills during training at the Military Academy directly depend on the level of general and applied physical fitness of the serviceman. Sufficiently developed physical qualities enable the high-quality performance of professional tasks related to physical exertion, namely: skillfully and quickly overcoming rough terrain, navigating flat, mountainous, and forested areas, overcoming various obstacles with equipment, etc.

Many scientific studies have proven that physical and professional training of cadets in the armed forces of leading countries is an important part of their preparation for officer rank. Sports orienteering is one of the elements of physical training that helps improve cadets' physical fitness, concentration, and ability to make quick and correct decisions. It is precisely their high level of functional capabilities, stable psycho-emotional state, and sufficient level of physical fitness that allows them to successfully perform their professional duties and is an important criterion for sufficient combat capability.

Key words: physical fitness, military personnel, military-professional activity, Russian-Ukrainian war, orienteering.

Постановка проблеми. Досвід застосування підрозділів, аналіз наукових робіт та умов сьогодення вказують на те, що чинна система фізичної підготовки курсантів, що склалася у ВЗВО, є недостатньо ефективною та потребує удосконалення [3; 9]. З огляду на особливості військово-професійної групи військовослужбовців як осіб, до функціонального, фізичного, психоемоційного та психічного стану яких висуваються підвищені вимоги, стає зрозумілим, що зазначене положення суттєво знижує бойову здатність [2; 8].

Організація та зміст форм фізичної підготовки не дає змоги повною мірою сформувати психофізичну та професійну готовність військовослужбовців до виконання завдань за призначенням та, на думку багатьох учених, потребує кардинальних змін [4; 5]. Науковці доводять [1; 7], що зміст програми фізичної підготовки ВЗВО, де готують майбутніх артилерійських розвідників, потребує вдосконалення. Структура та зміст фізичної підготовки курсантів – артилерійських розвідників не повною мірою відповідає сучасним міжнародним військовим стандартам і потребує подальшого обґрунтування й кардинального рішення щодо впровадження новітніх видів спорту та прикладних вправ для вдосконалення психофізичних якостей курсантів і формування професійних навичок [8].

Таким чином, виникає потреба в оцінці ефективності та дослідженні впливу занять спортивним орієнтуванням на показники курсантів з фізичної та професійної підготовленості, функціонального стану.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Науковці С. Романчук, А. Одеров, С. Юр'єв у своїх роботах вказують на важливість проведення спеціальної, зокрема фізичної, підготовки військовослужбовців до ведення бойових дій. Наукові дослідження та практичний досвід бойової

підготовки військовослужбовців свідчать про те, що застосування фізичних вправ, аналогічних за своїм впливом фізичному навантаженню та професійним діям різних військових спеціальностей, може бути дієвим способом покращення спеціальної фізичної підготовки [2; 5; 8].

Як методи, що сприяють розвитку важливих фізичних і спеціальних якостей, дають змогу формувати прикладні навички та професійні прийоми у військовослужбовців підрозділів артилерійської розвідки, можна використовувати вправи військово-прикладних видів спорту, а саме спортивного орієнтування.

Таким чином, актуальним питанням залишається обґрунтування та впровадження новітніх видів спорту та прикладних вправ, новітніх засобів і методів фізичної підготовки, які забезпечать підготовку військовослужбовців артилерійської розвідки до дій у специфічних умовах зі значними психічними та фізичними навантаженнями, які корелюють із виступами на спортивних змаганнях.

Метою статті є визначення ефективності впливу спортивного орієнтування на показники фізичної та професійної підготовленості курсантів артилерійської розвідки.

Методи дослідження. Для оцінювання ефективності застосування вправ спортивного орієнтування в освітньому процесі ми провели тестування 60 курсантів четвертого року навчання, яких поділили на дві групи. Перша група складалася з 30 курсантів, які займалися в секції спортивного орієнтування щонайменше два роки. Друга група об'єднала 30 курсантів спеціальності «Артилерійська розвідка», які займалися за змістом програми спортивно-масової роботи. Кількість і час занять в обох групах були однаковими (два рази по 1 годині в робочі дні та три години в неділю). Тестування проводили за широким

комплексом тестів, що передбачали виконання різноманітних вправ спортивного орієнтування на змаганнях на першість Львівської області; виконання вправ загальної та спеціальної фізичної підготовки, оцінювання показників функціонального стану, виконання нормативів професійної підготовки.

