9. Chobotko, M. A. (2026). Adaptyvnyi sport dlia veteraniv viiny [Adaptive sport for war veterans]. Problemy i perspektyvy rozvytku sportyvnykh ihor ta odnoborstv, 176–179. [in Ukrainian].

10. Krushynska, N., Kohut, I., & Goncharenko, Ie. (2022). Impact of physical and sports rehabilitation on the level of physical fitness of combatants. Slobozhanskyi Herald of Science and Sport, 27(1), 42–47. https://doi.org/10.15391/snsv.2023-1.006

11. Shynkaruk, O., Byshevets, N., Iakovenko, O., Dutchak, M., Andrieieva, O., Yarmolenko, M., & Serhiienko, K. (2026). Applicating multivariate adaptive regression splines (MARSplines) for predicting post-traumatic stress disorder risk in military personnel. Physical Education Theory and Methodology, 26(1), 109–120. https://doi.org/10.17309/tmfv.2026.1.10

12. Ward, J. M. (2026). Playing for freedom: A phenomenological exploration into team sports' perceived influence on PTSD symptoms in military veterans. Journal of Veterans Studies, 12(1), 36–54. https://doi.org/10.21061/jvs.v12i1.814

13. Wheeler, M., Cooper, N. R., Andrews, L., Hacker Hughes, J., Juanchich, M., Rakow, T., & Orbell, S. (2020). Outdoor recreational activity experiences improve psychological well-being of military veterans with post-traumatic stress disorder: Positive findings from a pilot study and a randomised controlled trial. PLOS ONE, 15(11), Article e0241763. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0241763

14. Yuan, Z., Peng, C., Yang, L., & Chen, H. (2025). Effects of physical activity on patients with post-traumatic stress disorder: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. Medicine, 104(3), Article e41139. https://doi.org/10.1097/MD.0000000000041139

15. Zhao, F., Liu, C., & Lin, Z. (2025). A narrative review of exercise intervention mechanisms for post-traumatic stress disorder in veterans. Frontiers in Public Health, 12, Article 1483077. https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1483077

Стаття надішла до редакції / Received 09.06.2026
Прийнята до друку / Accepted 12.07.2026
Опубліковано / Published 04.08.2026

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.07(207).24
УДК. 371.134/371.12:342.7

Проскуров Є.М.
кандидат педагогічних наук, вчитель фізичної культури, Харківський ліцей №14, Харків
http://orcid.org/0000–0002–4428–1743
Камаєв О.І.
доктор педагогічних наук, професор, Харківська державна академія фізичної культури, Харків
http://orcid.org/0000–0003–4358–888X

ПРОБЛЕМИ ПРАВОВОГО ЗАХИСТУ ПЕДАГОГІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ШКІЛЬНОГО ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Дослідження даної статті було спрямовано на пошук доказів які спроможні довести непричетність вчителів фізичної культури до отриманих травм на своєму уроку під час невдалого виконання фізичних вправ учнями. За час ретельного вивчення літературних джерел, встановлено, що травми, яких було отримано під час виконання фізичних вправ стаються за рахунок порушення аферентації зворотного зв'язку у внутрішньо мозкових центрах тих осіб які їх виконували, а не за рахунок недбальства вчителів. Вивчаючи послідовність логіки травмування одночасно з внутрішнім механізмом помилки, виявлено, що ні серед послідовної логіки, ні серед складових помилки, яка є попередницею травми, не існує слідів або доказів які свідчать про причетність вчителів фізичної культури до отриманих травмувань. Аналізуючи існуючий закон з охорони праці (ОП) виявлено, що його не можна використовувати у стані на зараз в напрямку галузі фізичного виховання, оскільки статті і основні положення чинного закону спрямовані на порушення техніки безпеки у технічно індустріальних галузях, а уроку фізичної культури у загальноосвітній школі належить до діяльнісної галузі, навчальні процеси якої є повністю протилежними технологічним процесам на виробництвах, тому даний закон потребує перегляду. Підсумок аналізу характеристики трудового процесу вчителів фізичної культури свідчить, що враховуючи данні санітарних норм гігієнічної класифікації праці, державі добре відомі труднощі даної категорії вчителів, але вони поки що залишаються серед наукових звітів через відсутність правового захисту.

Ключові слова: *логіка травмування, аферентація зворотного зв'язку, закон охорони праці, кримінальний кодекс, вчитель фізичної культури, механізм помилки.*

Proskurov Yevgeny, Kamayev Oleg. Problems of legal protection of pedagogical activity of school physical education teacher. *The research of this article was aimed at finding evidence that could prove the non-involvement of physical education teachers in injuries received in their lesson during unsuccessful performance of physical exercises by students. During a thorough study of literary sources, it was established that injuries received during physical exercises occur due to a violation of feedback afferentation in the intra-brain centers of those who performed them, and not due to the negligence of teachers. Studying the sequence of the logic of injury simultaneously with the internal mechanism of error, it was found that neither among the sequential logic nor among the components of the error that is the predecessor of the injury, there are no traces or evidence indicating the involvement of physical education teachers in the injuries received. Analyzing the*

existing law on labor protection (OP), it was found that it cannot be used in its current state in the direction of the field of physical education, since the articles and main provisions of the current law are aimed at violating safety regulations in technical and industrial industries, and the physical education lesson in a general education school belongs to an activity field whose educational processes are completely opposite to technological processes in production, therefore this law needs to be revised. The safety regulations and job descriptions for physical education teachers do not take into account the specifics of the subject of physical education, so the narrowly specific nature of professional work is ignored, scientific achievements, not only of past but also of modern years, remain unnoticed, and no attention is paid to the rapid growth of the weight of the general education load, and this significantly makes the teaching process impossible due to the high criminal liability. The result of the analysis of the characteristics of the labor process of physical education teachers shows that, taking into account the data of the sanitary norms of the hygienic classification of labor, the state is well aware of the difficulties of this category of teachers, but they still remain among scientific reports due to the lack of legal protection. At the same time, the indicator of emotional stress, combining the degree of responsibility for the result of their activities with the degree of responsibility for safety, forces physical education teachers to be afraid of their own lessons, makes their work inert as a result of lack of confidence in their actions, and this often forces the educational process to be formal.

Keywords: *logic of injury, feedback afferentation, labor protection law, criminal code, physical education teacher, error mechanism.*

Постановка проблеми. Травми яких було отримано на уроку фізичної культури учнями, завжди розцінюються слідством як порушення техніки безпеки чинного законодавства з охорони праці (ОП) вчителями фізичної культури, за що їм передбачається ступень покарання належними статтями Кримінального Кодексу України (ККУ).

Але наскільки відповідальність вчителів фізичної культури за отримані травми на своєму уроку є залежною від дійсної причини травмувань, а також від відповідності положенням існуючого закону з охорони праці (ОП), якого було обрано для використання у напрямку фізичної культури в школі, повинна бути залежною зміна ступеня покарання, до повного скасування.

Аналіз літературних джерел. Нажаль сучасні науково-літературні джерела, у своєї загальній кількості, не містять факти які можуть допомогти скасувати кримінальну відповідальність вчителям фізичної культури за отримані травми на власному уроку. Більшість авторів припускається думки, що серед причин, які впливають на травматизм під час занять фізичними вправами є недоліки в організації та методиці проведення занять, а це напряму звинувачує вчителя.

