

УДК 355.233.2:796.83:355.085.5

DOI: [HTTPS://DOI.ORG/10.69468/2786-7544-2025-1-12](https://doi.org/10.69468/2786-7544-2025-1-12)

ПЕРСПЕКТИВИ ВПРОВАДЖЕННЯ БОКСУ В СИСТЕМУ ПІДГОТОВКИ КУРСАНТІВ ВІЙСЬКОВИХ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ: ПОЗИЦІЯ ВІЙСЬКОВИХ ФАХІВЦІВ

Христина ХІМЕНЕС, Купріян ГУЛЕЙ

Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, м. Львів, Україна

PROSPECTS FOR THE INTEGRATION OF BOXING METHODS INTO THE TRAINING SYSTEM OF FUTURE OFFICERS OF THE ARMED FORCES OF UKRAINE

Khristina KHIMENES, Kupriyan HULEI

Ivan Bobersky Lviv State University of Physical Culture, Lviv, Ukraine

Анотація.

Практика сучасної військової підготовки засвідчує потребу зміни підходів і пошуку нових ефективних засобів впливу на рівень майстерності майбутніх і чинних військовослужбовців. Зважаючи на тенденції реорганізації в системі фізичної підготовки курсантів військових закладів вищої освіти (ВЗВО), варто звернути увагу на можливі ефективні засоби та прийоми різних видів спорту, зокрема боксу як виду, який розвиває провідні для військовослужбовців фізичні й психологічні якості.

Мета дослідження — визначити доцільність і ключові напрями використання боксу у фізичній підготовці курсантів військових вищих навчальних закладів (на прикладі спеціальності «Управління механізованими підрозділами»).

Матеріали та методи. В основі дослідження були матеріали опитування фахівців військових закладів вищої освіти України. В опитуванні взяли участь 35 фахівців різних військових спеціальностей. Розроблена анкета містила 20 запитань, що стосувалися спеціальної фізичної підготовки курсантів

Abstract.

Modern military training practice demonstrates the need to change approaches and seek new effective methods to enhance the proficiency of future and active military personnel. Given the trends in the reorganization of the physical training system for cadets of military institutions of higher education, special attention should be paid to the potential effectiveness of various sports techniques, particularly boxing, which develops key physical and psychological qualities necessary for military personnel.

Research objective — to determine the feasibility and key directions of using boxing in the physical training of cadets in military higher education institutions (based on the example of the «Mechanized Unit Management» specialty).

Materials and methods. The study was based on a survey conducted among specialists from military institutions of higher education in Ukraine. The survey included 35 professionals from various military specialties. The developed questionnaire consisted of 20 questions related to the special physical

з акцентом на спеціальність «Управління механізованими підрозділами» і виявлення можливостей та перспектив використання прийомів боксу в програмах їхньої підготовки.

Результати. З'ясовано, що використання засобів боксу в підготовці курсантів бойових спеціальностей («Управління механізованими підрозділами», «Командири підрозділів танкових військ» та «Командири артилерії») є доцільним. Переважна більшість респондентів позитивно ставиться до введення засобів боксу до змісту навчальної дисципліни «Фізичне виховання та спеціальна фізична підготовка» курсантів спеціальності «Управління механізованими підрозділами». Найбільш доцільними засобами боксу для використання в підготовці курсантів є контратакувальні, захисні й атакувальні. Установлено, що заняття боксом сприяють розвиткові швидкості реагування, координованості рухів, самодисципліни, волі до перемоги, упевненості у власних можливостях і контролю емоцій у курсантів. Одержані результати свідчать про можливий позитивний вплив на рівень спеціальної підготовленості курсантів спеціальності «Управління механізованими підрозділами» участі в боксерських спарингах і змаганнях, а також про ефективність вивчення прийомів боксу для формування навичок безпеки бою.

Висновок. Результати дослідження підтверджують гіпотезу про доцільність використання засобів боксу в підготовці курсантів спеціальності «Управління механізованими підрозділами» та дають змогу рекомендувати введення курсу боксу до програми навчальної дисципліни «Фізичне виховання та спеціальна фізична підготовка» курсантів ВЗВО.

Ключові слова: курсанти, фізична підготовленість, військові заклади вищої освіти, засоби боксу.

training of cadets, with a focus on the specialty «Mechanized Unit Management» and the potential use of boxing techniques in their training programs.

Results. The study found that the use of boxing methods in the training of cadets in combat specialties («Mechanized Unit Management,» «Tank Unit Commanders» and «Artillery Commanders») is appropriate. The vast majority of respondents expressed a positive attitude toward incorporating boxing techniques into the «Physical Education and Special Physical Training» curriculum for cadets specializing in «Mechanized Unit Management». The most relevant boxing techniques for cadet training include counterattacking, defensive, and offensive strategies. It was determined that boxing training contributes to the development of reaction speed, movement coordination, self-discipline, determination to win, self-confidence, and emotional control in cadets. The obtained results indicate a potentially positive impact on the level of specialized training for cadets in the «Mechanized Unit Management» specialty through participation in boxing sparring sessions and competitions. Additionally, the study confirms the effectiveness of learning boxing techniques for developing combat safety skills.

Conclusions. The results of the study confirm the hypothesis regarding the feasibility of using boxing techniques in the training of cadets specializing in «Mechanized Unit Management» and support the recommendation to integrate a boxing course into the «Physical Education and Special Physical Training» curriculum in military institutions of higher education.

Keywords: cadets, physical fitness, military institutions of higher education, boxing methods.

Вступ. В умовах сучасних військових конфліктів значно зростають вимоги до фізичної підготовленості військовослужбовців. Специфіка бойових дій характеризується високою інтенсивністю, швидкою зміною тактичної обстановки та потребою миттєво вирішувати в умовах стресу. Особливої актуальності набуває вдосконалення системи фізичного виховання у військових закладах вищої освіти (ВЗВО), оскільки саме в процесі навчання закладаються фундаментальні навички майбутніх військових.

