ISSN 2221-1217

ФІЗИЧНА АКТИВНІСТЬ, ЗДОРОВ'Я І СПОРТ. 2026. № 2(40). С. 3–11

PHYSICAL ACTIVITY, HEALTH AND SPORTS. 2026. № 2(40). P. 3–11

СЕРЕДНЯ ОСВІТА

SECONDARY EDUCATION

УДК 373.5.016:[355.23+796]
DOI https://doi.org/10.32782/2221-1217-2026-2-1

ІНТЕГРАЦІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА ВІЙСЬКОВО-ПРИКЛАДНИХ МОДУЛІВ ПРЕДМЕТА «ЗАХИСТ УКРАЇНИ» ЯК ЧИННИК ПІДГОТОВКИ ЗДОБУВАЧІВ У СПЕЦІАЛІЗОВАНИХ ЛІЦЕЯХ

Оксана КОРНОСЕНКО[1],
доктор педагогічних наук, професор,
https://orcid.org/0000-0002-9376-176X,
kornosenko@ukr.net
Богдан РЕВЕНКО[2],
учитель предмета «Захист України»,
https://orcid.org/0009-0008-3455-5959,
bogdanapis@gmail.com

[1]Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка
[2]Полтавський ліцей з посиленою військово-фізичною підготовкою імені Віталія Грицаєнка Полтавської обласної ради

Анотація. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю модернізації системи військово-патріотичної підготовки та формування готовності молоді до нових безпекових викликів. У статті розкрито науково-методичні засади та змістово-тематичну структуру дворічного циклу підготовки здобувачів профільної середньої освіти (10–11-і класи) на основі інтеграції військово-прикладних модулів і фізичної культури в предмет «Захист України» в закладах спеціалізованої освіти зі специфічними умовами навчання. Детально висвітлено еволюційний перехід і логіку посилення безпекового складника: програма 10-го класу закладає міцний руховий і військово-технічний базис, тоді як програма 11-го класу органічно доповнює цей фундамент ціннісно-смисловим, психологічним і правовим змістом через модулі військової етики та психології, цивільного захисту й міжнародного гуманітарного права, а також екстреної домедичної допомоги і поглиблену спеціальну фізичну підготовку (легка атлетика, гімнастика, бойові мистецтва).

Охарактеризовано авторську структурно-функціональну модель методики інтегрованого навчання, яка ґрунтується на системно-діяльнісному та міждисциплінарному підходах і об'єднує теоретико-інформаційний, фізично-кондиційний, тактико-оперативний та медико-рятувальний блоки. Обґрунтовано ядро розробленої методики – принцип «синхронізованого стресового навантаження», що реалізується через бінарні заняття, метод комплексних ситуаційних вправ (мікросимуляцій), польові тренування та широкий спектр ігрових технологій (тактичні симуляції, військово-спортивні квести, гру «Сокіл» («Джура»)). Доведено, що запропонований комплекс забезпечує подолання фрагментарності освітнього процесу та формує цілісну готовність ліцеїстів до ефективних дій у динамічному безпековому середовищі. Результати дослідження можуть бути впроваджені в освітній процес закладів профільного спрямування.

Ключові слова: фізична культура, «Захист України», інтегроване навчання, структурно-функціональна модель, військово-прикладна підготовка, ліцеї з підвищеною військово-фізичною підготовкою.

© Корносенко О., Ревенко Б., 2026

INTEGRATION OF PHYSICAL CULTURE AND MILITARY-APPLIED MODULES OF THE "DEFENSE OF UKRAINE" SUBJECT AS A FACTOR IN TRAINING STUDENTS IN SPECIALIZED LYCEUMS

Oksana KORNOSENKO[1],
Doctor of Pedagogical Sciences, Professor,
https://orcid.org/0000-0002-9376-176X,
kornosenko@ukr.net
Bohdan REVENKO[2],
Teacher of the "Defense of Ukraine" Subject,
https://orcid.org/0009-0008-3455-5959,
bogdanapis@gmail.com

[1]V. G. Korolenko Poltava National Pedagogical University
[2]Vitalii Hrytsaenko Poltava Regional Lyceum with Enhanced Military-Physical Training of the Poltava Regional Council

Abstract. The relevance of the study is driven by the need to modernize the system of military-patriotic training and form youth readiness for new security challenges. The article reveals the scientific-methodological principles and content-thematic structure of the two-year training cycle for specialized secondary education students (grades 10–11) based on the integration of military-applied modules and physical culture into the "Defense of Ukraine" subject in specialized educational institutions with specific learning conditions. The evolutionary transition and the logic of strengthening the security component are highlighted in detail: the 10th-grade program establishes a solid motor and military-technical basis, whereas the 11th-grade program organically complements this foundation with value-semantic, psychological, and legal content through modules on military ethics and psychology, civil protection, and international humanitarian law, as well as emergency first aid and advanced special physical training (athletics, gymnastics, martial arts).