Дослідження розвитку фізичних якостей і формування професійних умінь та навичок у курсантів становить інтерес із таких поглядів:

– дає змогу визначити динаміку показників фізичної підготовленості курсантів із різним рівнем розвитку окремих фізичних якостей і передбачати планування прикладних фізичних навичок упродовж навчання у ВЗВО;

– упровадження новітніх і різноманітних засобів фізичного вдосконалення у формування прикладних навичок допомагає визначити закономірності цього процесу та їх взаємозв'язок з результатами виконання нормативів бойової і професійної підготовки;

– аналіз їх упровадження дає можливість систематизувати, вибирати й комбінувати засоби фізичного вдосконалення для більш ефективного формування професійно важливих фізичних якостей і прикладних фізичних навичок курсантів за період навчання у ВЗВО.

Для оцінювання рівня підготовленості курсантів з виконання вправ спортивного орієнтування проаналізували їхні результати, отримані під час участі у першості Львівської області зі спортивного орієнтування. Кожен курсант виконував чотири вправи по одній щодня, а саме: суперспринт по місту загальною дистанцією 1,6 км; вправу на спринтерській дистанції довжиною

2,4 км в парку; вправу на середній дистанції довжиною 4,5 км в лісі; вправу на довгій дистанції довжиною 6,7 км в лісі.

Дослідження проводилось у пункті постійної дислокації Академії та на навчально-польовій базі (с. Старичі, Львівська область). Усі учасники дослідження дали свою інформативну згоду на участь в експерименті. Дослідження було проведено відповідно до етичних стандартів Гельсінської декларації (1982).

Отримані дані були зведені до єдиної бази даних за допомогою пакета Microsoft Excel v.7.0. Статистична обробка даних проведена з використанням класичних методів описової та параметричної статистики [6]. Для кількісних показників первинна статистична обробка містила розрахунок середнього арифметичного значення ($\bar{X}$); помилки середньої величини (m) – для визначення, наскільки середня арифметична величина, одержана з вибіркової сукупності, відрізняється від тієї, яка була б одержана на генеральній сукупності; середньоквадратичного відхилення (σ); коефіцієнта варіації (V).

Виклад основного матеріалу. Проведений аналіз рівня підготовленості курсантів з виконання вправ спортивного орієнтування під час участі у змаганнях різного рівня довів (рис. 1), що результати курсантів, які займалися в секції спортивного орієнтування, достовірно кращі за всіма вправами, ніж у курсантів, які займалися за змістом спортивно-масової роботи.

Артилерійські розвідники дистанцію суперспринту по місту в середньому подолали за 931 ± 118 с, що на 468 с (50,3%; $t = 3,879$; $p < 0,001$) достовірно гірше, ніж середній результат



Рис. 1. Результати курсантів з виконання вправ спортивного орієнтування, с

курсантів, які займалися в секції спортивного орієнтування (463 ± 25 с). Результати виконання вправи на спринтерській дистанції курсантів-спортсменів (758 ± 46 с) достовірно кращі на 844 с (52,6%; $t = 4,792$; $p < 0,001$), ніж результати курсантів – артилерійських розвідників ($1\,602 \pm 170$ с).

Проведений аналіз довів, що результати курсантів, які займалися в секції спортивного орієнтування, достовірно кращі за всіма вправами, ніж у курсантів, які займалися за змістом спортивно-масової роботи. Артилерійські розвідники дистанцію супер спринту по місту в середньому подолали за 931 ± 118 с, що на 468 с (50,3%; $t = 3,879$; $p < 0,001$) достовірно гірше, ніж середній результат курсантів, які займалися в секції спортивного орієнтування (463 ± 25 с). Результати виконання вправи на спринтерській дистанції курсантів-спортсменів (758 ± 46 с) достовірно кращі на 844 с (52,6%; $t = 4,792$; $p < 0,001$), ніж результати курсантів – артилерійських розвідників ($1\,602 \pm 170$ с).