Для курсантів спеціальності «Управління механізованими підрозділами» потрібне формування не лише високого рівня фізичної підготовленості, а й специфічних навичок, що гарантуватимуть безпеку ведення бою, включно з розвитком ситуаційної обізнаності, швидкості реакції та точності рухів.

Досвід проведення військових операцій в Іраку, Афганістані та під час російсько-української війни демонструє потребу підготовки військовослужбовців не тільки до використання зброї та техніки, а й до рукопашних сутичок, які можуть виникати під час виконання завдань у населених пунктах або коли використання зброї неможливе.

Способи підвищення ефективності фізичної підготовки військовослужбовців Збройних сил досліджували науковці [1, 2, 3, 4, 5 та ін.]. Одним із потенційно ефективних засобів є бокс, який сприяє розвитку фізичних (сили, витривалості, координації) та морально-вольових якостей (рішучості, психологічної стійкості), а також формуванню навичок самозахисту.

У наукових працях [7, 8, 9, 10, 11] особливо увагу приділено вивченню ефективності різних видів єдиноборств у процесі фізичної та психологічної підготовки військовослужбовців. Дослідження О. В. Петренка, М. В. Кузнєцова та С. Л. Федорчук [12] демонструє, що впровадження елементів рукопашного бою сприяє суттєвому підвищенню боєздатності та адаптаційних можливостей в екстремальних умовах.

У праці Т. Г. Коваленко [13] доведено, що регулярні заняття єдиноборствами зумовлюють значне поліпшення показників фізичної підготовленості, особливо

координації рухів і швидкості реакції. Науковці А. М. Соколов [14] і П. В. Дмитрієв [15] аналізують досвід упровадження східних єдиноборств у країнах НАТО, відзначаючи формування специфічного тактичного мислення для ефективного ведення ближнього бою.

Автор К. О. Іванов [16] вказує на позитивний вплив боксерських тренувань на поліпшення реакції, концентрації уваги та здатності швидко оцінювати ситуацію, що критично важливо під час бойових дій. Дослідники В. М. Ковальчук, І. Г. Бондаренко та Р. В. Павлов [17] демонструють, що використання елементів бойових мистецтв сприяє формуванню психологічної готовності до бою та розвитку бойової агресивності.

Дослідники відзначають поліпшення таких показників, як загальна фізична підготовленість, координаційні здібності, швидкість реакції, психологічна стійкість, концентрація уваги й тактичне мислення під час ведення ближнього бою.

За даними А. П. Ковальчука [18], понад 78 % опитаних курсантів вважає, що введення елементів боксу допоможе їм ліпше підготуватися до майбутньої служби. Зокрема, В. О. Мельник [19] зазначає, що 82 % інструкторів та офіцерів із бойовим досвідом визнають бокс ефективним засобом для розвитку якостей, потрібних для ведення ближнього бою.

Попри наявні дослідження, питання доцільності й ефективності введення боксу до програми навчальної дисципліни «Фізичне виховання та спеціальна фізична підготовка» для курсантів спеціальності «Управління механізованими підрозділами» залишається недостатньо вивченим. Немає комплексних досліджень щодо оптимального обсягу тренувань, найефективніших елементів боксерської техніки, довгострокового впливу на бойову ефективність і спеціалізованих методик викладання, адаптованих до потреб військовослужбовців.

Варто виявити й обґрунтувати найбільш доцільні прийоми боксу для підвищення рівня фізичної підготовленості, розвитку морально-вольових якостей і формування навичок безпеки бою у курсантів, а також інтегрувати ці елементи з іншими

компонентами військово-прикладної фізичної підготовки.

Тож актуальність дослідження зумовлена потребою вдосконалення системи фізичної підготовки курсантів завдяки введенню елементів боксу, що потенційно здатні підвищити ефективність формування необхідних фізичних і психологічних якостей майбутніх офіцерів в умовах сучасних військових конфліктів.

Матеріали дослідження. До опитування в межах дослідження залучено 35 фахівців військових спеціальностей, зокрема викладачів кафедр фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки та спорту провідних військових закладів вищої освіти України. Серед них були Національна академія Сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного; Військовий інститут танкових військ НТУ «ХПІ»; Харківський національний університет Повітряних Сил імені Івана Кожедуба; Одеська військова академія.

Особливу увагу приділено фахівцям, які безпосередньо працюють з курсантами спеціальності «Управління механізованими підрозділами».

Основна мета опитування — визначити доцільність упровадження елементів боксу в програму навчальної дисципліни «Фізичне виховання та спеціальна фізична підготовка» для курсантів і виявити найефективніші прийоми боксу для підвищення рівня фізичної підготовленості, розвитку

морально-вольових якостей і формування навичок безпеки бою.

Розроблена анкета містила 20 запитань закритого й відкритого характеру і складалася з двох частин: паспортної (військове звання, фахова спеціальність, стаж роботи у ВЗВО, досвід роботи з курсантами різних спеціальностей) та основної (питання про доцільність упровадження елементів боксу, оптимального обсягу годин, найефективніших технічних прийомів і їхнього впливу на різні аспекти підготовки курсантів).

Результати дослідження. У розробленій анкеті респондентам було запропоновано висловити власну думку про важливість якостей, які потрібні для належного рівня професійної підготовленості в межах спеціальності «Управління механізованими підрозділами».