За своєю сутністю використовуючи власно тільки статистичні данні, група науковців: (І.Я. Грубар; Ю.О. Грубар; Н.М. Грабик 2023) вивчала причини виникнення та шляхи профілактики шкільного травматизму, на підставі яких було сформовано три підгрупи причин шкільного травматизму: організаційно-методичні, санітарно-гігієнічні та психофізіологічні. Також в науковій праці (Г. А. Баїров 2000) стверджує, що травматизм зустрічається серед дітей різного віку, під дією зовнішнього чинника за певних умов навчання, виховання, побуту та проведення дозвілля.

Наукові праці (А. П. Конох 1999) оприлюднюють данні, що у навчально-виховному процесі біля 95,6 % травматичних ушкоджень виникає на уроку фізичної культури і лише 4,4 % – під час інших уроків, надалі наводяться знов відсоткова-статистичні данні, які торкаються структури виникнення травм щодо розділів шкільної програми з фізичної культури. У своєму дослідженні (І. А. Бріжата 2004) свідчить, що на відміну від інших видів дитячого травматизму, в яких домінують хлопці, травмами, що отримані на уроку фізичної культури, число хлопців та дівчат практично однакове. По суті ні в жодній з сучасних наукових праць автори не намагаються, хоча б частково, простежити послідовність логіки механізму травмувань під час виконання фізичних вправ, спробувати зрозуміти внутрішній механізм травмування. Однак і серед голої статистики теж є потрібні данні, так (І.Я. Грубар 2003) доводить, що травматизм на 82,5 % залежить від «травмонебезпечного об'єкта»[3], тобто дитини, а від «травмонебезпечних ситуацій» лише на 17,5 %. За цими даними ми не можемо не погодитись, но їх дуже замало для використання в якості суттєвих доказів, котрі могли би свідчить про непричетність до травмувань вчителів, що сталися у них на заняттях.

Але незважаючи на це розмаїття статистичних даних, існує наукова праця в якої автор (В.Б. Коренберг 1979) шляхом глибокого біомеханічного аналізу виявляє дійсну причину можливостей травмувань отриманих під час виконання фізичних вправ, ретельно аналізуючи внутрішні складові попередниці травми. Робота повністю відповідає меті нашого дослідження, а її вагомий внесок потрібен для використання в якості експертної оцінки у суді.

Мета. Встановити факти і логіку спортивного травмування, яка дозволить визначити ступень кримінальної відповідальності вчителя фізичної культури за отримані травми учнями.

Завдання.

1.Визначити логіку механізму травмувань отриманих під час виконання фізичних вправ.

2.Обумовити ступінь відповідальність вчителів фізичної культури за отримані травми на своєму уроку.

3.Проаналізувати характеристики трудового процесу вчителів фізичної культури враховуючі державні санітарні норми гігієнічної класифікації праці.

Методи й організація дослідження. Аналіз науково – методичної літератури та документальних джерел, норм права, формально – юридичний, порівняльна – правовий, педагогічний аналіз, педагогічне спостереження,

Виклад основного матеріалу. На уроку фізичної культури у загальній кількості учні виконують вправи самостійно, оскільки по багатьом причинам фізична залежність свого руху від зайвих зусиль сторонньої людини у більшості випадків шкодить ніж надає допомогу, але це стосується тих учнів які достатньо добре володіють вправою і чітко розуміють свій рук в межах самостійного керування власним тілом [12;13]

Дане уточнення належить до таких учнів які ще не досягли рівня майстерного виконання рухом але їхні дії знаходяться на шляху впевненого володіння вправою де вже фізичне втручання вчителя може завадити шкоду, привести до дуже небажаних наслідків, які потім важко буде виправити (звичка до рук вчителя, страх самостійного виконання та інше). Також слід зазначити що багатьом фізичним вправам які складають шкільну програму фізичної культури взагалі непотрібна фізична допомога з боку вчителя під час їх виконання учнями, виняток складають тільки вправи які виконуються на гімнастичних снарядах, що торкається інших модулів шкільної програми то авторами передбачена доступність самостійного виконання і легкого оволодіння фізичними рухами для 75% школярів.

Однак незважаючи на це нажаль існує категорія учнів яка потребує фізичної допомоги з боку вчителя, а серед цієї категорії учнів є школярі, що потребують не вибіркових а навіть усіх прийомів фізичної допомоги. Така категорія учнів для вчителя завжди велика і незручна, оскільки вчитель один і одночасно він не може надати допомогу декільком учням. В старій радянській школі для цього залучали помічників з числа учнів які добре володіють вправою.

Згадана практика добре прижилася на інших предметах не тільки в минулому, а і зараз, інколи помічники замість вчителів успішна проводять урок. Однак у фізичній культурі ситуація значно серйозніша, незважаючи на усю прозору і непрозору межу предметної схожості, тут коли щось піде не так, то для керівника заняття немає неяких стовідсоткових гарантів уникнути кримінальної відповідальності закінчуючи гратами. Тому від вказаних помічників та їх послуг вчителі відмовляються.

Перша причина полягає в тому що фізична культура є дисципліна діяльна. В діяльній дисципліні на відлік від технічних і гуманітарних знання займають не головне, а тільки початкове значення. Тобто хтось може знати добре техніку виконання даної вправи але зовсім бути не здатним виконати її практично і навпаки можливо не знати техніки виконання але бути здатним вдало виконати цю вправу (цей рух) навіть краще ніж той хто знає і вміє. Інколи кажуть: «Ти можеш і не знати як це виконується, але виконати требо обов'язково».

Друга причина вправа тільки тоді рахується зарахованою на оцінку, коли її було виконано самостійно а самостійне виконання вправ може привести до отримання травми на випадок якихось непередбачуваних чинників, які завжди знаходяться поряд з людиною в умовах рухової діяльності. Доречи кількість учнів на уроку в середньому складає від 25 до 30 осіб, які повинні виконувати фізичні вправи тому що урок фізичної культури є обов'язковим для всіх школярів, а невиконання фізичних вправ дозволяється тільки звільненим від занять за станом здоров'я або ще з яких поважних причин.

Але повертаємось до непередбачуваних чинників, які завжди знаходяться поряд з людиною в умовах рухової діяльності. Схиляючись на розуміння загального досвіду до даних чинників можуть належати: недостатньо правильна динаміка руху, що у свою чергу приводе до порушення основних опорних орієнтирів, в наслідку чого йде відхилення від техніки і стається помилка, яка вже є остаточною краплею невдало виконаної спроби. Станом на зараз, чинною програмою фізичного виховання передбачено, що кожен з учнів, тобто виконавиць фізичних вправ добре озброєний теоретичними знаннями, стосовно сил що впливають на рухи тіла людини, знає правильну динаміку руху, його свідомість зосереджена на основних опорних орієнтирах які підсилюють динамічну осанку під час виконання, а все це взагалі розуміється як правильна уява про техніку виконання вправи.