The author's structural-functional model of the integrated learning methodology, based on system-activity and interdisciplinary approaches and combining theoretical-information, physical-conditioning, tactical-operational, and medical-rescue blocks, is characterized. The core of the developed methodology is substantiated – the principle of "synchronized stress loading", implemented through binary classes, the method of complex situational exercises (microsimulations), field training, and a wide range of gaming technologies (tactical simulations, military-sports quests, and the "Sokil" ("Dzhura") game). It is proven that the proposed complex ensures overcoming the fragmentation of the educational process and forms the holistic readiness of lyceum students for effective actions in a dynamic security environment. The research results can be implemented into the educational process of specialized institutions.

Key words: physical culture, "Defense of Ukraine", integrated learning, structural-functional model, military-applied training, lyceums with enhanced military-physical training.

Постановка проблеми. Умови безпекового середовища в Україні зумовлюють підвищені вимоги до готовності молоді до захисту держави. Ліцеї з підвищеною військово-фізичною підготовкою виступають базовим елементом допрофесійної підготовки майбутніх захисників. Водночас аналіз сучасного стану теорії і практики профільної середньої освіти свідчить, що питання організації освітнього процесу в контексті комплексної інтеграції фізичної, теоретичної, тактичної підготовки залишаються не досить вивченими і висвітленими. Попри наявність праць, присвячених викладанню окремих військово-прикладних дисциплін чи організації фізичного виховання [1; 6; 12], у сучасній педагогічній науці спостерігається суперечність між об'єктивною потребою у створенні цілісних освітніх систем та відсутністю розроблених організаційно-методичних засад поєднання цих взаємопов'язаних компонентів у єдиний дидактичний процес упродовж усього дворічного циклу навчання в ліцеї. Фрагментарний характер чинних підходів не дозволяє повною мірою реалізувати потенціал синергетичної взаємодії між змістовими модулями, що актуалізує потребу в теоретичному обґрунтуванні та практичному впровадженні новітніх підходів до проєктування освітнього середовища, спрямованого

на досягнення високої ефективності підготовки здобувачів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема підготовки молоді до захисту держави та впровадження практично орієнтованих підходів в освітній процес закладів профільної середньої освіти зі специфічними умовами навчання перебуває в центрі уваги сучасної педагогічної науки. Теоретичні та практичні засади функціонування ліцеїв з підвищеною військово-фізичною підготовкою досліджувалися у працях вітчизняних учених у галузі педагогіки, військової освіти та теорії й методики фізичного виховання. Зокрема, загальнотеоретичні засади військово-патріотичного виховання та освіти молоді розглядалися в роботах таких дослідників, як М. Бака, І. Бех, Л. Канішевська, Р. Малиношевський, О. Остапенко. М. Тимчик, О. Тищенко та ін. [2; 3; 4; 8; 13]. Питання трансформації змісту та методики викладання предмета «Захист України» в умовах сучасних викликів і безпекового середовища активно досліджувалися в наукових розвідках методистів та педагогів-практиків, які акцентують увагу на необхідності інтенсифікації практичного компонента: тактичної, вогневої, домедичної підготовки та інженерно-технічної грамотності здобувачів освіти.

Особливу роль у становленні майбутніх захисників відіграє спеціальна та військово-прикладна фізична підготовка. Проблеми професійно-прикладної фізичної підготовки молоді дотичних до силових структур профілів висвітлено в працях фахівців з фізичного виховання та спорту (А. Андрес, Ю. Антошків, Т. Дух, В. Колєсніков, В. Крижановський, І. Омеляненко, Ю. Павлова, В. Швець, О. Шепелев та ін.) [1; 6; 9]. Автори доводять, що ефективність формування рухових навичок і розвитку фізичних якостей, зокрема витривалості, сили, координації, безпосередньо впливає на успішність виконання військово-прикладних завдань в екстремальних умовах.

Утім, незважаючи на певну кількість наукових праць, присвячених окремо методиці викладання предмета «Захист України» або організації фізичного виховання [5], проблема комплексної інтеграції та взаємодоповнення цих двох напрямів у специфічному середовищі ліцеїв з підвищеною військово-фізичною підготовкою залишається не досить розробленою. Зокрема, у сучасній літературі бракує цілісних методичних систем, які б на практиці об'єднували дидактичні одиниці предмета «Захист України» із вправами спеціальної фізичної культури задля досягнення синергетичного ефекту в підготовці ліцеїстів.