Після аналізу відповідей респондентів визначено, що пріоритетним для цієї військової спеціальності є високий рівень здатності до ухвалення рішень під тиском зовнішніх чинників (86 % відповідей). Не менш важлива наявність у майбутніх офіцерів спеціальності «Управління механізованими підрозділами» лідерських якостей (85 % відповідей). Силу витривалість опитані фахівці також відзначили як одну з пріоритетних у структурі професійної підготовленості майбутніх офіцерів (82 % відповідей). Значна кількість респондентів (80 %) відзначили потребу в належному вихованні морально-вольових якостей і наявність

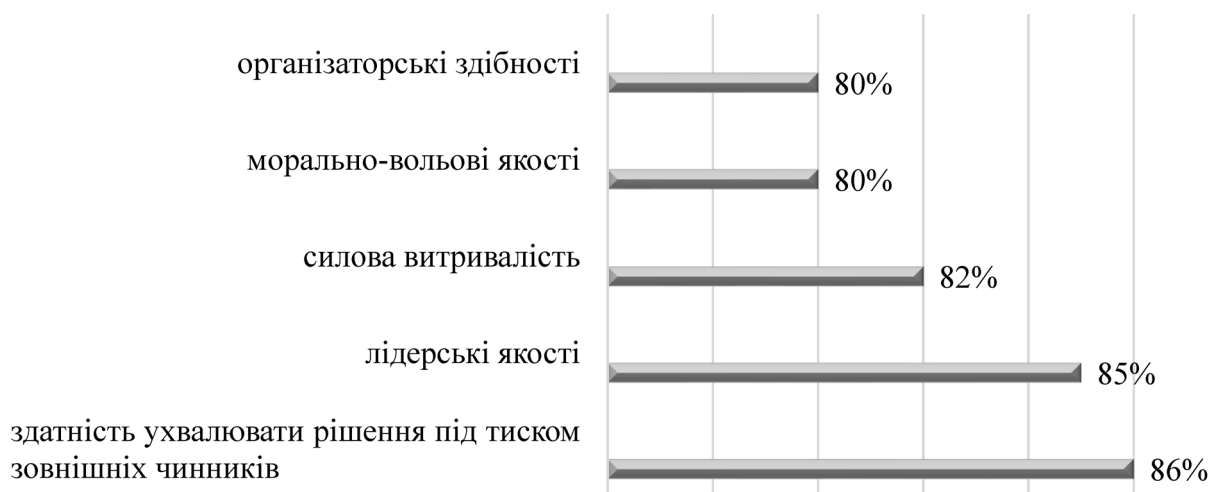


Рис. 1. Важливі якості в структурі професійної підготовленості майбутніх офіцерів спеціальності «Управління механізованими підрозділами»

організаторських здібностей в охочих бути офіцерами в межах цієї військової спеціальності (див. рис. 1).

Одержані відповіді чітко демонструють, що респонденти мають добре уявлення про потрібні професійні якості командира механізованого підрозділу. Командир механізованого підрозділу — це складна й багатогранна професія, яка вимагає від фахівця високого рівня всебічної підготовленості. Постійна робота над собою, прагнення до самовдосконалення й готовність до подолання труднощів — ключові чинники успіху в цій діяльності.

Зміст наступного запитання анкети передбачав з'ясування думки фахівців про доцільність використання засобів боксу в підготовці курсантів різних військових спеціальностей, вказаних в анкеті. Відповіді респондентів відрізнялися в частині пріоритетності військових спеціальностей, для яких це було б актуальним (рис. 2). Тож 100 % респондентів вважають за потрібне використання засобів боксу в підготовці курсантів спеціальності «Управління механізованими підрозділами». Ще 56 % опитаних відзначило у відповідях спеціальність «Командири підрозділів танкових військ». Серед усіх опитаних 50 % учасників вказало

і на спеціальність «Командири артилерії». На доцільності застосування засобів боксу 38 % респондентів наголошують і в межах підготовки майбутніх офіцерів зі спеціальності «Командири підрозділів інженерних військ». Серед опитаних 35 % вказало, що застосування засобів цього виду спорту буде доречним і в підготовці фахівців з морально-психологічного забезпечення й фахівців з комплексів та приладів артилерійської розвідки. Серед інших спеціальностей, для яких респонденти визначили важливість застосування засобів боксу, — які не передбачають безпосереднього бою, таких як фахівці з морально-психологічного забезпечення чи військові культурологи. Тож можна стверджувати про актуальність застосування засобів боксу в підготовці широкого спектра військових спеціальностей курсантів як базового елемента формування навичок безпеки бою, незалежно від їхньої майбутньої ролі. Такий досвід наявний, його вдало застосовують у військових академіях США та Великої Британії, де бокс уведено до навчальних програм як обов'язкову дисципліну для курсантів.

Було важливо з'ясувати ставлення фахівців до можливості введення засобів боксу до змісту навчальної дисципліни



Рис. 2. Доцільність використання засобів боксу в підготовці курсантів різних військових спеціальностей

«Фізичне виховання та спеціальна фізична підготовка» курсантів спеціальності «Управління механізованими підрозділами». Виявлено, що переважна більшість респондентів (95 %) позитивно ставиться до цього і лише 5 % опитаних не бачать такої можливості (рис. 3).

Щоб визначити рівень потреби в застосуванні засобів боксу в підготовці курсантів спеціальності «Управління механізованими підрозділами», запропонували шкалу оцінювання від 1 до 5, де 1 — найнижчий рівень, 5 — найвищий. Думки респондентів розподілилися щодо цього запитання (рис. 4). Найвищий рівень потреби зазначив у відповідях 41 % фахівців, решта опитуваних розподілилася у відповідях так: 4–18 % респондентів, 3–35 % респондентів, 2–5 % респондентів, 1 — не одержав підтримки.

Під час проведеного опитування визначено, які засоби боксу, на думку респондентів, найбільш доцільно використовувати в процесі підготовки курсантів спеціальності «Управління механізованими підрозділами». Потребу в акцентованому розучуванні контратакувальних прийомів відзначило 82 % опитаних, важливість уведення до змісту навчання захисних прийомів визначило 74 % респондентів. Також серед опитаних 71 % учасників відзначив важливість уведення до програми підготовки курсантів досліджуваної спеціальності атакувальних прийомів (див. рис. 5).