Загальна логіка травмування у процесі виконання фізичних вправ

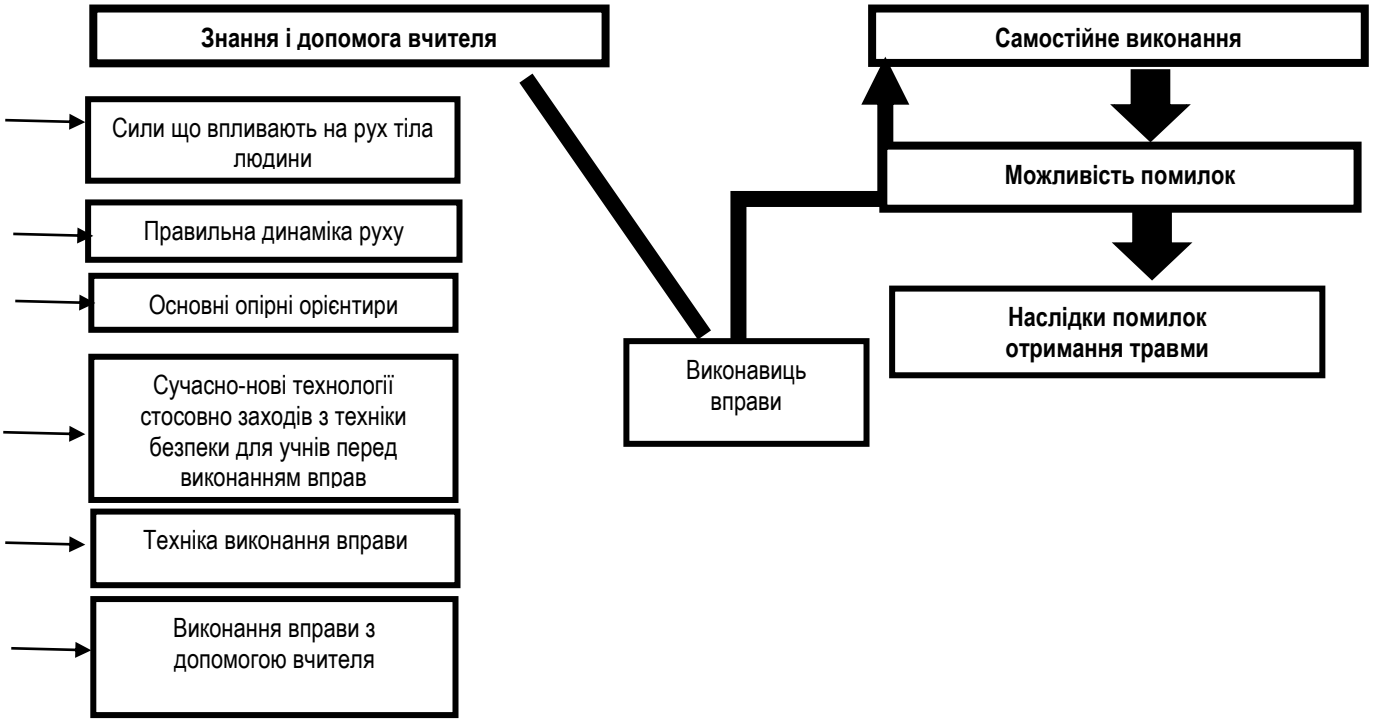


Рис. 1. Структурно логічна схема загальної логіки травмування у процесі виконання фізичних вправ

Але незалежно від цього коли виконавець фізичної вправи починає виконувати вправу на практиці самостійно, то виходить, що наслідки дій стають схожими на ти що були описані раніш, недостатньо правильна динаміка руху приводе до порушення основних опірних орієнтирів, дані дії впливають на відхилення від техніки і стається помилка (рис 1).

В даному випадку ми шляхом педагогічного аналізу простежили логіку травмування взагалі, яка трапляється в спорті, незалежно від того чи то спортсмен високого класу, або звичайний школяр який виконує фізичну вправу з обсягу шкільної програми. Дана схема що освітлює логіку травмування об'єднує ці дві постаті навчального процесу однаково позначаючи їх як «виконавиць вправи» незалежно від рівня і якості володіння рухом. А це тільки підтверджує фактичну гіпотезу, шо рівень майстерності зовсім не звільняє від сторонніх чинників які ведуть до можливості помилок, оскільки цей шлях кожен з виконавців проходить самостійно покладаючись власно на свої спроможності.

Логіка механізму травмувань залучає сутність досконалого вивчення внутрішньої складової самого процесу травми яка трапилась під час виконання фізичної вправи. Дане дослідження включає експертну оцінку події для тогу, щоб показати істинну причину виникнення усіх негативних наслідків які остаточно дають змогу зрозуміти кого в цьому потрібно звинувачувати. Але з початку нам було потрібно розібратись з питанням, яке охоплює розуміння початкової попередниці травми, тобто дійсної головної причини її виникнення. Раніше виявилось що даною попередницею травми є «помилка», яка розуміється як помилка технічних вимог виконання фізичної вправи безпосередньо тим хто її виконував, але було потрібно перевірити це судження.

Справа в тому, що будь-яка спортивна вправа або рухова дія мають певно тільки свої технічні вимоги виконання обумовленні жорсткими стандартами законів біомеханіки незалежно від напряму спортивної діяльності, тому за розумінням так склалася, що у помилках стаються відхилення від вказаних стандартів, які у свою чергу можуть привести навіть до фатальних наслідків для виконавця. А це означає, що технічні вимоги та закони біомеханіки ні в якому разі не можна ігнорувати або порушувати і тоді все буде добре, не станиця не яких травм. Навіть серед сучасно-новітніх технологій безпеки для учнів перед початком виконання фізичних вправ існує ціла низка попереджень[5], які стосуються окремих заходів орієнтуючих на розуміння існуючих важких наслідків відхилень від технічних вимог, а вчитель повинен навчити учнів безпечним прийомам виконання фізичних вправ [14], але чомусь травм від цього не стає менше.

За результатами останніх досліджень кількість травм на уроку фізичної культури під час виконання фізичних вправ складає 95,6%[3] Це дуже великий відсоток незважаючи на всі запобіжні заходи в умовах сучасної нової школи. Найдивовижнішим є той факт, що всі учні, які отримали травми, чудово обізнані про технічні вимоги їх виконання, більше того навіть володіють може недостатньо великим досвідом самостійного виконання, але допустимим для власної демонстрації вправи на оцінку. І несподівано таке лихо, то в чому ж справа?

Справа виявилась в тому, що травми виникають в наслідок порушення забезпечення аферентації зворотного зв'язку, а не за рахунок порушення технічних вимог, за спеціальними дослідженнями [7]. Аферентація — це процес передачі нервових імпульсів від органів чуття та внутрішніх рецепторів до центральної нервової системи (ЦНС), що забезпечує організм інформацією про зовнішнє і внутрішнє середовище для адекватної реакції та регуляції функцій. Це важливий етап фізіологічного процесу, що передує формуванню функціональних систем і дозволяє мозку обробляти різноманітні потоки інформації (збудження, обставини, пам'ять) для цілеспрямованої поведінки.[1].

Виходить, що аферентація під час виконання фізичної вправи є складним процесом отримання вхідної інформації безпосередньо для мозкових центрів того хто виконує дану вправу, тобто це означає що усі сигнали від очей, вух, шкіри, внутрішніх органів, які надходять до його мозку під час рухової дії повинні бути їм оброблені для того щоб зрозуміти, що відбувається, а потім вирішити, як діяти далі.