Аналіз результатів курсантів у виконанні вправи на середній дистанції в лісі довів достовірну різницю між групами в $1\,752$ с ($3\,137 \pm 249$ с; $1\,385 \pm 84$ с; 55,8%; $t = 6,667$; $p < 0,001$). Подібну різницю показників було визначено за результатами аналізу часу виконання вправи на довгій дистанції в лісі ($\Delta = 3\,068$ с; 56,9%; $t = 5,375$; $p < 0,001$). Курсанти, які займалися за змістом спортивно-масової роботи, показали середній час виконання вправи $5\,389 \pm 554$ с, а курсанти, які займалися в секції спортивного орієнтування, – $2\,321 \pm 137$ с.

Дослідження показників курсантів із загальної фізичної підготовленості дає підстави констатувати, що заняття в секції спортивного орієнтування не сприяють удосконаленню результатів з бігу на 100 м ($t = 0,314$; $p > 0,05$), підтягування

на перекладині ($t = 0,215$; $p > 0,05$) та у стрибку в довжину з місця ($t = 1,715$; $p > 0,05$). Результати груп курсантів з виконання цих вправ достовірно не різняться між собою і відносно середнього показника ($p > 0,05$) (табл. 1).

Аналіз результатів курсантів у виконанні бігу на 3 000 м показав достовірну різницю показників групи курсантів, які займалися в секції спортивного орієнтування, і групи курсантів, які займалися за змістом спортивно-масової роботи ($t = 2,295$; $p < 0,05$). Різниця результатів з бігу груп курсантів становить 86,8 с та відрізняється від середнього показника в групі курсантів-спортсменів на 55 с ($t = 1,581$; $p > 0,05$), у групі курсантів – артилерійських розвідників – на 31,8 с ($t = 0,714$; $p > 0,05$).

Результати виконання вправ спеціальної фізичної підготовки в курсантів, які займалися в секції спортивного орієнтування, також достовірно кращі, ніж у курсантів, які займалися спортивно-масовою роботою. Різниця середнього часу долання єдиної смуги перешкод між групою курсантів-спортсменів і групою курсантів – артилерійських розвідників становить 17,7 с ($t = 3,164$; $p < 0,01$). Зазначимо, що відносно середнього часу виконання загальної військової вправи на єдиній смузі перешкод результат курсантів, які займалися фізичними вправами відповідно до змісту спортивно-масової роботи, нижчий на 10,4 с ($t = 1,559$; $p > 0,05$), а результат курсантів, які займалися вправами спортивного орієнтування, на 7,3 с вищий за середній ($t = 1,497$; $p > 0,05$).

Аналіз результатів курсантів з виконання спеціальної контрольної вправи на єдиній смузі перешкод також визначив достовірну різницю між досліджуваними групами. Час долання спеціальної смуги перешкод у курсантів – артилерійських розвідників достовірно гірший за середній час усіх курсантів на 7,0 с ($t = 1,087$; $p > 0,05$) та

Таблиця 1

Показники курсантів з виконання вправ загальної та спеціальної фізичної підготовки

№ з/п	Показники	Середній результат курсантів обох груп (n = 60)		Група курсантів – спортивних орієнтувальників (n = 30)		Група курсантів – артилерійських розвідників (n = 30)	
		X	±m	X	±m	X	±m
1.	Біг на 3 000 м, с	765,5	28,7	712,5	19,1	797,7	32,2
2.	Біг на 100 м, с	13,8	1,2	13,9	0,4	14,2	0,9
3.	Підтягування на перекладині, рази	13,6	2,0	13,9	1,2	13,6	1,4
4.	Стрибок у довжину з місця, см	207,6	3,3	214,3	2,1	205,4	3,4
5.	ЗВП на ЄСП, с	128,9	4,4	120,6	2,4	140,1	4,1
6.	СКВ на ЄСП, с	194,4	3,7	189,4	3,0	202,5	4,2

групи курсантів – спортивних орієнтувальників на 13,2 с ($t = 2,180$; $p < 0,05$).

Дослідження показників фізичного розвитку курсантів визначили достовірну рівність лише зросту курсантів обох груп ($t = 0,841$; $p > 0,05$). Результати тестування курсантів за ваговими показниками виявили, що в групі курсантів, які займалися спортивним орієнтуванням, середній показник дорівнює 68,7 кг, що на 7,1 кг достовірно менше, ніж у курсантів – майбутніх офіцерів артилерійської розвідки ($t = 2,295$; $p < 0,05$) (табл. 2).

