



МІНІСТЕРСТВО ЮСТИЦІЇ УКРАЇНИ  
ПЕНІТЕНЦІАРНА АКАДЕМІЯ УКРАЇНИ

# МІЖДИСЦИПЛІНАРНІ ПІДХОДИ ТА ПЕДАГОГІЧНА МАЙСТЕРНІСТЬ

У ПІДГОТОВЦІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ  
ТА ПІДВИЩЕННІ КВАЛІФІКАЦІЇ ПЕРСОНАЛУ



ІНТЕГРАЦІЯ



КОМПЕТЕНТНІСТЬ



РОЗВИТОК

*III Міжнародна  
науково-практична конференція  
29 квітня 2026 року, Чернігів – 2026*



**ІНСТИТУТ ПЕДАГОГІЧНОЇ ОСВІТИ І ОСВІТИ ДОРОСЛИХ  
НАЦІОНАЛЬНОЇ АКАДЕМІЇ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ  
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ  
(КАФЕДРА ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ТА ПЕДАГОГІКИ)  
ЧЕРКАСЬКИЙ ІНСТИТУТ ПОЖЕЖНОЇ БЕЗПЕКИ  
ІМЕНІ ГЕРОЇВ ЧОРНОБИЛЯ НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ  
ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ УКРАЇНИ  
ДУНАЙСЬКИЙ ІНСТИТУТ НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ  
«ОДЕСЬКА МОРСЬКА АКАДЕМІЯ»  
MILITARY CENTER OF SPORT TRAINING  
RTU LIERAJA ACADEMY, LATVIA  
UNIwersytet Pomorski w Słupsku, SŁUPSK, POLSKA  
WROCLAWSKI UNIwersytet, WROCLAW, POLSKA  
OSTFALIA UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES, WOLFSBURG, GERMANY**

**МІЖДИСЦИПЛІНАРНІ ПІДХОДИ ТА ПЕДАГОГІЧНА  
МАЙСТЕРНІСТЬ У ПІДГОТОВЦІ ЗДОБУВАЧІВ  
ВИЩОЇ ОСВІТИ ТА ПІДВИЩЕННІ КВАЛІФІКАЦІЇ  
ПЕРСОНАЛУ**

**INTERDISCIPLINARY APPROACHES AND PEDAGOGICAL  
SKILLS IN THE TRAINING OF HIGHER EDUCATION  
STUDENTS AND STAFF DEVELOPMENT**

*Матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції*

*29 квітня 2026 року*

**Чернігів**

cultural outlook and demonstrate the ability to find the optimal solution while defending one's own scientific position in compliance with the principles of professional ethics and academic integrity. In view of the above, when forming the expected learning outcomes in disciplines covering issues of academic integrity and scientific ethics, it is necessary to take into account the following competencies: the ability to freely present research results in the state and foreign languages, publish them in world-class professional publications and participate in international projects. The educational process should provide the ability to formulate and test hypotheses, based on a scientific worldview, as well as demonstrate the ability to find optimal solutions and defend one's own position with mandatory adherence to ethical principles.

#### **References**

1. Committee on Publication Ethics / COPE URL: [www.publicationethics.org](http://www.publicationethics.org)

**Щіпець С. Д.,**

*кандидат технічних наук, доцент кафедри пожежно-рятувальної та фізичної підготовки навчально-наукового інституту оперативно-рятувальних сил Національного університету цивільного захисту України, м. Черкаси, Україна*

**Калашник Н. Я.,**

*старший викладач кафедри пожежно-рятувальної та фізичної підготовки навчально-наукового інституту оперативно-рятувальних сил Національного університету цивільного захисту України, м. Черкаси, Україна*

**Ішієв А. Д.,**

*старший викладач кафедри пожежно-рятувальної та фізичної підготовки навчально-наукового інституту оперативно-рятувальних сил Національного університету цивільного захисту України, м. Черкаси, Україна*