Однак це безумовно є не зовсім внутрішні мозкові процеси, оскільки сигнал може не надійти або надійти в недостатньо придатному виді для його обробки, тоді мозок виконавця вправи не до чого. Але якщо сигнал надійшов у належному вигляді і був не оброблений або ж був оброблений неправильно, то це вже внутрішньо мозковий процес. Підходячи до завершення аналізу цього складного процесу стає зрозумілим, що в будь-якому з вище зазначених випадків через помилки порушення забезпечення аферентації зворотного зв'язку, виконавець вправи отримує травму. Взагалі цей процес дуже схожий з таким, як наприклад літак-боїнг в наслідок якогось збою своїх систем помиляється під час обробки отриманих координат для приземлення і розбивається, щось подібне виникає при порушенні забезпечення аферентації зворотного зв'язку з людиною, тільки під час виконання фізичних вправ.

Головною причиною цих порушень за висновками лікарів є судинні захворювання мозку: крововиливи (інсульти), пухлини, абсцеси, які пошкоджують ділянки кори, що відповідають за обробку сенсорної інформації, а вказані порушення інколи деякий термін залишаються непомітними [15]. В такому випадку фізичні вправи можуть раптово спровокувати їх прояв, як це взагалі зараз трапляється після сильних розумових навантажень сучасної школи [8;9;10;11].

Маючи дану інформацію стає зрозумілим, що усі травмування отриманні під час виконання фізичних вправ приймають зовсім інший вигляд стосовно звинувачень вчителя, але незважаючи на цей факт, нам все однак було потрібно заглянути, тепер вже до внутрішньої складової помилки, тобто попередниці травми. Цей захід був необхідним для того щоб побачити серед внутрішніх складових "помилки" існують якісь дії, може сліди, що вказують на причетність керівника заняття тобто вчителя до отриманої травми, або не існують. Оскільки, як зазначає автор внутрішня складова помилки залежить від причино-наслідкового ланцюга, до якого належать: первинна помилка (основна помилка-причини), перша похідна (від основної), друга похідна (від першої похідної) і помилка ефекту [7].

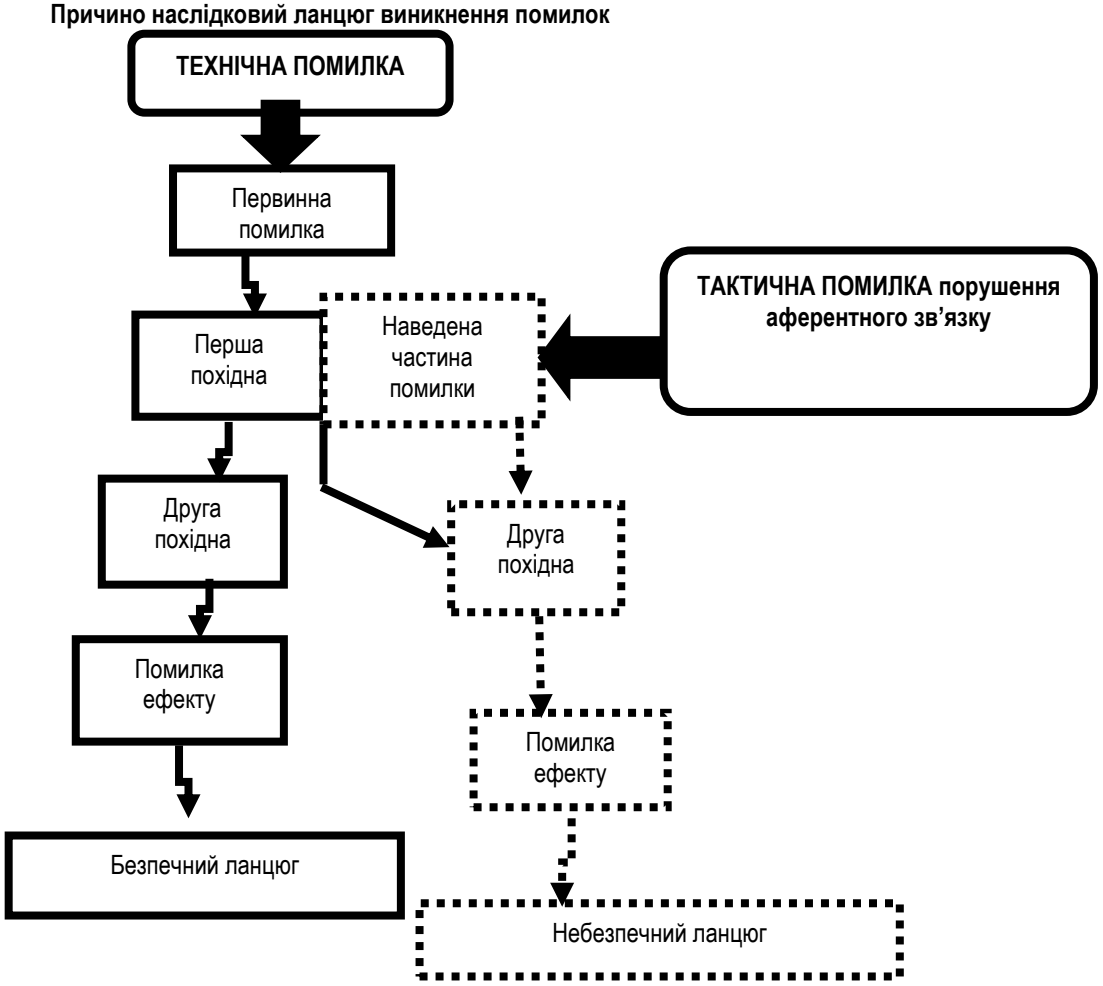


Рис. 2. Структурно логічна схема причино наслідкового ланцюга виникнення помилок

І тоді виходить ще, остаточна помилка ефекту по суті є вердиктом не тільки причино-наслідковому ланцюгу, а і фізичній вправі в цілому. Однак автор попереджає, що іноді проміжна помилка є наслідком не тільки основної помилки-причини (первинної помилки), а й певною мірою зовсім іншої, що не відноситься до даного причинно-наслідкового ланцюга, тоді виникає непередбачувана ситуація, тобто «складна помилка».

Складна помилка складається з двох помилок: похідної від первинної і «наведеної» частини зовсім іншої помилки, яка походить від іншої категорії помилок. Зазначена ситуація дорівнює з струмовими процесами, (де відбуваються наведення в одному електричному ланцюгу від іншого, розташованого поблизу) [7]. Рис.2. Така «наведена» помилка або частина помилки входить до складу причинно-наслідкового кола помилок, і похідні помилки вже формуються за її участю [7].

Таким чином, пояснюючи (Рис.2) ми бачимо, що початком причино-наслідкового ланцюга є технічна помилка і її перша та друга похідні ведуть до безпечної помилки остаточного ефекту пов'язаної з суть то технічними недоліками яких може бути недостатньо серед енергетичних або координаційних складових фізичної вправи і вони не є травмонебезпечними. Але несподівано в першу похідну першої помилки втручається тактична помилка порушення аферентного зв'язку і створює «наведену» частину першої похідної, чим змінює безпечний причино-наслідковий ланцюг на небезпечний. За дослідженням автора - наведена помилка проявляється помітно лише і натомість аналізованої помилки ефекту [7]. Іншими словами цей процес не можливо передбачити, або йому протистояти, його можливо проаналізувати, але тільки після події що сталося, рухаючись у зворотному напрямку від остаточної помилки ефекту.

Вивчаючи логіку травмувань було встановлено, що даний феномен одночасно об'єднує дві послідовні складові, перша складова це знання і допомога вчителя, друга складова це самостійне виконання фізичної вправи тим хто навчається. Встановлено, що дії вчителя фізичної культури-керівника заняття закінчуються наприкінці першої складової перед початком самостійного виконання фізичної вправи тим хто навчається.