Аналіз роботи серцево-судинної системи організму курсантів виявив, що показники ЧСС курсантів обох груп у стані спокою достовірно не відрізняються ($t = 0,595$; $p > 0,05$). Після фізичного навантаження показники ЧСС курсантів – спортивних орієнтувальників достовірно кращі, ніж у курсантів – артилерійських розвідників ($t = 2,746$; $p < 0,01$). Також визначено достовірну різницю між показниками ЧСС курсантів полярних груп після 3-хвилинного відпочинку ($t = 2,515$; $p < 0,05$).

Дослідження показників роботи дихальної системи організму курсантів довели, що заняття спортивним орієнтуванням, навіть упродовж невеликого терміну – 2 років, позитивно впливають на вдосконалення показників спірометрії. Результати тестування курсантів за допомогою спірометра показали, що об'єм легень курсантів, які не займалися спортивним орієнтуванням, на 592 см³ достовірно менший, ніж у курсантів, які займалися ($t = 2,087$; $p < 0,05$).

Дослідження показників ПСМР курсантів, а саме відчуття часу, проводили у стані спокою за інтервалом часу 10 с, на відміну від попередніх досліджень цих показників. Визначили, що в курсантів, які займалися спортивним орієнтуванням,

зазначений показник достовірно кращий, ніж у курсантів, які займалися фізичними вправами згідно з варіантами спортивно-масової роботи, на 4,8 с ($t = 3,831$; $p < 0,001$). Також зазначимо, що їхні показники достовірно кращі, ніж середній результат курсантів обох груп ($t = 2,400$; $p < 0,05$).

Аналіз результатів тестування нервово-м'язової системи курсантів показав, що відтворення сили кисті в розмірі 50% від максимальної достовірно відрізняється на 6,7% між групами курсантів ($p < 0,05$).

Дослідження результатів курсантів з виконання нормативів професійної підготовки довело, що час виконання всіх нормативів у курсантів, які займалися в секції спортивного орієнтування, достовірно кращий, ніж у курсантів, які не займалися спортивним орієнтуванням. Зокрема, час виконання нормативу «Зайняття не підготовленого СП та організація спостереження на ньому» кращий на 362 с ($t = 2,979$; $p < 0,01$); нормативу «Розгортання й організація спряженого спостереження» – на 489 с ($t = 2,017$; $p < 0,05$); нормативу «Приведення АКР СН-4003 в бойове положення його орієнтування та визначення навігаційних параметрів» – на 89 с ($t = 2,225$; $p < 0,05$); нормативу «Розгортання взводу управління батареї з установленням зв'язку між командно-спостережним пунктом і вогневою позицією» – на 442 с ($t = 2,266$; $p < 0,05$); нормативу «Топогеодезична прив'язка трьох точок (вогневих позицій дивізіону 3-батареїного складу)» – на 424 с ($t = 2,172$; $p < 0,05$); нормативу «Розгортання радіолокаційної станції на позиції, топогеодезична прив'язка якої не проведена» – на 220 с ($t = 2,558$; $p < 0,05$); нормативу «Зайняття виносного спостережного пункту» – на 327 с ($t = 3,368$; $p < 0,01$); нормативу «Розгортання НАК» – на 172 с ($t = 3,689$; $p < 0,001$) (рис. 2).

Таблиця 2

Показники фізичного розвитку та функціонального стану курсантів

№ з/п	Показники	Середній результат курсантів обох груп (n = 60)		Група курсантів – спортивних орієнтувальників (n = 30)		Група курсантів – артилерійських розвідників (n = 30)	
		X	±m	X	±m	X	±m
1.	Зріст, см	17,3	2,2	176,1	1,8	173,9	1,9
2.	Вага, кг	73,6	3,2	68,7	1,6	75,8	2,8
3.	ЧСС у стані спокою, уд./хв	72,9	2,5	71,1	1,6	72,9	2,6
4.	ЧСС після навантаження, уд./хв	144,4	3,3	138,1	3,5	151,1	3,6
5.	ЧСС після 3 хв відпочинку, уд./хв	82,4	2,7	78,8	2,5	87,5	2,6
6.	Спірометрія, см ³	3841	211	4221	188	3632	211
7.	М'язове відчуття, % помилки	17,5		13,6		20,3	
8.	Відчуття часу (інтервал 10 с), с	4,3	0,8	1,9	0,6	6,7	1,1