Мета статті – обґрунтувати та розкрити методичні засади посилення практичної спрямованості навчання предмета «Захист України» у тісному взаємозв'язку з фізичною культурою в умовах ліцеїв військово-фізичного профілю.

Методи дослідження. Аналіз психолого-педагогічної, методичної літератури застосовувався з метою вивчення теоретичних засад проблем освіти молоді в закладах зі спеціальними умовами навчання, визначення ступеня їх розробленості у сучасній науці, уточнення базових понять дослідження, виявлення систем викладання предмета «Захист України». Аналіз нормативно-правової бази використовувався для вивчення сучасних державних стандартів профільної середньої освіти, навчальних планів, концептуальних засад національно-патріотичного виховання, нормативних вимог до організації освітнього процесу, у тому числі в ліцеях з підвищеною військово-фізичною підготовкою, а також оновлених програм предмета «Захист України» та військово-спортивних заходів [7; 10; 11]. Метод моделювання є основою для розробки структурно-функціональної моделі методики інтегрованого навчання ліцеїстів, що дозволило системно представити взаємозв'язок теоретико-інформаційного, фізично-кондиційного, тактико-оперативного та медико-рятувального блоків, а також упровадити в цей процес ігрові технології на основі принципу «синхронізованого стресового навантаження». Метод узагальнення передового педагогічного досвіду застосовувався для вивчення практичної діяльності викладачів освітніх закладів, аналізу ефективних форм організації занять (бінарні уроки, мікросимуляції, польові тренування, тактичні ігри та квести) з метою їх систематизації та впровадження в авторську методику викладання.

Виклад основного матеріалу. Для практичної реалізації розробленої авторської структурно-функціональної моделі методики інтегрованого навчання та забезпечення синергетичного ефекту від поєднання дидактичних одиниць предмета «Захист України» було спроєктовано змістово-тематичну програму підготовки здобувачів профільної середньої освіти. Програма покликана забезпечити планомірний перехід від засвоєння фундаментальних військово-технічних навичок до їх практичного закріплення в умовах динамічного безпекового середовища.

Навчальна програма підготовки ліцеїстів 10-го класу розрахована на 175 годин та побудована за модульним принципом із забезпеченням взаємозв'язку між теоретичними, військово-технічними, тактичними дисциплінами та військово-прикладною фізичною підготовкою (ВПФП). Зміст програми охоплює шість змістових модулів.

Модуль 1. «Стройова та статутна підготовка» спрямований на вивчення положень стройового статуту ЗСУ та військових статутів щодо внутрішнього порядку, добового наряду, прав, обов'язків і військової дисципліни тощо. ВПФП забезпечує розвиток швидкісної витривалості, координації та спритності під час виконання стройових і загальнорозвивальних вправ тощо.

Модуль 2. «Основи національної безпеки, оборони та міжнародного співробітництва» присвячений аналізу системи національної і колективної безпеки України, вивчення поняття «гібридна війна», воєнної політики держави, актуальних загроз та євроатлантичної інтеграції (відносини Україна – НАТО) тощо.

Модуль 3. «Історія українського військового мистецтва» забезпечує ретроспективний аналіз походження і розвитку Збройних сил України від часів давніх слов'ян, Київської Русі, козацької доби (Запорізька Січ), визвольних змагань і Першої світової війни до сучасного стану ЗСУ тощо. ВПФП формує елементи традиційного рукопашного бою, вивчення базових ударів, захистів, страховок і спеціальних рухових дій тощо.

Модуль 4. «Вогнева та інженерна підготовка» спрямований на вивчення матеріальної частини стрілецької зброї (автомат АК-74, кулемет РКК), порядку її неповного розбирання, збирання, догляду, усунення затримок, основ і правил стрільби; інженерне обладнання позицій (окопи, маскування, інженерні загородження) тощо. ВПФП забезпечує розвиток силової витривалості (робота з гирями, гантелями, вправи на перекладині), що сприяє стабільності тіла під час утримання зброї тощо.

Модуль 5. «Тактична підготовка» охоплює основи сучасного загальновійськового бою, характеристики оборонних і наступальних дій механізованого відділення, обов'язки військовослужбовця в бою, а також способи знищення противника та пересування на полі бою тощо. ВПФП передбачає подолання смуги перешкод, виконання спеціальних бігових і акробатичних вправ (перекиди, падіння), а також марш-кидки та воєнізовані кроси, що імітують динаміку бойових умов тощо.