Друга складова самостійне виконання вправи послідовно об'єднує помилки та їх наслідки, які в свою чергу можуть привести до травмувань. Вивчаючи внутрішню складову помилки було встановлено, що серед ланцюгів безпечної і небезпечної ланок, а також їх важливих складових, наведеної або складної помилки і остаточних помилок ефекту, не яких слідів, або фізичних дій збоку вчителя-керівника заняття не знайдено, а це автоматично доводить відсутність усяких юридичних підстав до кримінальних звинувачень зазначеної особи у наслідку раптово-можливих травмувань в процесі уроку фізичної культури. Наукові дослідження «Основи біомеханічного аналізу, елементи теорії

помилок» [7], потрібно використовувати в якості експертної оцінки речового доказу, джерела яких допоможуть встановити справжню причину травмування.

Відповідальність вчителів фізичної культури за отримані травми на своєму уроку цілком залежить від відповідності існуючого закону з охорони праці (ОП) правилам техніки безпеки і посадовим інструкціям даних працівників. Існуючий закон з охорони праці (ОП) базується на правилах техніки безпеки. А це означає, що правила техніки безпеки є і залишаються першочерговим джерелом на підставі якого складаються закони з охорони праці (ОП)і посадові інструкції для працівників відповідних галузей.

В свою чергу правила техніки безпеки і посадові інструкції народжуються на виробництвах чинних галузей з одного боку як документ гарантуючий безпечні умови на виробничих ділянках у разі його дотримання, з іншого боку, як документ на підставі якого будується кримінальна відповідальність в разі нещасних випадків, що сталися внаслідок порушення встановлених правил. Під час розробки або створенні правил безпеки і посадових інструкцій завжди враховується вузько особливий характер фахових робіт, а безпосередньо самі галузі виробництва до яких вони мають відношення вже займають другорядне значення, оскільки галузі хоч і є юридичними особами але вони ніколи не несуть кримінальної відповідальності за порушення закону (ОП) тому що їх професійні і одночасно керуючі функції залучають здійснення контролю стосовно заходів проведення планових інструктажів з охорони праці, а цього завжди вистачає щоб автоматично скасувати вказану відповідальність. Планові інструктажі проводяться на виробництвах для звичайних працівників галузі за обраними напрямками діяльності з метою озброєння теоретичними знаннями безпечного виконання робіт. Після ознайомлення з документом працівники стають юридично відповідальними особами у випадку порушення правил техніки безпеки на робочому місці.

Таким чином, хоч і достатньо стисло, виглядає головна характеристика даного закону однак вона чітко визначає відповідальних осіб технологічного процесу, тобто звичайних працівників-людей, які виконують роботи за своїм фахом. Водночас для збільшення без пекових знань і посилення їхньої якості галузевими виданнями завжди друкуються безліч різноманітних опрацювань пояснюючих мету правил техніки безпеки включно до рідкісних виробництв.

Неможна сказати що діяльність галузей в цьому напрямку завершується, це зовсім не так, більшість галузей ретельна працює над удосконаленням своїх нормативно-правових актів з охорони праці переглядаючи їх в міру впровадження нових досягнень науки і техніки, що сприяє не тільки поліпшенню безпеки, гігієни праці та виробничого середовища, а саме головне скасовує застарілу кримінальну відповідальність з працівників враховуючі сучасні зміни сьогодення.

Тісна співпраця з органами юстиції за участю професійних спілок і фонду соціального страхування України за погодженням з органами державного нагляду охорони праці надає їм змогу надійно захистити своїх робітників на випадок виникнення раптово несподіваних порушень на тлі яких спонтанна раптовість стає вже захищеною з боку закону, а це в свою чергу дарує працівникам спокій, бадьору наснагу, ініціативу і творче мислення на виробничому місці. Нажаль є галузі які зовсім не стежать за змінами в соціальному середовищі, ігнорують необхідність перегляду застарілих нормативно-правових актів з охорони праці чим наражають на небезпеку своїх робітників.

Досягнення науки і техніки, зміни у соціальному середовищі завжди ідуть попереду застарілих законів, тому галузі які цього не розуміють, або навмисно ухиляються від тісної співпраці з органами юстиції, стають головними чинниками самогальмування, а це сприяє значному погіршенню якості кінцевого продукту, втрати робочих кадрів в силу неможливості виконання своїх фахових робіт із-за нескасованої кримінальної відповідальності. Що стосується органів юстиції, то вони не можуть самотужки змінювати або виправляти закони без підтверджуючих рішень центральними органами виконавчої влади, погоджувальні дії яких та необхідність змін законів зацікавленим галузям треба не тільки доводити, а ще і відстоювати.

Також слід додати, що саме пріоритетне розуміння органами юстиції закону (ОП) поки що схиляється в бік правил безпеки які налаштовані на технічно індустріальні галузі. Зазвичай це пояснюється тим, що вони відрізняються простотою умов дотримання, оскільки в більшості випадків їх порушення дійсно залежить від недбалих дій робітника, тому що вони не вимагають від нього мистецтва виконання якихось складно координаційних рухів, або миттєвого вирішення непомірно складних розумових завдань для того щоб уникнути нещасного випадку, вони елементарно прості приблизно як правила для пішохідного руху.

Однак незважаючи навіть і на таку спрощену до мінімуму схему у технічному виробництві, яка по суті виглядає як взаємодія людини з роторною машиною, інколи виникають такі колапси, що слідчим групам буває важко порозумітися плутаючи у цих, м'яко кажучи, двох смереках. І тоді вже виникає несподівано інше запитання, а як же бути з тими галузями де робітничий процес залежить від взаємодій людей з людьми від їх дій, настрою, характеру, де одна людина може чомусь відповідати за вчинки багатьох інших і що саме цікаве відповідати не адміністративно, а кримінально, як це буває там де відповідальність торкається дій і вчинків неповнолітніх.

Нарешті ми поступово підійшли до найголовнішого, тобто до виявлення відповідності існуючого закону охорони праці (ОП) для умов праці одного із напрямків галузі фізичного виховання, оскільки його нормативні акти надають змогу розцінювати травми отримані учнями на уроку фізичної культури як порушення вимог техніки безпеки вчителями фізичної культури. Для кращого розуміння зараз буде надано приклад зазначеного порушення, яке дійсно має місце в реальних умовах шкільної практики. В загальноосвітній середній школі великого міста у восьмому класі йде урок фізичної культури за модулем «Баскетбол» чинній програми фізичного виховання, в другій половині уроку десь за десять, а інколи буває і за п'ятнадцять хвилин до закінчення заняття завжди проводиться спортивна гра за спрощеними правилами.

Вона здійснюється з метою закріплення отриманих рухових навичок, одночасно розвиваючи потрібні рухові якості забезпечуючи формування командної взаємодії. В процесі гри одна з дівчат (гравець одної з команд) замість того щоб з'єднуючи руки долонями від себе спіймати м'яча, а потім віддати його іншому гравцю своєї команди, раптово і навіть несподівано для себе, трохи розвила руки на зовні так, що м'яч пролетів скрізь долоні ударив її по обличчю і зламав ніс. Далі було порушено справу за ст. 271 ККУ[6] у невиконанні дій, які особа повинна була вчинити згідно із законодавчими або нормативними вимогами.