## **ПОЛІАТЛОН ЯК ЕФЕКТИВНИЙ ЗАСІБ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ СЕКТОРУ БЕЗПЕКИ І ОБОРОНИ УКРАЇНИ: ТЕОРЕТИЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ТА МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ**

Сучасні вимоги до діяльності підрозділів Державної служби України з надзвичайних ситуацій, Національної поліції України, Національної гвардії

України та Служби безпеки України виходять за межі традиційної професійної підготовки. Для успішного виконання завдань недостатньо лише спеціальних знань і навичок; критично важливим є комплексний розвиток фізичних якостей, включаючи швидкісно-силові можливості, спеціальну витривалість, координаційні здібності, здатність до концентрації уваги в умовах стомлення, стресостійкість і функціональну стабільність організму. Недостатній рівень цих показників значно знижує професійну ефективність, підвищує ризик травматизму та обмежує здатність особового складу діяти у складних та небезпечних умовах, що робить питання удосконалення фізичної підготовки надзвичайно актуальним.

П'ятий рік триває повномасштабна війна, що суттєво ускладнює умови служби та значно підвищує фізичні, функціональні та психоемоційні навантаження на особовий склад сектору безпеки і оборони України. У таких умовах підготовка фахівців вимагає особливих зусиль, підвищеної уваги та системного підходу. Рівень фізичної, функціональної та психоемоційної готовності безпосередньо впливає на ефективність виконання службових завдань, безпеку життя та здоров'я особового складу, а також на здатність витримувати екстремальні ситуації та стресові чинники, що постійно зростають у сучасних умовах несення служби.

У цьому контексті поліатлон виступає як ефективний багатокomпонентний засіб професійно-прикладної фізичної підготовки. Він поєднує біг на короткі (100 м) та середні (1000 м) дистанції, плавання 100 м і стрільбу з пневматичного пістолета (10 пострілів), що дозволяє одночасно розвивати швидкісно-силові і витривалісні якості, покращувати координацію рухів, концентрацію уваги та стресостійкість. Поліатлон відтворює реальні фізичні та психоемоційні навантаження, характерні для служби в умовах підвищеного ризику, що дозволяє підготувати фахівців до виконання складних завдань за призначенням у екстремальних та надзвичайних ситуаціях.

*Актуальність дослідження.* Не секрет, від рівня фізичної, функціональної та психоемоційної готовності безпосередньо залежить ефективність виконання службових завдань, безпека життя та здоров'я особового складу, здатність витримувати екстремальні ситуації та стресові чинники, що постійно зростають у сучасних умовах служби. Критично важливим є комплексний розвиток фізичних якостей, і проявляються в швидко-силові можливостях, спеціальній витривалості, координаційних здібностях, здатності до концентрації уваги в умовах стомлення, стресостійкості та функціональній стабільності організму. Недостатній рівень цих показників значно знижує професійну ефективність, підвищує ризик травматизму та обмежує здатність особового складу діяти у складних та небезпечних умовах. Це робить питання удосконалення фізичної підготовки надзвичайно актуальним. У цьому контексті поліатлон виступає як ефективний багатокomпонентний засіб професійно-прикладної фізичної підготовки.

*Мета дослідження.* Теоретичне обґрунтування доцільності впровадження поліатлону як ефективного засобу професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх фахівців сектору безпеки та оборони України.

*Методи дослідження.* Для реалізації мети був проведений аналіз науково-методичної літератури; проведено порівняння методик підготовки спортсменів у поліатлоні та окремих видах спорту, логічне узагальнення та систематизація матеріалу.

*Аналіз останніх досліджень і публікацій.* Дослідження В. Г. Фотинюка доводить, що поліатлон є ефективним засобом розвитку швидкості, сили та витривалості молоді і може застосовуватися у професійній підготовці служб сектору безпеки [1, с. 143–145].

Дослідження V. Otkydach, M. Korchagin показують, що використання програм із військово-спортивними елементами (аналогічними поліатлону) та з

силовими елементами значно підвищує фізичну підготовленість курсантів спеціалізованих закладів вищої освіти [2; 6, с. 109–110].