Модуль 6. «Військово-прикладна фізична підготовка» – компонент програми, який реалізується на кожному занятті та спрямований на розвиток спеціальної витривалості, сили, гнучкості, швидкісно-силових якостей, а також моделювання ситуацій самооборони, протистояння кільком нападаючим та комплексне тестування фізичної готовності здобувачів тощо.

Навчальна програма підготовки ліцеїстів 11-х класів (175 годин) побудована за модульним принципом із забезпеченням тісного взаємозв'язку між військово-службовими дисциплінами, психологічною підготовкою, цивільним захистом, нормами міжнародного права та практичними навичками домедичної допомоги. Зміст програми охоплює теж шість змістових модулів.

Модуль 1 і 2. «Стройова підготовка» і «Статути Збройних сил України» спрямовані на вивчення основних положень стройового статуту, виконання стройових прийомів без зброї та зі зброєю, відпрацювання поворотів на місці й під час руху, пересування стройовим та похідним кроком; засвоєння вимог загальновійськових статутів щодо виконання обов'язків військової служби, дотримання розпорядку дня, організації добового наряду, внутрішнього порядку роти, а також дій за сигналом тривоги, збору та використання технічних засобів охорони тощо.

Модуль 3. «Військова етика та психологія» створює умови для вивчення психологічних особливостей військової діяльності, пізнавальних процесів, психологічної структури військового колективу, стилів управління та лідерства; формування морально-психологічної стійкості, навичок самовиховання й психологічної саморегуляції для дій в екстремальних умовах тощо.

Модуль 4. «Цивільний захист і радіаційна, хімічна, біологічна безпека» спрямований на вивчення структури єдиної державної системи цивільного захисту, дій населення в надзвичайних ситуаціях техногенного, природного та воєнного характеру; засвоєння правил використання колективних та індивідуальних засобів захисту (фільтрувальні протигази, ЗЗК, Л-1, прилади радіаційної та хімічної розвідки ДП-5, ВПХР, дозиметри), а також дотримання безпеки під час виявлення вибухонебезпечних предметів тощо.

Модуль 5. «Міжнародне гуманітарне право про захист жертв війни та цивільних об'єктів» передбачає аналіз міжнародно-правової регламентації ведення збройних конфліктів, заборонених засобів і методів ведення воєнних дій; вивчення норм захисту жертв війни, жінок, дітей

та цивільних об'єктів, а також діяльності Міжнародного комітету Червоного Хреста тощо.

Модуль 6. «Домедична допомога в екстремальних і бойових умовах» – комплексний блок з надання домедичної допомоги відповідно до сучасних стандартів. Охоплює первинний огляд потерпілого, алгоритми дій у секторах обстрілу та укриття, зупинку неконтрольованих кровотеч, проведення серцево-легеневої реанімації, обробку та перев'язку ран (накладання покривних, давлячих, іммобілізуючих та косинкових пов'язок за допомогою табельних і підручних засобів), допомогу при переломах, опіках, гострих станах, а також правила безпечного транспортування та евакуації поранених.

Змістово-тематична структура програми ВПФП для 11-х класів спрямована на поглиблення спеціальної витривалості, силових якостей, володіння елементами національних бойових мистецтв та військово-прикладних рухових навичок. Зміст програми структуровано у чотири модулі.

Модуль 1. «Легка атлетика та швидкісна витривалість» (I семестр – 12 год.) забезпечує розвиток швидкісної витривалості, виконання прискореного пересування, спеціальних бігових вправ і човникового бігу; вдосконалення техніки бігу на короткі дистанції (100 м) та підсумкова здача нормативу на витривалість (біг на 3 км) із проведенням тематичного оцінювання.

Модуль 2. «Гімнастика та силова підготовка» (I семестр – 20 год.) формує силу та силову витривалість через виконання вправ на перекладині, брусах (тримання кута, зіскоки, згинання і розгинання рук), комплексних силових вправ та вправ на гнучкість.

Модуль 3. «Рукопашний бій та національні бойові мистецтва» (II семестр – 24 год.) (хортинг, бойовий гопак, спас).

Модуль 4. «Спеціальна легка атлетика та військово-прикладні естафети» (II семестр – 14 год.) забезпечує удосконалення техніки бігу на короткі (високий і низький старт, естафети) та середні дистанції, кросова підготовка на пересіченій місцевості, подолання природних та штучних перешкод на смузі перешкод; виконання стрибкових вправ (багатоскоки, стрибки у довжину), метання малого м'яча та гранат на дальність і точність, а також проведення комплексних військово-прикладних естафет і підсумкового оцінювання.