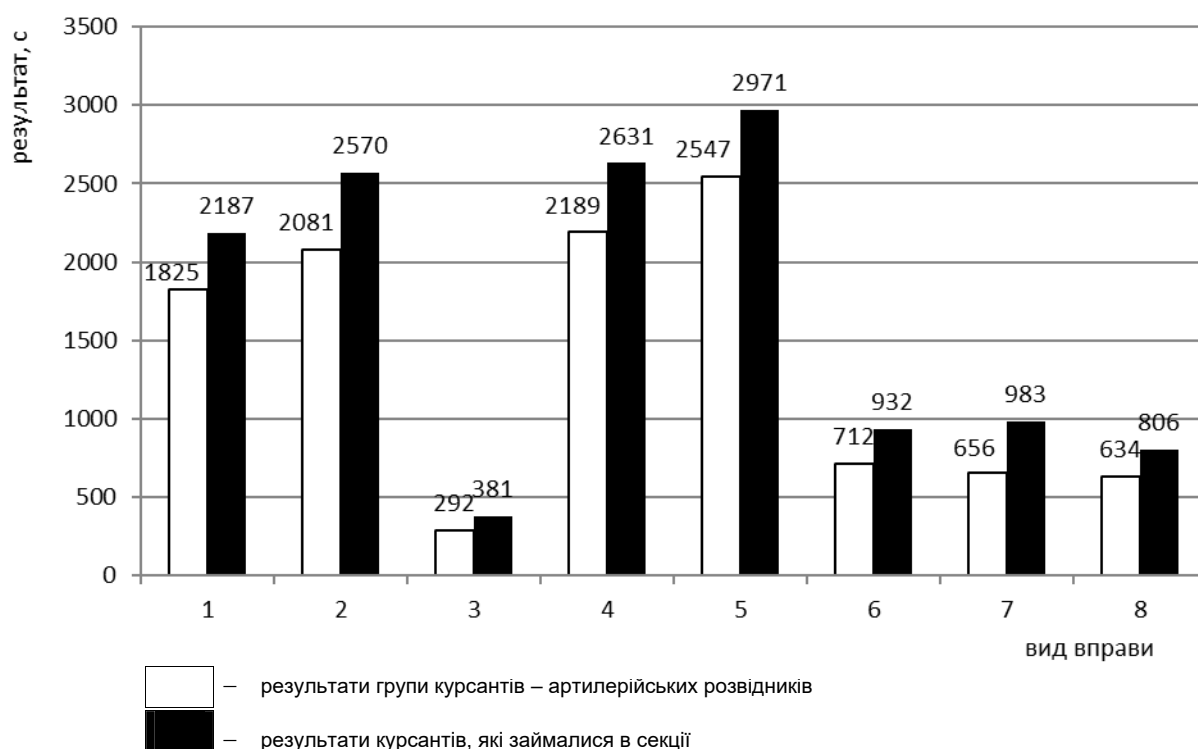


Рис. 2. Час виконання нормативів професійної підготовки курсантів, с:

1 – зайняття невідготовленого СП й організація спостереження на ньому; 2 – розгортання й організація спряженого спостереження; 3 – приведення АКР СН-4003 в бойове положення його орієнтування та визначення навігаційних параметрів; 4 – розгортання взводу управління батареї з установленням зв'язку між командно-спостережним пунктом і вогневою позицією; 5 – топогеодезична прив'язка трьох точок (вогневих позицій дивізіону 3-батарейного складу); 6 – розгортання радіолокаційної станції на позиції, топогеодезична прив'язка якої не проведена; 7 – зайняття виносного спостережного пункту; 8 – розгортання НАК.

Визначено, що результати курсантів, які займалися в секції спортивного орієнтування, з найбільш складних нормативів професійної підготовки, для виконання яких треба залучати більшість систем організму, мають достовірну різницю із середнім часом усіх курсантів. До них належать такі нормативи: «Зайняття невідготовленого СП й організація спостереження на ньому» ($t = 2,469$; $p < 0,05$); «Розгортання радіолокаційної станції на позиції, топогеодезична прив'язка якої не проведена» ($t = 2,043$; $p < 0,05$); «Зайняття виносного спостережного пункту» ($t = 3,274$; $p < 0,01$) і «Розгортання НАК» ($t = 2,918$; $p < 0,01$).