Науковці доводять, що комплексна фізична підготовка забезпечує не лише розвиток фізичних якостей, але й психоемоційну стабільність, здатність до концентрації та ефективність дій в екстремальних умовах [3].

Дослідження науковців з інших країн демонструють, що спеціально організовані тренувальні програми значно підвищують фізичну готовність військовослужбовців, що є критично важливим у складних і стресових умовах виконання службових завдань [4, с. 1067–1069].

*Логічне узагальнення та систематизація матеріалу.* Нами в ході дослідження виокремлено комплексність впливу поліатлону через розвиток анаеробних можливостей (біг 100 м); аеробно-анаеробної витривалості (біг 1000 м); функціональної готовності до роботи у водному середовищі (плавання 100 м); психофізіологічної стійкості та точності рухів (стрільба).

Таким чином, забезпечується гармонійний розвиток фізичних якостей, що безпосередньо корелюють із професійними вимогами до співробітників силових структур. Визначено, що структура поліатлону відображає та моделює типові умови виконання службових завдань: виконання швидкісних дій (реагування на виклик, переслідування); тривала робота у високому темпі (ліквідація НС, патрулювання, бойові дії); точні дії в умовах фізичного стомлення (застосування зброї, спеціальних засобів); діяльність у складних середовищах (вода, задимлення, обмежений простір). Цей вид спорту дозволяє одночасно розвивати швидкісно-силові та витривалісні якості, координацію рухів, концентрацію уваги, стресостійкість.

Поліатлон відтворює реальні фізичні та психоемоційні навантаження, характерні для служби в умовах підвищеного ризику. Це дозволяє підготувати фахівців до виконання складних завдань у екстремальних та надзвичайних ситуаціях.

*Висновки.* Поліатлон та аналогічні багатоборства науково обґрунтовані як засіб розвитку фізичних, координаційних та психоемоційних якостей, що потрібні службам безпеки та оборони. Системна та контрольована підготовка з включенням поліатлону підвищує стресостійкість та готовність до виконання службових завдань, а також формує основу професійної компетентності і безпеки. Актуальність упровадження поліатлону в систему фізичної підготовки спеціалізованих закладів вищої освіти зростає в умовах воєнного стану, коли істотно підвищуються фізичні та психоемоційні навантаження на особовий склад сектору безпеки і оборони України.

#### **Список використаних джерел**

1. Фотинюк В. Г. Поліатлон як ефективний засіб фізичної підготовки та тестування студентської молоді // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Київ, 2016. Вип. 3 (72). С. 143–146. URL: <https://enpuir.edu.ua/handle/123456789/13928>
2. Otkydach V., Korchagin M., Blank A., Vorontsov O. The effect of a special physical training program using the means of military sports on the physical fitness of cadets of the security and defense sector // Scientific Journal of National Pedagogical Dragomanov University. Series 15. 2025. URL: <https://www.researchgate.net/publication/390264238>
3. Надутий А. В. Комплексна фізична підготовка як інструмент підготовки фахівців сектору безпеки і оборони України. 2025. URL: <https://dspace.univd.edu.ua/entities/publication/85e12463-fc32-47d1-83a2-63a67f6bee92>
4. Smith C., Doma K., Heilbronn B., Leicht A. Effect of exercise training programs on physical fitness domains in military personnel: a systematic review and meta-analysis // Military Medicine. 2022. Vol. 187, No. 9–10. P. 1065–1073. DOI: <https://doi.org/10.1093/milmed/usac040> Режим доступу: <https://ouci.dntb.gov.ua/en/works/7npdODal>
5. Knapik J., East W., Sharp M. Evaluation of an injury-reduction program in Army basic training // Military Medicine. 2018. Vol. 183. P. 303–310. DOI: <https://doi.org/10.1093/milmed/usy073>
6. Kraemer W., Szivak T. Strength training for the warfighter // Journal of Strength and Conditioning Research. 2012. Vol. 26. P. 107–118. DOI: <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e31825d9a9c>