Вчителю пояснили, що замість тогу щоб стояти зі свистком, нібито керуючи грою, було потрібно швиденько побігти і спіймати м'яча, а у випадку коли спіймати вкрай не можливо то хоча б встигнути підставити свого обличчя під м'яч замість дівчини, чим запобігти травмі на уроку, а ви цього не змогли зробити, то доведеться відповідати. І таких не поодиноких прикладів у шкільному житті по країні вистачає вдосталь, але поки що у нас не має прав, а через це і сенсу їх переглядати та оприлюднювати.

Справа в тому, що серед посадових інструкцій з техніки безпеки застарого зразка для вчителів фізичної культури дійсно існують такі положення, які зазначають те що вчитель повинен швидко реагувати на усі події пов'язані з виконанням фізичних вправ у себе на уроку. Взагалі за їх тлумаченням виходить так, що вчитель обов'язково повинен миттєво опинятись у потрібному місці і у потрібний час, діяти залежно від обставин: надавати фізичну допомогу, власна демонструвати вправи, стежити за дисципліною і саме головне одночасно бути поряд з кожним учнем, або ученицею для того, щоб запобігти травмуванню, оскільки таким чином за старими положеннями розуміється його професійна придатність.

Але ці положення, існують з глибоких радянських часів і нажаль жодного разу не переглядались в юридичних колах за участю фахівців галузі на ймовірність їхньої реальності у сучасних умовах. Нагадуємо, нормативно правові акти з охорони праці повинні переглядатися не рідше одного разу на десять років [4]. Таким чином педагогічний аналіз на приклад відповідності існуючого закону охорони праці (ОП) для його використання стосовно порушень техніки безпеки внаслідок отриманих травм на уроку фізичної культури встановив, що існуючий закон у стані на зараз не може бути задіяно в даному напрямку галузі фізичного виховання, оскільки статті і основні положення чинного закону спрямовані на порушення техніки безпеки у технічно індустріальних галузях, а уроку фізичної культури у загальноосвітній школі належить до діяльнісної галузі, навчальний процес якого є повністю протилежним технологічному процесу на виробництвах, тому даний закон треба переглядати.

Правила техніки безпеки, або посадові інструкції для учителів фізичної культури і досі розробляються на підставі положень чинних, тобто непереглянутих законів охорони праці (ОП), які не ураховують особливої специфіки предмета фізичної культури, чим ігнорується вузько особливий характер фахових робіт, до того ж залишаються непомітними наукові досягнення, не тільки минулих, а і сучасних років, не звертається увага на швидке зростання ваги загальноосвітнього навантаження, а це суттєво унеможливлює процес викладання в силу великої кримінальної відповідальності.

Згідна державних санітарних норм та правил гігієнічна класифікація праці визначає показники шкідливості та небезпечності факторів виробничого середовища, до яких належать: важкість та напруженість трудового процесу. Важкість праці характеризується рівнем загальних енергозатрат організму або фізичним динамічним навантаженням, масою вантажу, що піднімається і переміщується, загальною кількістю стереотипних робочих рухів, величиною статичного навантаження, робочою позою, переміщенням у просторі[2]. На відлік від важкості напруженість праці є характеристикою трудового процесу, що відображає навантаження переважно на центральну нервову систему, органи чуттів, емоційну сферу працівника [2]. До показників, що характеризують напруженість праці, належать: інтелектуальні, сенсорні, емоційні навантаження, ступінь монотонності навантажень, режим роботи [2].

Гігієнічна оцінка важкості та напруженості праці проводиться шляхом додавання відношень виміряних або розрахованих показників до їх допустимих рівнів, помножених на коефіцієнт значимості показника (1,0 - для основних показників, 0,15 - для допоміжних). Клас та ступінь важкості й напруженості праці визначаються відповідно до розрахованих балів (сума відношень основних та допоміжних показників до їх нормативних рівнів, помножених на відповідний коефіцієнт) згідно цієї Гігієнічної класифікації праці. Найвищій клас та ступінь за факторами «важкість» або «напруженість» трудового процесу є третій клас, також його третя ступінь має додаток 3.2 (особливо важка або особливо напружена праця) [2]

Державні стандарти санітарної норми є остаточним результатом наукового дослідження гігієнічної класифікації праці за показниками шкідливості та напруженості факторів виробничого середовища , а також важкості та напруженості трудового процесу, які проводять дослідні центри гігієни праці та навчання. Це загальні результати на підставі яких кожна з галузей може робити спостереження за роботою своїх працівників робити висновки прогнози, знаходити докази шкідливих факторів середовища, важкості або напруженості трудового процесу які відбуваються в суспільстві в наслідок соціальних змін або в наслідок зросту новітніх технологій які благотворно впливають на виробничі досягнення одних але в той же час шкодять іншим.

Педагогічний аналіз робітничої діяльності вчителів фізичної культури встановив, що праця даного педагога відповідно стандартів Державних санітарних норм «Гігієнічної класифікації» [2] характеризується як напружена. Хоча важка характеристика теж має своє місце в динаміці навчального року, але вона зустрічається не дуже часто і взагалі залежить від специфіки обраних тем (модулів) навчання які можуть змінюватись. Головним чинником шкідливості умов праці є її напруженість. До показників напруженості які мають свій прояв в процесі педагогічної діяльності даного вчителя належать усі показники характеристики окрім ступеня монотонності навантажень.

Перший показник інтелектуальні напруження за класом характеристики відповідає найвищому класу оцінки 3.2 і розуміється як шкідливий (напружена праця), оскільки його чинник напруженості трудового процесу залучає контроль та попередню роботу з розподілу завдань іншим особам, тобто учням. Також перший показник напруженості інтелектуальні навантаження за характером виконуваної роботи проходить в умовах дефіциту часу, що відповідає вищому класу характеристики за оцінкою 3.1 і розуміється як шкідливий (Таблиця 1).

Таблиця 1.

КЛАСИ
умов праці за показниками напруженості праці

№ з/п	Показники та їх чинники напруженості трудового процесу	Класи умов праці			
		Оптимальний (напруженість праці легкого ступеня)	Допустимий (напруженість праці середнього ступеня)	шкідливий (напружена праця)	
		1	2	3.1	3.2
1	***Інтелектуальні навантаження***				
1.1	Розподіл функцій за ступенем складності завдання				Контроль та попередня робота з розподілу завдань іншим особам
1.2	Характер виконуваної роботи			Робота в умовах дефіциту часу	
2	***Сенсорні навантаження***				
2.1	Тривалість зосередження уваги (в % від часу зміни)			Більше 75	
2.2	Навантаження на голосовий апарат, сумарна кількість годин, з напруження голосового апарату протягом тижня			Від 20 до 25	Більше 25
3	***Емоційне навантаження***				
3.1	Ступінь відповідальності за результат своєї діяльності.				Є відповідальним за функціональну якість кінцевої роботи, завдання. Неправильні рішення можуть призвести до можливої небезпеки для життя
3.2	Значущість помилки				
3.3	Ступінь ризику для власного життя та життя інших осіб	Виключений			Вірогідний
3.4	Ступінь відповідальності за безпеку інших осіб	Виключений		Є відповідальним за безпеку	

4 4.1	***Режим праці*** Тривалість робочого дня, год.			Більше 8	

Другий показник сенсорні навантаження теж розташований в межах оцінок 3.1,3.2 відповідає третьому класу де тривалість зосередження уваги (в % від часу зміни) займає більше 75, а сумарна кількість годин, з напруження голосового апарату протягом тижня складає від 20 до 25 і вище (Таблиця 1). Третій і саме головний серед показників характеристики «напруженості» це показник емоційного навантаження.