Порівняльний аналіз структури та змісту обох програм (10-і та 11-і класи) демонструє чітку педагогічну наступність, системність і взаємодоповнюваність. Вони утворюють цілісний цикл підготовки ліцеїстів, де змістові лінії вибудувані за принципом від фундаментальних військово-технічних навичок і фізичного загартування до психологічної стійкості, правових норм та збереження життя. Наскрізний розвиток управлінських і статутних компетентностей реалізується через поступове ускладнення матеріалу. Якщо в 10-му класі стройова підготовка та вивчення статутів базуються переважно на практичному виконанні стройових прийомів, русі й поводженні зі зброєю, то в 11-му класі цей блок еволюціонує до глибшого розуміння внутрішнього порядку роти, організації добового наряду, а також оволодіння основами військової етики та психології керівництва, зокрема стилями управління у військовому колективі й навичками самовиховання. Важливим елементом є також логіка нарощування складника безпеки та оборони, яка передбачає послідовне розширення компетентностей здобувачів освіти: якщо 10-ий клас закладає базові уявлення про національну безпеку, історію військового мистецтва та ведення сучасного загальновійськового бою через оборону, наступ, вогневу й інженерну підготовку, то 11-ий клас органічно доповнює цей фундамент блоками цивільного захисту та нормами міжнародного гуманітарного права, що у сукупності формує у здобувачів стійку правову та безпекову культуру. Не менш вагомою є синхронізація фізичного та медичного компонентів: якщо у 10-му класі фізична культура фокусується на розвиткові силових якостей, витривалості та подоланні смуги перешкод, що є критично важливим для ефективних дій на полі бою, то в 11-му класі сформований руховий фундамент органічно конвертується в практичні навички екстреної домедичної допомоги, де накопичена фізична витривалість і психологічна стійкість виступають вирішальною умовою порятунку життя в умовах бойового стресу. Отже, програма 10-го класу закладає рухову основу підготовки, тоді як зміст 11-го класу розширює її через ціннісно-смисловий, психологічний та правовий складники, що у сукупності забезпечує комплексне формування готовності ліцеїстів до дій у екстремальному середовищі.

Водночас практична реалізація циклу підготовки вимагає чіткого науково-методичного забезпечення, здатного перетворити окремі змістові лінії на єдину, цілісну систему. Для цього було розроблено авторську структурно-функціональну модель методики інтегрованого навчання (рис. 1), яка ґрунтується на системно-діяльнісному

та міждисциплінарному підходах і спрямована на подолання фрагментарності в освітньому процесі закладів профільної середньої освіти зі специфічними умовами навчання. Її сутність полягає в поєднанні дидактичних одиниць предмета «Захист України» в єдиний цілісний цикл підготовки здобувачів, де кожен компонент взаємодоповнює та підсилює інші.

Процес реалізації моделі базується на взаємопов'язаних блоках, які утворюють єдину матрицю формування професійно-прикладних і воєнно-технічних компетентностей. Зокрема,



Рис. 1. Структурно-функціональна модель методики інтегрованого навчання здобувачів

теоретико-інформаційний блок передбачає засвоєння нормативно-правової бази, основ національного спротиву, балістики, топографії, правил поводження зі зброєю та теоретичних засад виживання в екстремальних умовах, де знання не вивчаються ізольовано, а одразу стають підґрунтям для розв'язання практичних кейсів і тактичних завдань. Своєю чергою *фізично-кондиційний блок*, що становить основу професійно-прикладної фізичної підготовки (ППФП), орієнтований на розвиток спеціальної витривалості, силових і швидкісно-силових якостей, координації та гнучкості, критично необхідних для пересування на полі бою в повному спорядженні (бронежилеті, шоломі, зі зброєю), подолання смуг перешкод, евакуації постраждалих та виконання тривалих марш-кидків. *Тактико-оперативний блок* охоплює формування навичок пересування на полі бою поповзом і перебіжками, зайняття та маскування вогневих позицій, роботи в парах і малих групах, а також орієнтування на незнайомій місцевості в умовах обмеженої видимості та психологічного тиску. Логічним доповненням цієї системи є *медико-рятувальний блок*, який інтегрує алгоритми домедичної допомоги за протоколами накладання турнікетів, тампонування ран, забезпечення прохідності дихальних шляхів у зоні під вогнем, що здійснюються безпосередньо на тлі фізичної втоми.