Висновки. Таким чином, за результатами проведеного порівняльного аналізу показників курсантів, які займалися в секції спортивного орієнтування, і курсантів, які в години спортивно-масової роботи займалися за затвердженим змістом, визначено, що більшість показників фізичного розвитку й функціонального стану, загальної та спеціальної фізичної підготовленості, професійної підготовленості достовірно краща

в курсантів, які займалися військово-прикладним видом спорту, подібним за своєю характеристикою до навчально-бойової і бойової діяльності.

По-перше, найбільш вагомим є той факт, що курсанти, які займалися спортивним орієнтуванням, продемонстрували значно кращі результати у фізичних вправах, які є важливими для військової діяльності ($p < 0,05-0,01$). Це, зокрема, подолання різних дистанцій, розгортання бойових систем і здатність швидко й ефективно орієнтуватися в різних умовах. Такі навички є критичними для військових операцій та демонструють високий рівень професійної підготовки.

По-друге, дослідження показало, що курсанти із секції спортивного орієнтування мають покращені показники функціонального стану серцево-судинної ($t = 2,746$; $p < 0,01$) і дихальної ($t = 2,087$; $p < 0,05$) систем порівняно з іншими курсантами. Це свідчить про загальний позитивний вплив занять у секції спортивного орієнтування на здоров'я та фізичний стан курсантів, що може сприяти їхній загальній життєвій активності й довгостроковій військовій службі.

По-третє, виявлено, що курсанти, які займалися в секції спортивного орієнтування, мали кращі показники функціонального стану нервово-м'язової системи ($t = 2,400$; $p < 0,05$), що може вказувати на покращену координацію і здатність до швидкої реакції на зовнішні подразники. Це також є дуже важливим чинником у військовій службі, де швидке

й точне виконання завдань може бути критично важливим.

Аналізуючи результати виступу курсантів на змаганнях зі спортивного орієнтування, ми заздалегідь передбачали достовірну різницю показників. Проте це дослідження було проведено для визначення величини розбіжностей між показниками їхньої підготовленості.

Список використаних джерел

1. Антипенко І. Гібридна війна в Україні як ризикоутворюючий чинник глобалізації. *Ефективність державного управління*. 2022. № 65. С. 13–26.
2. Бабич М., Романчук С., Романчук В., Чаплінський Р., Людовик Т., Юр'єв С., Тимочко О., Фіщук І., Бабаєв Ю., Андреев С. Зміни у показниках функціонального стану курсантів-випускників при зменшенні обсягу занять з фізичної підготовки. *Вісник Кам'янець-Поділ. нац. ун-ту імені Івана Огієнка. Серія: Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. 2022. № 25. С. 43–51. DOI: 10.32626/2309-8082.2022-25.43-51.
3. Бабич М. Динаміка показників фізичних якостей та формування рухових навичок курсантів спеціальності артилерійська розвідка. *Науковий часопис УДУ імені Михайла Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2024. № 4 (177). С. 16–24. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.4\(177\).03](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.4(177).03).
4. Кунинець С., Боярчук О., Романчук В., Яворський А. Засоби фізичного виховання – напрям відновлення боєготовності військовослужбовців після контузії головного мозку. *Український журнал медицини, біології, спорту*. 2019. № 4 (3). С. 13–19.
5. Романчук С., Лашта В. та ін. Фізичне виховання курсантів на етапі базової підготовки. Львів: НАСВ, 2018. 79 с.
6. Ягупов В. Методи дослідження у фізичному вихованні та спорті: навчальний посібник. Житомир: Євро-Волинь, 2024. 556 с.
7. Klymovych V., Oderov A., Romanchuk S., et. al. Correlation of Physical Fitness and Professional Military Training of Servicemen. *SportMont*. 2020. № 18 (2). P. 79–82. DOI: 10.26773/smj.200612.
8. Oderov A., Yuriev S., Babych M., Abramenko O. et. al. Dynamics of functional state of artillery reconnaissance cadets during training and combat activities. *Journal of Physical Education and Sport*. 2024. Vol. 24 (7). Art 184. P. 1636–1646. <https://doi.org/10.7752/jpes.2024.07184>.
9. Romanchuk S., Iedynak G., Kopylov S., Galamandjuk L., Melnykov A., Afonin V., Oderov A., Klymovych V., Pylypchak I., Nebozhuk O. Factors that influence changes in cadets' physical preparation during the second half of study at a military academy. *Revista dilemmas contemporáneos: educación, política y valores*. 2019. № 17 (72). P. 1–20.