Більшість респондентів вважає позитивним і визнає важливість уведення курсу з боксу до змісту програми навчальної

дисципліни «Фізичне виховання та спеціальна фізична підготовка» курсантів спеціальності «Управління механізованими підрозділами». Найбільш затребуваними, на думку респондентів, є навчання контратакувальних прийомів, щоб опанувати навички самозахисту й ефективної протидії опонентові в ближньому бою. Також відзначено потребу навчання захисних та атакувальних прийомів, що теж вказує на розуміння необхідності комплексної підготовки, яка допоможе діяти ефективно в різних бойових ситуаціях.

Одержані результати опитування свідчать про позитивну думку 100 % респондентів щодо впливу участі в боксерських спарингах і змаганнях на рівень спеціальної підготовленості курсантів спеціальності «Управління механізованими підрозділами». Адже в змагальній боксерській ситуації організм людини мобілізується більш ефективно до високих фізичних навантажень, розвивається здатність ухвалювати правильні рішення в стресових ситуаціях, що можуть виникнути під час виконання бойових завдань.

У контексті поставлених у дослідженні завдань запитували в респондентів, чи сприятиме вивчення прийомів боксу ефективнішому формуванню навичок безпеки бою. Отже, 97 % фахівців вважає, що вивчення прийомів боксу результативно впливатиме на формування навичок безпеки бою, решта 3 % опитаних висловила думку, що ні (див. рис. 6). Що вивчення прийомів боксу допомагає курсантам краще контролювати

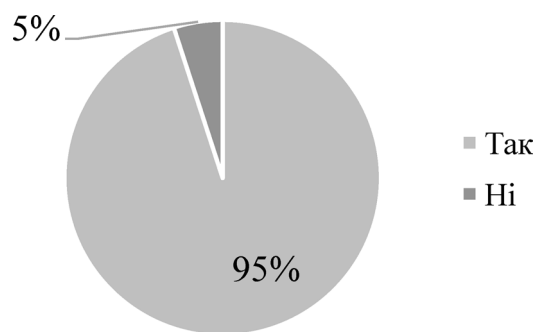


Рис. 3. Доцільність уведення засобів боксу до змісту дисципліни «Фізичне виховання та спеціальна фізична підготовка» курсантів спеціальності «Управління механізованими підрозділами»

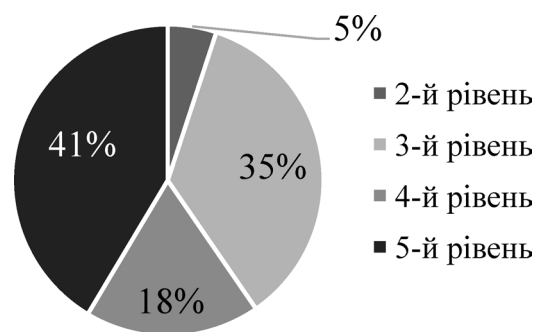


Рис. 4. Рівень потреби в застосуванні засобів боксу в підготовці курсантів спеціальності «Управління механізованими підрозділами»

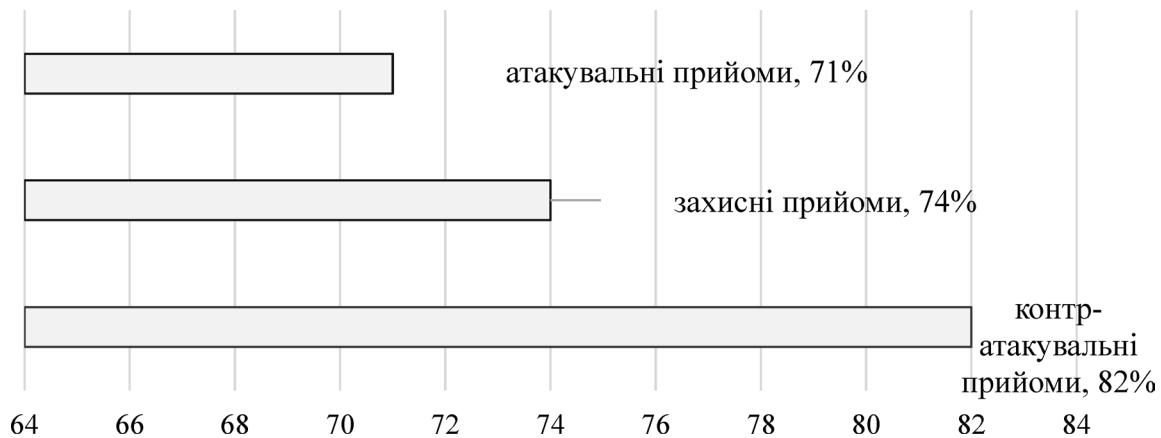


Рис. 5. Рівень потреби в застосуванні засобів боксу в підготовці курсантів спеціальності «Управління механізованими підрозділами»

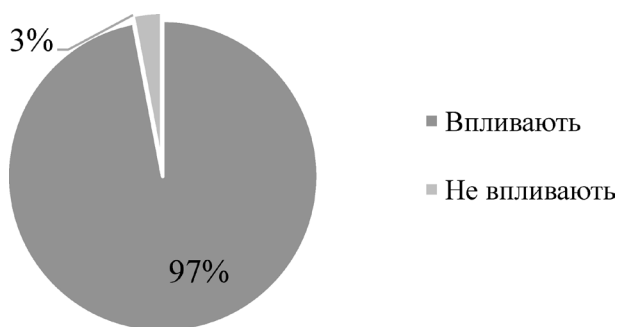


Рис. 6. Вплив засвоєних прийомів боксу на формування навичок безпеки бою в курсантів



Рис. 7. Вплив засвоєних прийомів боксу на можливість контролювати своє тіло під час бою

своє тіло під час бою, вважають 97 % опитаних респондентів і лише 3 % не впевнені в тому, що засоби боксу не матимуть такого впливу.