Ядром розробленої методики виступає принцип «синхронізованого стресового навантаження», який практично реалізується через систему ефективних організаційних форм і методів. Серед них ключове місце посідають бінарні та інтегровані заняття, що передбачають проведення навчального процесу спільно викладачем предмета «Захист України» та фахівцем з фізичної культури, що дозволяє одночасно відпрацьовувати тактичні елементи і контролювати правильність техніки рухів. Ефективним інструментом також є метод комплексних ситуаційних вправ (мікросимуляцій), який полягає у виконанні завдань, де фізичне навантаження передує або супроводжує бойову дію (наприклад, після інтенсивного бігу у спорядженні ліцеїст зобов'язаний виконати норматив зі збирання/розбирання зброї, усунення затримки під час стрільби або накласти засіб зупинки кровотечі на манекен, що моделює реальний бойовий стрес, коли високий пульс і адреналін ускладнюють дрібну моторику). Крім того, важливу роль відіграють польові комплексні тренування, що об'єднують пересування пересіченою місцевістю, поводження зі зброєю та порятунок умовно пораненого товариша.

Окрему роль у системі практичної підготовки ліцеїстів відіграє широке застосування ігрових методик, які в умовах військово-фізичного профілю трансформуються з розважального елемента у потужний інструмент моделювання професійної діяльності. Ігрові технології дозволяють знизити психологічне напруження, підвищити внутрішню мотивацію здобувачів освіти, а головне – забезпечити прийняття швидких рішень в умовах дефіциту часу та інформації. Зокрема, ефективним інструментом є тактичні ігри та симуляції з використанням лазертаг-обладнання або страйкбольних макетів, що передбачають моделювання бойових зіткнень малих тактичних груп у міській забудові чи лісовій місцевості та дозволяють в ігровій формі відпрацьовувати навички розвідки, маскування, погодженого пересування й вогневої взаємодії під час динамічного протиборства. Органічним елементом підготовки також виступають військово-спортивні квести комбінованого типу, такі як командні змагання на пересіченій місцевості, де маршрути проходження об'єднані з контрольними точками, що вимагають орієнтування за картою, подолання смуги перешкод, визначення азимута та виконання нормативів із домедичної допомоги, зокрема оперативного пошуку та евакуації умовно пораненого. Вагоме значення мають і військово-прикладні рухливі ігри з елементами протиборства, такі як динамічні командні змагання («Бій за висоту» або комплексні силові естафети у повному спорядженні), спрямовані на виховання лідерських якостей, взаємовиручки та колективної відповідальності за спільний результат. Крім того, важливу роль відіграють ситуаційно-рольові ігри прийняття рішень (командно-штабні мікроігри), які реалізуються через рольові сценарії, де ліцеїсти почергово виконують обов'язки командирів відділень, аналізують оперативну обстановку, віддають бойові розпорядження та координують дії підрозділу в умовах раптової зміни обставин. Масштабним синтезом ігрових і змагальних технологій у цій системі виступає Всеукраїнська військово-патріотична гра «Сокіл» («Джура»), яка є потужним комплексним чинником національно-патріотичного виховання та практичної підготовки, дозволяючи системно інтегрувати знання з історії України, козацьких традицій, військово-прикладної фізичної підготовки, спортивного туризму, тактики та домедичної допомоги

в єдиний змагально-ігровий простір, що у сукупності забезпечують максимальну концентрацію практичних навичок, формування лідерського досвіду, командного духу, глибокого патріотизму та високої психологічної стійкості молоді.

Висновки. Здійснений аналіз змістово-тематичної структури підготовки здобувачів профільної середньої освіти (10–11-і класи) засвідчує її високу системність, педагогічну наступність та спрямованість на формування цілісної готовності молоді до захисту держави в умовах сучасних безпекових викликів. Продемонстровано еволюційний перехід від фундаментального опанування військово-технічних навичок, стройової, вогневої та тактичної підготовки в поєднанні з базовою військово-прикладною фізичною підготовкою (10-й клас) до поглибленого засвоєння психолого-правових норм, цивільного захисту, міжнародного гуманітарного права та критично важливих протоколів екстреної домедичної допомоги (11-й клас). Така структура створює надійний базис, де фізична витривалість і рухова база гармонійно перетворюються на психологічну стійкість та здатність зберігати життя в екстремальних умовах. Центральним ядром методики виступає принцип «синхронізованого стресового навантаження», який реалізується через розмаїття інноваційних організаційних форм: бінарні та інтегровані заняття, комплексні ситуаційні мікросимуляції та польові тренування. Особливого значення набуває глибока інтеграція ігрових технологій і змагальних форматів (лазертаг-симуляції, військово-спортивні квести, командні естафети, командно-штабні рольові ігри), а також Всеукраїнської військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура»).

У сукупності запропонована система покликана забезпечувати не лише високий рівень практичної готовності, тактичної грамотності й фізичної підготовленості ліцеїстів, а і сприяти формуванню лідерських якостей, психологічної стійкості, командної взаємодії та глибокої патріотичної свідомості, що є ключовою умовою ефективної підготовки майбутніх захисників України.

