

УДК 355.085.5  
DOI: 10.31733/15-03-2024/2/664-665

**Катерина ГАЛУШНЕВСЬКА**  
Курсант ННІ права та підготовки  
фахівців для підрозділів  
Національної поліції

**Микола ПОЖИДАЄВ**  
старший викладач кафедри  
спеціальної фізичної підготовки  
Дніпропетровського державного  
університету внутрішніх справ

## **РОЛЬ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ В КОНТЕКСТІ ФОРМУВАННЯ НАЦІОНАЛЬНОГО СПРОТИВУ**

У сучасних умовах геополітичних та геостратегічних викликів, зокрема у зв'язку з агресією з боку Російської Федерації, питання забезпечення національної безпеки та обороноздатності України набуває особливої важливості. Спеціальна фізична підготовка в цьому контексті стає важливим інструментом для формування національного спротиву та підвищення бойової готовності наших збройних формувань.

Поняття спеціальної фізичної підготовки можна зустріти у наказі Міністерства оборони України №225, де у розділі 1 зазначено, що спеціальна (військово-прикладна) фізична підготовка – частина фізичної підготовки, яка спрямована на розвиток і вдосконалення спеціальних якостей, військово-прикладних рухових навичок і вмінь військовослужбовців [2].

Зазначимо, що основною метою національного спротиву є підвищення обороноздатності держави, надання обороні України всеохоплюючого характеру, сприяння забезпеченню готовності громадян України до національного спротиву. Також перед здійсненням національного спротиву перед силами руху опору постають завдання щодо оборони території та захисту державного кордону та населення на визначеній місцевості, охорона та оборона важливих комунікацій та об'єктів тощо [1]. Для ефективного виконання вказаних завдань необхідні не тільки високо розвинені вміння виконання своїх функціональних обов'язків, а й якісна фізична підготовка, яка забезпечить витривалість та стійкість тих сил, які здійснюють національний спротив.

Ми погоджуємось з думкою науковців, з приводу того, що заняття фізичною підготовкою сприяють підтриманню набутого рівня працездатності і формуванню спеціальних якостей особового складу, є одним із важливих елементів підтримання бойової готовності військ, їх здатності організовано, у визначені строки розпочати воєнні дії та успішно виконувати поставлені бойові завдання [3, с. 77]. Виходячи з цього, можна стверджувати, що спеціальна фізична підготовка має на меті розвинути фізичні якості, військово-спеціальні навички та морально-психологічну стійкість військовослужбовців. Інтенсивні тренування, спрямовані на підвищення швидкості, сили, витривалості та координації рухів, дозволяють забезпечити високий рівень підготовки військових для ефективного виконання завдань у разі національного спротиву та оборони.

Однак, існує ряд проблем, пов'язаних із реалізацією спеціальної фізичної підготовки в Україні. Недостатня фінансова підтримка, нестабільність у законодавчому та організаційному забезпеченні цієї сфери, а також недостатня увага до методичної та інформаційної бази у галузі спеціальної фізичної підготовки - усе це ускладнює процес формування національного спротиву та підвищення обороноздатності України. І тим не менш, важливо надати достатні ресурси і підтримку для розвитку цієї галузі, розробити та впровадити сучасні методики підготовки, а також підвищити якість навчально-методичного забезпечення.

Отже, для оптимізації ефективності національного спротиву ми вважаємо за необхідне забезпечити достатню фінансову підтримку для спеціальної фізичної підготовки й необхідним спортивним обладнанням та умовами для тренувань, а також здійснити розробку сучасних тренувальних програм та методик з боку керівного складу. Тобто, шляхом реалізації цих заходів ми зможемо значно підвищити рівень спеціальної фізичної

підготовки в Україні та відповідно збільшити обороноздатність нашої держави у сучасних умовах.

1. Про основи національного спротиву : Закон України від 16.07.2021 р. № 1702-IX : станом на 3 серп. 2023 р. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1702-20#Text> (дата звернення: 21.02.2024).

2. Про затвердження Інструкції з фізичної підготовки в системі Міністерства оборони України : Наказ М-ва оборони України від 05.08.2021 р. № 225. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1289-21#Text> (дата звернення: 21.02.2024).

3. Оленів Д. Г., Поливанюк В. В. Сучасний стан сформованості професійної компетентності майбутніх фахівців із фізичної культури і спорту Збройних сил України. тези доп. *VI Міжнародної науково-практичної конференції*. Національний університет оборони України. Київ : НУОУ, 2022. С. 76-79.

УДК 355.1+159.98

DOI: 10.31733/15-03-2024/2/665-666

**Олександра ГІДЕНКО**

слухач магістратури ННІ права  
та підготовки фахівців для підрозділів  
Національної поліції

**Наталія КОМИХ**

доцент кафедри гуманітарних  
дисциплін та психології  
поліцейської діяльності  
Дніпропетровського державного  
університету внутрішніх справ,  
кандидат соціологічних наук, доцент

**СКЛАДОВІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ  
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ У ПІСЛЯВОЄННИЙ ПЕРІОД**

Повномасштабна війна, що триває на території України, як правило, супроводжується підвищеним стресогенним впливом на психіку військовослужбовців. Під бойовим стресом необхідно розуміти сукупність субреактивних станів, котрі переживаються військовослужбовцями в ході адаптації до умов, що є загрозливими для їх життєдіяльності, тобто це процес мобілізації всіх існуючих у організмі ресурсів для подолання загрозової для життя ситуації. Цілком очевидно, що після закінчення війни багато військовослужбовців зіткнуться зі складним психоемоційним станом та потребуватимуть психологічної реабілітації. Необхідність дослідження складових психологічної реабілітації військовослужбовців і зумовлює актуальність нашого дослідження.

Насамперед, вважаємо за необхідне зазначити, що психологічна реабілітація є одним з видів психологічної допомоги, котра зорієнтована на поновлення порушених психічних можливостей та здоров'я. Зокрема, психологічна реабілітація має на меті вирішення доволі широкого кола питань у сфері допомоги військовослужбовцям у повоєнний період:

- нормалізація психічного стану;
- відновлення втрачених психічних можливостей;
- гармонізація особистості ветерану війни з усталеною соціально-особистісною ситуацією (поранення, інвалідизація тощо);
- надання допомоги щодо встановлення конструктивних відносин з референтними особистостями та групами та ін. Таким чином, керівною метою психологічної реабілітації є саме відновлення психічного здоров'я військовослужбовця та ефективної соціальної поведінки [1].

Доцільно зауважити, що в процесі соціально-психологічного відновлення військовослужбовців у повоєнний період слід виділити наступні етапи: підготовчий, базисний та підтримувальний, для кожного з яких характерним є використання певних реабілітаційних технологій, в межах яких використовуються конкретні техніки.

Для підготовчого етапу психологічної реабілітації властивим є технологія