Засвоєння прийомів боксу допомагає курсантам краще контролювати своє тіло під час бою. Так вважає 97 % опитаних респондентів, і лише 3 % не впевнені в тому, що це вміння матиме такий вплив (рис. 7).

Важливо було пересвідчитися в тому, що фахівці вважають навички безпеки бою, одержані через вивчення прийомів у боксі, корисними в реальних бойових умовах (див. рис. 8). Більшість респондентів (85 %) відповіла ствердно, проте ще 9 % думають, що такі навички не матимуть позитивного впливу на ситуацію реального бою з ворогом і 6 % опитаних не мають однозначної думки щодо цього.

Отже, з одержаних результатів доцільно вивчати вагомість інтеграції боксерської

підготовки до змісту навчальної програми дисципліни «Фізичне виховання та спеціальна фізична підготовка» у ВЗВО. Навички, здобуті в процесі занять боксом, можуть бути ефективними в реальних бойових умовах, оскільки мають безпосереднє практичне застосування в ситуаціях, які потребують самозахисту, і в ситуаціях атакуючого характеру. Підготовка в боксі дає змогу формувати арсенал важливих для виживання в бойових умовах навичок, ефективно використовувати обмежений простір і уникати ударів противника.

В анкеті було запропоновано також блок запитань про переваги застосування засобів боксу для розвитку швидкості реагувань, удосконалення рівня фізичної витривалості й координації рухів курсантів. Результати відповідей продемонстрували, що 68 % респондентів вважає, що заняття боксом більш ефективно розвиватимуть швидкість

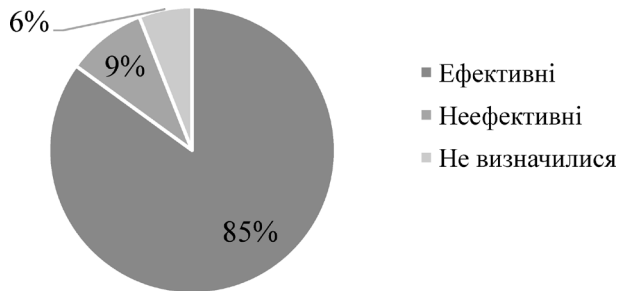


Рис. 8. Ефективність прийомів боксу в умовах реальних бойових ситуацій

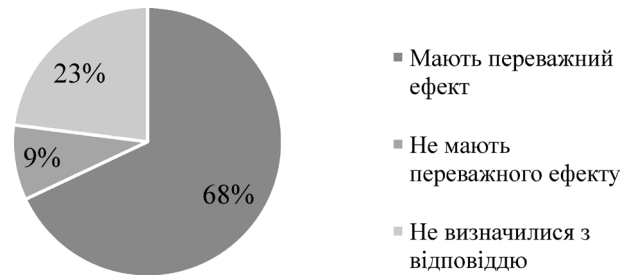


Рис. 9. Ефективність застосування засобів боксу для розвитку швидкості реагувань у курсантів, як порівняти із засобами інших видів фізичної активності

реагування в курсантів, як порівняти з іншими засобами. Ще 9 % респондентів надали негативну відповідь, а 23 % не визначилося щодо переваг (рис. 9). Водночас такий результат свідчить про те, що заняття боксом можуть бути цінним інструментом для підготовки майбутніх офіцерів ЗСУ, адже і практика підготовки боксерів засвідчує високий рівень розвитку швидкості реагувань, яка також має вкрай важливе значення у військовій підготовці.

Що стосується переваг заняття боксом перед іншими засобами в удосконаленні фізичної витривалості курсантів, то тут думки респондентів дещо відрізнялися (рис. 10).

З усіх опитаних фахівців 42 % вважає, що заняття боксом мають перевагу, однак 52 % не поділяє їхню думку, а 6 % не визначилися зі своєю відповіддю. Така неоднозначність може свідчити, що фахівці розуміють різноманітність прояву витривалості як фізичної якості. Її розвиток може відбуватися із застосуванням широкого кола різноманітних засобів. Водночас засоби боксу можуть суттєво сприяти розвитку, зокрема, загальної та силової витривалості й бути суттєвим доповненням до переліку таких у програмах підготовки курсантів ВЗВО.

Думки респондентів щодо переваги засобів боксу в удосконаленні координації рухів курсантів, як порівняти із засобами інших видів спорту й активності, розподілилися так (рис. 11): перевагу засобам боксу віддало 56 % респондентів, ще 32 % опитаних висловило думку, що такої переваги немає і 12 % не визначилося з відповіддю на це питання однозначно. Ці результати підтверджують традиційні уявлення про бокс як про вид спорту, який вимагає високого рівня прояву

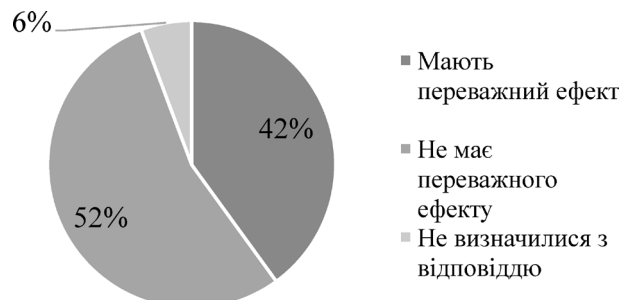


Рис. 10. Ефективність застосування засобів боксу для розвитку витривалості в курсантів, як порівняти із засобами інших видів фізичної активності



Рис. 11. Ефективність застосування засобів боксу для розвитку координації рухів у курсантів, як порівняти із засобами інших видів фізичної активності

координації рухів. Тож заняття боксом протягом тривалого часу вважають ефективним засобом для розвитку координації рухів, що проявляється у злагодженості дій рук і ніг, умінні ухилятися від ударів і одночасно завдавати свої у відповідь.