References

1. Antypenko, I. (2022). Hibrydna viina v Ukraini yak ryzykoutvoriuiuchy chynnyk hlobalizatsi [Hybrid warfare in Ukraine as a risk factor of globalization]. *Efektivnist derzhavnoho upravlinnia*. 65, 13–26 [in Ukrainian].
2. Babych, M., Romanchuk, S., Romanchuk, V., Chaplinskyi, R., Liudovyk, T., Yuriev, S., Tymochko, O., Fishchuk, I., Babaiev, Yu., Andreiev, S. (2022). Zminy u pokaznykakh funktsionalnoho stanu kursantiv-vypuskniv pry zmenshenni obsiahu zaniat z fizychnoi pidhotovky [Changes in the functional status indicators of cadet graduates with a reduction in the volume of physical training classes]. *Visnyk Kamianets-Podil. nats. un-tu imeni Ivana Ohienka. Serii: Fizychnye vykhovannia, sport i zdorovia liudyny. Zb. nauk. pr. Kamianets-Podilskyi*; 25, pp. 43–51. <https://doi.org/10.32626/2309-8082.2022-25.43-51> [in Ukrainian].
3. Babych, M. (2024). Dynamika pokaznykiv fizychnykh yakosti ta formuvannia rukhovyykh navychok kursantiv spetsialnosti artyleriiska rozvidka [Dynamics of physical qualities and motor skills development in cadets majoring in artillery reconnaissance]. *Naukovyi chasopys UDU imeni Mykhaila Drahomanova. Serii 15, Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)*. Kyiv; 4 (177) 24, pp. 16–24. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.4\(177\).03](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.4(177).03) [in Ukrainian].
4. Kunynets, S., Boyarchuk, O., Romanchuk, V., Yavorskyi, A. (2019). Zasoby fizychnoho vykhovannia – napriam vidnovlennia boiehotovnosti viiskovosluzhbovtiv pislia kontuzii holovnoho mozku [Physical training means as a way to restore combat readiness of servicemen after brain concussion]. *Ukrainskyi zhurnal medytsyny, biolohii, sportu*, № 4 (3), pp. 13–19 [in Ukrainian].
5. Romanchuk, S., Lashta, V., et. al. (2018). Fizychnye vykhovannia kursantiv na etapi bazovoi pidhotovky [Physical training of cadets at the basic training stage]. Lviv: NASV; 79 [in Ukrainian].
6. Yahupov, V. (2024). Metody doslidzhennia u fizychnomu vykhovanni ta sporti: navchalnyi posibnyk. Zhytomyr: "Yevro-Volyn". 556 p. [in Ukrainian].

7. Klymovych, V., Oderov, A., Romanchuk, S., et. al. (2020). Correlation of Physical Fitness and Professional Military Training of Servicemen. *SportMont*. 2020. 18 (2), 79–82. DOI: 10.26773/smj.200612.

8. Oderov, A., Yuriev, S., Babych, M., Abramenko, O. et. al. (2024). Dynamics of functional state of artillery reconnaissance cadets during training and combat activities. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol. 24 (7), Art 184, pp. 1636–1646. <https://doi.org/10.7752/jpes.2024.07184> [in Ukrainian].

9. Romanchuk, S., Iedynak, G., Kopylov, S., Galamandjuk, L., Melnykov, A., Afonin, V., Oderov, A., Klymovych, V., Pylypchak, I., Nebozhuk, O. (2019). Factors that influence changes in cadets' physical preparation during the second half of study at a military academy. *Revista dilemmas contemporáneos: educación, política y valores*. 17 (72), 1–20.

Creative Commons Attribution 4.0
International (CC BY 4.0)



Дата надходження статті: 25.09.2025

Дата прийняття статті: 24.10.2025