Слід додати що саме цей показник містить цілу низку чинників які напряму пов'язані з фахово кримінальною відповідальністю вчителя фізичної культури об'єднуючи ступінь відповідальності за результат своєї діяльності зі ступенем відповідальності за безпеку. За критеріями оцінювання умов праці показник напруженості досягає найвищої межи тобто стає (шкідливим), оскільки працівник є відповідальним за функціональну якість кінцевої роботи, завдання. А це означає, що неправильні рішення можуть призвести до можливої небезпеки для життя інших осіб (Таблиця 1). Що стосується четвертого пункту «режиму праці», то тривалість робочого дня вчителів завжди більше восьми годин, оскільки окремо від тижневого навантаження у годинах вона ще охоплює щоденні години: самовдосконалення і підготовки до наступних занять.

Таким чином підводячи підсумок аналізу характеристики трудового процесу вчителів фізичної культури, можливо зробити висновок, що враховуючи данні санітарних норм гігієнічної класифікації праці, державі добре відомі труднощі вчителів фізичної культури, але вони поки що залишаються серед наукових звітів у наслідку відсутності галузевих дій.

Тим часом показник емоційного навантаження, об'єднуючи ступінь відповідальності за результат своєї діяльності зі ступенем відповідальності за безпеку, примушує вчителів боятися своїх власних уроків, робить їх інертними в наслідку не впевненості у своїх діях, а це примушує навчальний процес бути формальним.

Висновки:

1.Вивчаючи логіку травмувань було встановлено, що даний феномен одночасно об'єднує дві послідовні складові, перша складова це знання і допомога вчителя, друга складова це самостійне виконання фізичної вправи тим хто навчається. Встановлено, що дії вчителя фізичної культури-керівника заняття закінчуються наприкінці першої складової перед початком самостійного виконання фізичної вправи тим хто навчається. Друга складова самостійне виконання вправи послідовно об'єднує помилки та їх наслідки, які в свою чергу можуть привести до травмувань. Вивчаючи внутрішній механізм помилки було встановлено, що серед ланцюгів безпечної і небезпечної ланок, а також їх важливих складових, наведеної або складної помилки і остаточних помилок ефекту, не яких слідів, або фізичних дій збоку вчителя-керівника заняття не знайдено, а це автоматично доводить відсутність усяких юридичних підстав до кримінальних звинувачень зазначеної особи у наслідку раптово-можливих травмувань в процесі уроку фізичної культури. Наукові дослідження біомеханічного аналізу «Елементи теорії помилок» [5], потрібно використовувати в якості експертної оцінки речового доказу, джерела яких допоможуть встановити справжню причину травмування.

2.Існуючий закон з охорони праці (ОП) у стані на зараз не можна використовувати в напрямку галузі фізичного виховання, оскільки статті і основні положення чинного закону спрямовані на порушення техніки безпеки у технічно індустріальних галузях, а уроку фізичної культури у загальноосвітній школі належить до діяльнісної галузі, навчальний процес якого є повністю протилежним технологічному процесу на виробництвах, тому даний закон потребує перегляду. В правилах техніки безпеки і посадових інструкціях для учителів фізичної культури не ураховується особлива специфіка предмета фізичної культури, чим ігнорується вузько особливий характер фахових робіт, залишаються непомітними наукові досягнення, не тільки минулих, а і сучасних років, не звертається увага на швидке зростання ваги загальноосвітнього навантаження, а це суттєво унеможливлює процес викладання в силу великої кримінальної відповідальності.

3.Підсумок аналізу характеристики трудового процесу вчителів фізичної культури встановив, що враховуючи данні санітарних норм гігієнічної класифікації праці, державі добре відомі труднощі даної категорії вчителів, але вони поки що залишаються серед наукових звітів у наслідку відсутності галузевих дій. Тим часом показник емоційного навантаження, об'єднуючи ступінь відповідальності за результат своєї діяльності зі ступенем відповідальності за безпеку, примушує вчителів боятися своїх власних уроків, робить їх працю інертною в наслідку не впевненості у своїх діях, а це примушує навчальний процес бути формальним.

Наступні дослідження буде присвячено вивченню проблеми чинників напруженості праці вчителів фізичної культури.

Література

1.Аферентація це- https://surl.li/htuisf

2.Гігієнічна класифікація праці, важкості та напруженості трудового процесу http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/z0472-14

3.Грубар І. Я., Грубар Ю. О., Грабик Н. М. Шкільний травматизм: причини виникнення та шляхи профілактики. DOI https://doi.org/10.30525/978-9934-26-280-7-1

4. Законом України від 20.09.2019 р. N 124-IX) Стаття 28. Опрацювання, прийняття та скасування нормативно-правових актів з охорони праці

5.Конох А.П., Конох А.А., Конох О.Є., Захарова А.В. Основи безпеки під час проведення спортивно-масових заходів у закладах середньої освіти. Visnyk of Zaporizhzhya National University Physical education and Sports. (2024). 45-52. DOI https://doi.org/10.26661/2663-5925-2024-4-06

6.Кримінальний кодекс України (ККУ) Стаття 271 із змінами, внесеними згідно із Законами № 4837-VI від 24.05.2012, № 2617-VIII від 22.11.2018, № 3233-IX від 13.07.2023, № 3342-IX від 23.08.2023}

7.Коренберг В.Б. Основы качественного биомеханического анализа. https://prom.ua/ua/p1930636214-korenberg-osnovy-kachestvennogo.html

8.Oleg Kamaev, Evgeniy Proskurov, Vladimir Potop, Mykola Nosko, Tetiana Yermakova. Factors that influence somatic health of 10-11-year-old schoolchildren at the beginning and end of an academic year. Journal of Physical Education and Sport, 2017. 17(1). Art 60. pp. 407 – 413. 2017. URL: http://efsupit.ro (дата звернення: 13.11.2017). (міжнародне видання, що входить до наукометричної бази SCOPUS, DOI: https://doi.org/10.7752/jpes.2017.01060).

9.Проскуров Є.М. Камаєв О.І. Педагогічні аспекти фахово-кримінальної відповідальності вчителів фізичної культури. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15,2024.10(183).37 DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc

10.Проскуров Є.М. Динаміка зміни здоров'я у хлопчиків гімназії 10 – 11 років, під впливом загальноосвітнього навантаження. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2015. № 07. С. 39–47 DOI: http://dx.doi.org/10.15561/18189172.2015.0706

11.Проскуров Е.М. Сравнительная характеристика влияния однократных статических и динамических усилий с собственной массой тела на показатели вариационной пульсометрии у мальчиков 10–11 лет. Педагогіка, психологія та медико–біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2013. № 02. С. 61– 65. DOI: https://doi.org/10.6084/m9.figshare.639190

12.Проскуров Є.М. Особливості методики підвищення моторної щільності уроків фізичної культури в школі з використанням статичних вправ. Педагогічні науки: теорія, історія,інноваційні технології. 2019. № 7 (91). С 116–130. DOI https://doi.org/10.24139/2312-5593/2019.07/116-130

13. Проскуров Є.М. Особливості регламентації статичних навантажень для учнів середнього шкільного віку. Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. 2019. № 8 (92). С. 108–122. DOI 10.24139/2312-5593/2019.08/108-122