Також з'ясовано думку респондентів про вплив застосування засобів боксу на психологічний стан курсантів, розвиток у них стійкості до стресових ситуацій. Щоб одержати результат, запропонували відповісти

на певні запитання. Зокрема, запитували, чи боксерські навички можуть допомогти курсантам ліпше контролювати свої емоції під час бою. Серед опитаних 70 % фахівців надало позитивну відповідь. Серед решти учасників анкетування 15 % респондентів відзначило, що ці навички особливо не вплинуть на контроль емоцій курсантів, і стільки ж вказали, що не знають, чи можливий такий ефект (рис. 12).

Одержані результати підтверджують, що боксерські навички можуть мати вагомий вплив на можливості контролю емоцій майбутніх офіцерів в екстремальних бойових ситуаціях, адже аналогічно до боксерського поєдинку в бойових військових умовах важливо зберігати спокій та ухвалювати зважені рішення в стресових ситуаціях. Регулярні тренування в умовах високого фізичного та психологічного напруження загартовують організм і психіку, підвищуючи стійкість до стресу. Заняття боксом допомагають навчитися терпіти біль і дискомфорт, що є важливою навичкою в екстремальних ситуаціях.

Наступне запитання стосувалося сприяння занять боксом формуванню самодисципліни та волі до перемоги в курсантів. Аналіз результатів відповідей вказав, що 97 % респондентів вважає цей вплив однозначно позитивним і лише 3 % опитаних висловили думку, що заняття не матимуть вираженого впливу на ці компоненти психологічної підготовленості курсантів (рис. 13).

Респонденти загалом високо оцінили використання засобів боксу для розвитку зазначених психологічних якостей у курсантів. Відзначимо, що на заняттях із боксу наявні чіткі вимоги до виконання поставлених завдань, дотримання режиму тренувань, їх систематичності. Усе це сприяє формуванню самодисципліни. Також заняття боксом вимагають постійної боротьби з власною втомою та суперником, що розвиває впевненість у своїх силах і прагнення до досягнення мети.

Схоже запитання в переліку стосувалося і впливу занять боксом на формування та прояв впевненості у власних можливостях курсантів. Одержали не менш ствердні відповіді респондентів щодо позитивного впливу. Серед опитаних погодилося 97 % респондентів, тоді як 3 % відповіли, що



Рис. 12. Вплив освоєних прийомів боксу на контроль емоцій під час бою в курсантів



Рис. 13. Ефективність впливу занять боксом на формування самодисципліни й волі до перемоги в курсантів



Рис. 14. Ефективність впливу занять боксом на формування впевненості у власних можливостях у курсантів

не переконані в позитивності впливу (рис. 14).

Результати опитування демонструють, що більшість респондентів впевнена в позитивному впливі занять боксом на підвищення впевненості курсантів у своїх можливостях. Ця психологічна якість важлива для успішної військової служби, оскільки допомагає ефективно діяти в екстремальних ситуаціях, захистити себе й товаришів, підвищити боєздатність підрозділу завдяки впевненим і рішучим діям. Навички, одержані

на боксерському рингу, можна безпосередньо застосовувати під час виконання бойових завдань, підвищуючи шанси на успіх.

Отже, використовуючи засоби боксу в процесі підготовки курсантів ВВНЗ, на думку більшості респондентів, можна розв'язати актуальну проблему підвищення рівня впевненості у своїх можливостях у курсантів та, відповідно, формування лідерських якостей.

Командна співпраця й довіра серед курсантів є беззаперечно одним із найважливіших аспектів підготовки майбутніх офіцерів. Саме ці якості становлять фундамент для успішного виконання поставлених завдань в умовах колективної діяльності та невід'ємну частину військової служби. Саме тому запитували думку респондентів, чи сприяють заняття боксом формуванню командної співпраці та довіри між курсантами.

Одержані результати опитування демонструють розбіжність думок респондентів (рис. 15). Хоча більшість (56 % опитаних) вважає, що бокс сприяє зміцненню командного духу, значна частина (26 % опитаних) усе ж має протилежний погляд. Крім того, 18 % респондентів не має однозначної думки з цього питання.

Щодо позитивного впливу, то ми пов'язуємо його з тим, що під час тренувань курсантам доводиться працювати в парах або невеликих групах, що вимагає взаєморозуміння, довіри один до одного й допомоги колегам.

Бокс часто передбачає досягнення спільної мети — перемоги в змаганнях, що об'єднує команду й стимулює взаємодопомогу. Звертаючи увагу на думку частини респондентів про те, що заняття боксом не матимуть позитивного впливу на формування командної співпраці та довіри між курсантами, можна її пов'язати з тим, що бокс — індивідуальний вид спорту, де кожен бореться за свою перемогу. Та все ж, на нашу думку, тут є декілька важливих аспектів, які стосуються побудови самих занять боксом. Зокрема, викладач під час занять повинен наголошувати на командній

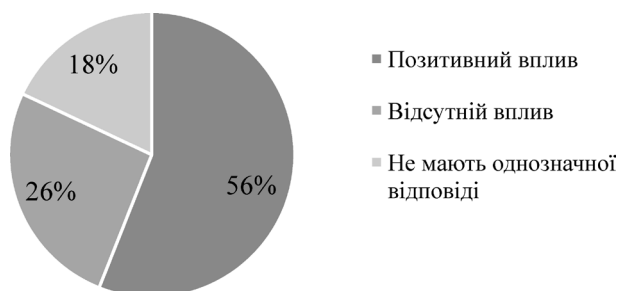


Рис. 15. Вплив занять боксом на формування командної співпраці й довіри між курсантами

роботі та взаємодії, комбінувати командні й індивідуальні вправи, стимулювати розвиток лідерських якостей у спортсменів, які зможуть об'єднувати команду, а також проводити психологічні тренінги для розвитку навичок командної довіри.