Перспективним напрямом подальших розвідок є розробка комплексних діагностичних критеріїв та оцінювального інструментарію для вимірювання рівня сформованості практичних навичок і психологічної стійкості ліцеїстів, а також експериментальна перевірка ефективності структурно-функціональної моделі методики інтегрованого навчання здобувачів.

Список використаних джерел

1. Антошків Ю., Ковальчук А. Професійно-прикладна фізична підготовка курсантів вищих навчальних закладів МНС України : навчально-методичний посібник. Львів, 2007. 44 с.
2. Бака М. М. Фізичне і військово-патріотичне виховання молоді : навчально-методичний посібник. Київ : Книга пам'яті України, 2004. 464 с.
3. Бех І. Д., Канішевська Л. В., Малиношевський Р. В. Стратегія військово-патріотичного виховання дітей та молоді в системі освіти України: реалії та орієнтовні позиції. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2023. Вип. 5, № 2. С. 1–7. DOI: https://doi.org/10.37472/v.naes.2023.5202.
4. Військово-патріотичне виховання учнів в умовах ідейно-світоглядної конфронтації : навчально-методичний посібник / за ред. О. І. Остапенка. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2022. 165 с.
5. Захист України : дистанційний курс. Всеукраїнська школа онлайн. URL: https://lms.e-school.net.ua/courses/course-v1:UIED+UIED_06+2025/course/ (дата звернення: 08.09.2026).
6. Колєсніков В., Шепелев О., Омеляненко І. Основні напрями формування професійно важливих фізичних якостей майбутніх офіцерів міліції у вищих навчальних закладах зі спеціальними умовами навчання. *SWorldJournal*. 2026. Iss. 5 (36-05). P. 77–3. DOI: https://doi.org/10.30888/2663-5712.2026-36-05-063
7. Кремень В. Г., Топузов О. М., Ляшенко О. І., Мальований Ю. І., Засєкіна Т. М. Профільна середня освіта: концептуальні засади для нової української школи. *Вісник Національної академії педагогічних наук України.* 2023. Вип. 5, № 2. С. 1–8. DOI: https://doi.org/10.37472/v.naes.2023.5201.
8. Методика військово-патріотичного виховання учнів у закладах загальної середньої освіти : методичні рекомендації / за ред. М. В. Тимчика. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2022. 91 с.
9. Павлова Ю. О., Андрес А. С., Дух Т. І., Крижановський В. О., Швець В. Л. Сучасний стан організації фізичної підготовки курсантів закладів вищої освіти органів внутрішніх справ. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. *Серія 15 Науково-педагогічні проблеми фізичної культури*. 2021. Вип. 3 (133). С. 95–101. URL: https://enpuirb.udu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/52a34688-75ae-4c74-afe6-667fdc8da54c/content (дата звернення: 08.09.2026).
10. Про затвердження Державного стандарту профільної середньої освіти : Постанова Кабінету Міністрів України від 25 лип. 2024 р. № 851. *Офіційний вісник України*. 2024. № 71. Ст. 4249.
11. Про затвердження типової освітньої програми для закладів загальної середньої освіти : наказ Міністерства освіти і науки України від 18 серпня 2023 р. № 1014 (з урахуванням змін і доповнень до предмета «Захист України»). *Офіційний вісник України*. 2023. № 81. Ст. 5012.

12. Семененко А. Доцільність застосування військово-прикладних вправ на уроках фізичної культури учнями старших класів. *Фізична культура і спорт. Виклики сучасності* : збірник тез доп. IV Всеукр. наук.-практ. конф., м. Харків, 25 жовтня 2024 р. Харків. нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди / редкол.: Ю. Бойчук (голов. ред.) та ін. Харків, 2024. С. 188–190. URL: https://dspace.hnpu.edu.ua/handle/123456789/17049.

13. Тищенко О. І. Психолого-педагогічні умови патріотичного виховання студентів. *Юридична психологія*. 2020. № 1 (26). С. 22–30. DOI: https://doi.org/10.33270/03202601.22.

References

1. Antoshkiv Yu., Kovalchuk A. (2007). Profesiyno-prykladna fizychna pidhotovka kursantiv vyshchykh navchalnykh zakladiv MNS Ukrainy [Professionally applied physical training of cadets of higher educational institutions of the Ministry of Emergencies of Ukraine]: navchalno-metodychnyi posibnyk. Lviv.

2. Baka M. M. (2004). Fizychne i viiskovo-patriotychne vykhovannia molodi [Physical and military-patriotic education of youth]: navchalno-metodychnyi posibnyk. Knyha pam'yati Ukrainy.