14.Посадова інструкція для вчителів фізичної культури. https://www.google.com/search?qCLACAfEFMpEeG5KffjM&sourceid=chrome&ie=UTF-8

15.У наслідку чого виникає порушення аферентації зворотного зв'язку https://surl.li/nyeico

Reference

1. Afferentation is https://surl.li/htuisf

2. Hygienic classification of labor, difficulty and intensity of the labor process http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/z0472-14

3. Grubar I. Ya., Grubar Yu. O., Grabyk N. M. School injuries: causes and ways of prevention. DOI https://doi.org/10.30525/978-9934-26-280-7-1

4. Law of Ukraine dated 09/20/2019 N 124-IX) Article 28. Development, adoption and repeal of regulatory legal acts on labor protection

5. Konokh A.P., Konokh A.A., Konokh O.E., Zakharova A.V. Fundamentals of safety during sports and mass events in secondary education institutions. Visnyk of Zaporizhzhya National University Physical education and Sports. (2024). 45-52. DOI https://doi.org/10.26661/2663-5925-2024-4-06

6. Criminal Code of Ukraine (CCU) Article 271 as amended by Laws No. 4837-VI of 05/24/2012, No. 2617-VIII of 11/22/2018, No. 3233-IX of 07/13/2023, No. 3342-IX of 08/23/2023

7. Korenberg V.B. Fundamentals of qualitative biomechanical analysis. https://prom.ua/ua/p1930636214-korenberg-osnovy-kachestvennogo.html

8.Oleg Kamaev, Evgeniy Proskurov, Vladimir Potop, Mykola Nosko, Tetiana Yermakova. Factors that influence somatic health of 10-11-year-old schoolchildren at the beginning and end of an academic year. Journal of Physical Education and Sport, 2017. 17(1). Art 60. pp. 407 – 413. 2017. URL: http://efsupit.ro (access date: 13.11.2017). (international publication, included in the SCOPUS scientometric database, DOI: https://doi.org/10.7752/jpes.2017.01060

9.Proskurov E.M. Kamaev O.I. Pedagogical aspects of professional and criminal liability of physical education teachers. Scientific Journal of the Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University. Series 15,2024.10(183).37 DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc

10. Proskurov E.M. Dynamics of health changes in boys of gymnasium 10–11 years old, under the influence of general educational workload. Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports. 2015. No. 07. P. 39–47 DOI: http://dx.doi.org/10.15561/18189172.2015.0706

11. Proskurov E.M. Comparative characteristics of the influence of single static and dynamic efforts with own body mass on the indicators of variational pulse measurement in boys of 10–11 years old. Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports. 2013. No. 02. P. 61– 65. DOI: https://doi.org/10.6084/m9.figshare.639190

12. Proskurov E.M. Features of the methodology for increasing the motor density of physical education lessons at school using static exercises. Pedagogical Sciences: Theory, History, Innovative Technologies. 2019. No. 7 (91). P. 116–130. DOI https://doi.org/10.24139/2312-5593/2019.07/116-130

13. Proskurov E.M. Features of the regulation of static loads for middle school students. Pedagogical Sciences: Theory, History, Innovative Technologies. 2019. No. 8 (92). P. 108–122. DOI https://doi.org/10.24139/2312-5593/2019.08/108-122

14. Job description for physical education teachers. https://www.google.com/search?

Стаття надійшла до редакції / Received 09.06.2026
Прийнята до друку / Accepted 18.07.2026
Опубліковано / Published 04.08.2026

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.07(207).25
УДК 796.853.26:355.233

Родіонов М.О.
кандидат педагогічних наук,
старший викладач кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту,
Військова академія (м. Одеса)
http://orcid.org/0000-0002-3278-3359
Тищук В.І.
викладач кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту,
Військова академія (м. Одеса)
http://orcid.org/0009-0002-7243-1347

НАУКОВО-МЕТОДИЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ІНТЕГРАЦІЇ ЕЛЕМЕНТІВ СТИЛЮ ГОДЗЮ-РЮ В СИСТЕМУ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ КУРСАНТІВ ВВНЗ

У роботі науково обґрунтовано доцільність інтеграції технічного складу та психологічних установок окінавського карате Годзю-рю в систему спеціальної фізичної підготовки (СФП) курсантів ВВНЗ. Аналіз трансформації сучасних збройних конфліктів свідчить про домінування бойових зіткнень в умовах обмеженого простору (траншеях, фортифікаційних спорудах, міській забудові). *За таких умов навички прикладного рукопашного бою на надкоротких дистанціях* визначено як критичний компонент індивідуальної боєздатності та живучості офіцерського складу. *Проаналізовано біомеханічну ефективність ударів ліктями, колінами та основою долоні. Техніки короткої амплітуди* забезпечують високу результативність дій *навіть у важкому бронезахисті та повному індивідуальному спорядженні. Окремий фокус дослідження спрямовано на специфічні методики: вправи тактильного контролю (kakie) та дихально-ізометричний комплекс Sanchin, що безпосередньо впливають на формування психофізичної стійкості. Встановлено, що впровадження засобів Годзю-рю не суперечить нормам керівних документів, а допомагає оптимізувати енерговитрати бійця та підвищити якість нейтралізації противника в умовах граничної психофізичної втоми.*

Ключові слова: *спеціальна фізична підготовка, курсанти ВВНЗ, рукопашний бій, Годзю-рю, прикладні одноборства, боєздатність, психофізична стійкість.*

Rodionov M. O., Tyshchuk V. I. Scientific and Methodological Substantiation of Integrating Goju-ryu Style Elements into the System of Special Physical Training of Military Higher Educational Institutions Cadets. *The article substantiates the integration of the Okinawan Goju-ryu karate technical arsenal into the special physical training (SPT) system for cadets. The study is necessitated by the evolution of modern armed conflicts, characterized by the prevalence of close-quarters combat in confined spaces (urban areas, trenches, fortifications). It is established that traditional hand-to-hand combat techniques often lose effectiveness due to biomechanical restrictions imposed by modern individual body armor (IBA). The research provides a biomechanical analysis of striking techniques in heavy equipment, proving that Goju-ryu methods, based on "vertical" force generation and short-amplitude movements, ensure effective neutralization of the opponent without wide body rotations. Particular attention is paid to the Sanchin breathing method, which creates intra-abdominal pressure, providing ergonomic support for the lumbar spine and enhancing psychophysical resilience under stress. The author proposes a three-stage 32-hour training model: 1) basic stabilization (Sanchin-dachi stance, low center of gravity); 2) contact-sensory adaptation (Kakie exercises, tactile sensitivity); 3) situational integration (modeling combat in trenches, countering weapon seizure attempts). The study confirms that these elements complement the current NFP-2021 manual by filling the "methodological gap" in combat training at ultra-short distances (0–0.5 m).*

Keywords: *special physical training, military cadets, hand-to-hand combat, Goju-ryu, applied martial arts, combat effectiveness, psychophysical stability.*

Постановка проблеми. Спеціальна фізична підготовка (СФП) у ВВНЗ є фундаментом професійної спроможності офіцерського складу. Проте трансформація сучасного загальновійськового бою диктує нові вимоги: критично зростає частка бойових зіткнень на надкоротких дистанціях в умовах обмеження мобільності засобами індивідуального бронезахисту (ЗІБЗ). Чинні підходи до навчання прийомам нападу та самозахисту не повною мірою