Висновок. Проведене дослідження підтверджує гіпотезу про доцільність використання засобів боксу в підготовці курсантів спеціальності «Управління механізованими підрозділами». Більшість респондентів відзначила позитивний їх вплив на розвиток фізичних якостей, психологічної стійкості й навичок самооборони. Відзначено, що бокс сприяє формуванню таких важливих якостей, як дисципліна, воля до перемоги, самоконтроль і впевненість у собі.

Одержані результати дають змогу рекомендувати введення курсу боксу до програми навчальної дисципліни «Фізичне виховання та спеціальна фізична підготовка» курсантів ВЗВО спеціальності «Управління механізованими підрозділами». Водночас треба розробити спеціальні програми тренувань, які б ураховували специфіку військової підготовки та були б спрямовані на досягнення конкретних навчальних цілей.

Перспективним напрямком подальших досліджень є експериментальна перевірка реалізації авторського розділу «Бокс» у програмі з фізичного виховання та спеціальної фізичної підготовки курсантів спеціальності «Управління механізованими підрозділами».

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Михнюк, О. В., Русанівський, С. В., Безпальй, С. М., Федченко, О. С., Крук, О. М., Лисик, Р. В., & Штома, В. Д. (2021). Спортивне орієнтування як засіб фізичної підготовки курсантів. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*, (11(143)), 96–99. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.11\(143\).20](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.11(143).20)
2. Откидач, В. С., Ольховий, О. М., Корчагин, М. В., Юр'єв, С. О., & Авраменко, О. О. (2021). Вплив занять військово-спортивним багатоборством на показники спеціальної фізичної підготовленості курсантів ВВНЗ. *Український журнал медицини, біології і спорту*, 3(31), 374–380.
3. Pylypchak, I., & Loiko, O. (2018). Авторська програма фізичної підготовки курсантів вищих військових навчальних закладів у період первинної підготовки з використанням засобів кросфіту. *Physical education, sport and health culture in modern society*, (2 (42)), 38–42.
4. Капинос, І. М. (2021). Розвиток силової витривалості військовослужбовців засобами гімнастики та легкої атлетики. У *Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту ЗСУ, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України* (с. 166–168). НУОУ імені Івана Черняхівського.
5. Гнидюк, О. П., & Соломна, А. В. (2022). Гирьовий спорт — переваги та недоліки зайняття ним серед курсантів вищих військових навчальних закладів. У *Сучасні аспекти модернізації науки: стан, проблеми, тенденції розвитку* (с. 265).
6. Куришко, Є. А. (2022). Аналіз досвіду впровадження військово-прикладних вправ в арміях провідних країн членів НАТО. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*, (9(154)), 50–54. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.9\(154\).12](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.9(154).12)
7. Лойко, О., Хіменес, Х., & Гулей, К. (2023). Бокс як ефективний засіб формування навичок безпеки бою в курсантів військових закладів вищої освіти: постановка проблеми. *Scientific Collection «InterConf+»*, (40(183)), 577–584.
8. Кіндзер, Б. М., Нікітенко, С. А., Даріуш, В., & Цигановська, Н. В. (2023). Удосконалення системи спеціальної фізичної підготовки шляхом впровадження засобів східних однокористувачів (на прикладі кіокушинкай карате) в спецпідрозділах Збройних сил України. У *Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту ЗСУ, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України* (с. 179–181). НУОУ імені Івана Черняхівського.
9. Костів, С. Ф., & Гуро, О. Р. (2024). Розвиток спеціальних фізичних якостей курсантів засобами рукопашного бою під час правового режиму воєнного стану. *Міжнародна та національна безпека: теоретичні і прикладні аспекти: матеріа-*

REFERENCES

1. Mykhniuk, O. V., Rusanivskyi, S. V., Bezpalii, S. M., Fedchenko, O. S., Kruk, O. M., Lysyk, R. V., & Shtoma, V. D. (2021). Sports orienteering as a means of physical training of cadets. *Scientific Journal of the Ukrainian State University named after Mykhailo Drahomanov. Series 15*, (11(143)), 96–99. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.11\(143\).20](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.11(143).20)
2. Otkydach, V. S., Olkhovyi, O. M., Korchahin, M. V., Yuriev, S. O., & Avramenko, O. O. (2021). Influence of military-sports all-around training on the indicators of special physical fitness of cadets of HEIs. *Ukrainian Journal of Medicine, Biology and Sports*, 3(31), 374–380.
3. Pylypchak, I., & Loiko, O. (2018). Author's program of physical training for cadets of higher military educational institutions during the initial training period using CrossFit tools. *Physical education, sport and health culture in modern society*, (2(42)), 38–42.
4. Kapynos, I. M. (2021). Development of muscular endurance of servicemen by means of gymnastics and athletics. In *Modern trends and prospects for the development of physical training and sports of the Armed Forces of Ukraine, law enforcement agencies, rescue and other special services on the way to Euro-Atlantic integration of Ukraine* (p. 166–168). Ivan Cherniakhovskyi National Defense University of Ukraine.
5. Hnydiuk, O. P., & Solomna, A. V. (2022). Kettlebell sport — advantages and disadvantages among cadets of higher military educational institutions. In *Modern aspects of the modernization of science: state, problems, development trends* (p. 265).
6. Kuryshko, Ye. A. (2022). Analysis of the experience of implementing military-applied exercises in the armies of leading NATO member countries. *Scientific Journal of the Ukrainian State University named after Mykhailo Drahomanov. Series 15*, 9(154), 50–54. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.9\(154\).12](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.9(154).12)
7. Loiko, O., Jimenez, J., & Hulei, K. (2023). Boxing as an effective means of forming combat safety skills in cadets of military higher educational institutions: problem statement. *Scientific Collection «InterConf+»*, (40(183)), 577–584.
8. Kindzer, B. M., Nikitenko, S. A., Dariusz, V., & Tsyhanovska, N. V. (2023). Improving the system of special physical training by introducing martial arts means (on the example of Kyokushin Karate) in special forces of the Armed Forces of Ukraine. In *Modern trends and prospects for the development of physical training and sports of the Armed Forces of Ukraine, law enforcement agencies, rescue and other special services on the way to Euro-Atlantic integration of Ukraine* (pp. 179–181). Ivan Cherniakhovskyi National Defense University of Ukraine.
9. Kostiv, S. F., & Huro, O. R. (2024). Development of special physical qualities of cadets by means of hand-to-hand combat during martial law.
10. Yeriomenko, E. A. (2022). Methods of introducing combat horting athletes to the elements of initial military knowledge.