3. Bekh I. D., Kanishevska L. V., Malynoshevskyi R. V. (2023). Stratehiia viiskovo-patriotychnoho vykhovannia ditei ta molodi v systemi osvity Ukrainy: realii ta orientovni pozytsii [Strategy of military-patriotic education of children and youth in the education system of Ukraine: Realities and tentative positions]. *Visnyk Natsionalnoi akademii pedahohichnykh nauk Ukrainy*, 5(2), 1–7. https://doi.org/10.37472/v.naes.2023.5202

4. Ostapenko O. I. (Ed.). (2022). Viiskovo-patriotychne vykhovannia uchniv v umovakh ideino-svitohliadnoi konfrontatsii [Military-patriotic education of students in the conditions of ideological and worldview confrontation]: navchalno-metodychnyi posibnyk. Imeks-LTD.

5. Vseukrainska shkola onlain. (2025). Zakhyst Ukrainy: dystantsiinyi kurs [Defense of Ukraine: Distance course]. Retrieved from: https://lms.e-school.net.ua/courses/course-v1:UIED+UIED_06+2025/course/.

6. Koliesnikov V., Shepelev O., Omelianenko I. (2026). Osnovni napriamy formuvannia profesiyno vazhlyvykh fizychnykh yakostei maibutnikh ofitseriv militsii u vyshchykh navchalnykh zakladakh zi spetsialnymy umovamy navchannia [Main directions of formation of professionally important physical qualities of future police officers in higher educational institutions with special training conditions]. *SWorldJournal*, 5(36-05), 77–83. https://doi.org/10.30888/2663-5712.2026-36-05-063.

7. Kremen V. H., Topuzov O. M., Lyashenko O. I., Malovanyi Yu. I., Zasiekina T. M. (2023). Profilna serednia osvita: kontseptualni zasady dlia novoi ukrainskoi shkoly [Profile secondary education: Conceptual foundations for the new Ukrainian school]. *Visnyk Natsionalnoi akademii pedahohichnykh nauk Ukrainy*, 5(2), 1–8. https://doi.org/10.37472/v.naes.2023.5201.

8. Tymchyk M. V. (Ed.). (2022). Metodyka viiskovo-patriotychnoho vykhovannia uchniv u zakladakh zahalnoi serednoi osvity [Methods of military-patriotic education of students in general secondary education institutions]: metodychni rekomendatsii. Imeks-LTD.

9. Pavlova Yu. O., Andres A. S., Dukh T. I., Kryzhanovskyi V. O., & Shvets, V. L. (2021). Suchasnyi stan orhanizatsii fizychnoi pidhotovky kursantiv zakladiv vyshchoi osvity orhaniv vnutrishnikh sprav [Current state of physical training organization of cadets of higher education institutions of internal affairs bodies]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova.* Seriia 15: *Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury*, 3(133), 95–101. Retrieved from: https://enpuirb.udu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/52a34688-75ae-4c74-afe6-667fdc8da54c/content.

10. Cabinet of Ministers of Ukraine. (2024, July 25). Pro zatverdzhennia Derzhavnoho standartu profilnoi serednoi osvity [On the approval of the State Standard of Profile Secondary Education] (Resolution No. 851). *Ofitsiinyi visnyk Ukrainy*, (71), Article 4249.

11. Ministry of Education and Science of Ukraine. (2023, August 18). Pro zatverdzhennia typovoi osvitnoi prohramy dlia zakladiv zahalnoi serednoi osvity [On the approval of the typical educational program for general secondary education institutions] (Order No. 1014). *Ofitsiinyi visnyk Ukrainy*, (81), Article 5012.

12. Semenenko A. (2024). Dotsilnist zastosuvannia viiskovo-prykladnykh vprav na urokakh fizychnoi kultury uchniamy starshykh klasiv [Feasibility of using military-applied exercises in physical education classes by high school students]. In Yu. Boichuk (Ed.), *Fizychna kultura i sport. Vyklyky suchasnosti [Physical culture and sports. Modern challenges]*: Zbirnyk tez dopovidei IV Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii (pp. 188–190). H. S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University. Retrieved from: https://dspace.hnpu.edu.ua/handle/123456789/17049.

13. Tyshchenko O. I. (2020). Psykholoho-pedahohichni umovy patriotychnoho vykhovannia studentiv [Psychological and pedagogical conditions of patriotic education of students]. *Jurydychna psykholohiia*, 1(26), 22–30. https://doi.org/10.33270/03202601.22.

Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

Дата першого надходження статті до видання: 09.09.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 30.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 16.11.2026