- ли VIII Міжнар. наук. — практ. конф. (с. 595–597). ДДУВС.
10. Єрьоменко, Е. А. (2022). Методи ознайомлення спортсменів бойового хортингу з елементами початкових військових знань. *Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України: матеріали Міжнар. наук.-практ. конф.* (с. 1441–1458).
 11. Юр'єв, С. О., Михнюк, О. В., Родіонов, М. О., Нікітін, А. М., Биков, Р. Г., Полозенко, Д. П., Підпригора, М. В., & Ареф'єва, Л. П. (2021). Роль та місце військово-прикладних видів спорту у фізичній підготовці майбутніх офіцерів збройних сил України. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*, 5(136), 149–152. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.5\(135\).36](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.5(135).36)
 12. Петренко, О. В., Кузнєцов, М. В., & Федорчук, С. Л. (2023). Вплив занять рукопашним боєм на боєздатність військовослужбовців спеціальних підрозділів. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*, 7(155), 92–101.
 13. Коваленко, Т. Г. (2021). Розвиток координаційних здібностей курсантів ВЗВО засобами бойового самбо. *Науковий вісник Львівської академії*, 3(28), 139–147.
 14. Соколов, А. М. (2022). Міжнародний досвід впровадження східних єдиноборств у систему військової підготовки. *Військова освіта*, 5(44), 210–219.
 15. Дмитрієв, П. В. (2023). Аналіз досвіду країн НАТО щодо використання бойових мистецтв у системі підготовки військовослужбовців. *Науковий вісник Інституту професійно-технічної освіти НАПН України*, 2(25), 156–164.
 16. Іванов, К. О. (2022). Вплив занять боксом на розвиток психофізіологічних якостей курсантів військових закладів вищої освіти. *Український журнал військової медицини*, 4(2), 78–87.
 17. Ковальчук, В. М., Бондаренко, І. Г., & Павлов, Р. В. (2023). Формування психологічної готовності до бойових дій засобами бойових мистецтв. *Проблеми екстремальної та кризової психології*, 33, 113–122.
 18. Ковальчук, А. П. (2021). Дослідження ставлення курсантів до впровадження елементів боксу в програму фізичної підготовки. *Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки*, 41, 67–74.
 19. Мельник, В. О. (2022). Експертна оцінка ефективності елементів бойових мистецтв для підготовки військовослужбовців механізованих підрозділів. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*, 5(151), 105–113.
 20. Yuriev, S. O., Mykhniuk, O. V., Rodionov, M. O., Nikitin, A. M., Bykov, R. H., Polozenko, D. P., ... & Arefieva, L. P. (2021). The role and place of military-applied sports in the physical training of future officers of the Armed Forces of Ukraine.
 21. Petrenko, O. V., Kuznetsov, M. V., & Fedorchuk, S. L. (2023). Influence of hand-to-hand combat training on the combat readiness of special forces servicemen. *Scientific Journal of the National Pedagogical University named after M. P. Drahomanov*, 7(155), 92–101.
 22. Kovalenko, T. H. (2021). Development of coordination abilities of cadets of HEIs by means of combat sambo. *Scientific Bulletin of the Flight Academy*, 3(28), 139–147.
 23. Sokolov, A. M. (2022). International experience in the introduction of Eastern martial arts into the military training system. *Military Education*, 5(44), 210–219.
 24. Dmytriiev, P. V. (2023). Analysis of NATO countries' experience in using martial arts in the training system of servicemen. *Scientific Bulletin of the Institute of Vocational Education of the NAPS of Ukraine*, 2(25), 156–164.
 25. Ivanov, K. O. (2022). Influence of boxing classes on the development of psychophysiological qualities of cadets of military higher educational institutions. *Ukrainian Journal of Military Medicine*, 4(2), 78–87.
 26. Kovalchuk, V. M., Bondarenko, I. H., & Pavlov, R. V. (2023). Formation of psychological readiness for combat by means of martial arts. *Problems of Extreme and Crisis Psychology*, 33, 113–122.
 27. Kovalchuk, A. P. (2021). Study of cadets' attitudes toward the introduction of boxing elements in the physical training program. *Youth Scientific Bulletin of Lesya Ukrainka Eastern European National University*, 41, 67–74.
 28. Melnyk, V. O. (2022). Expert evaluation of the effectiveness of martial arts elements for the training of mechanized unit servicemen. *Scientific Journal of the National Pedagogical University named after M. P. Drahomanov*, 5(151), 105–113.

Стаття надійшла до редколегії 6.03.2025

Прийнята до друку 19.06.2025

Підписана до друку 27.06.2025

Христина ХІМЕНЕС

ORCID ID: 0000-0002-8677-6701

e-mail: khkhimenes@gmail.com

Купріян ГУЛЕЙ

ORCID ID: 0009-0008-7057-8779

e-mail: kuprianlviv@gmail.com