

ДОКТРИНА

“З ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У ЗБРОЙНИХ СИЛАХ УКРАЇНИ”



СЕРПЕНЬ 2025

ОБМЕЖЕННЯ РОЗПОВСЮДЖЕННЯ:

Для розповсюдження в Збройних Силах України і інших складових сил оборони держави. Виготовлення копій здійснюється з дозволу розробника військової публікації.

Ця військова публікація є першим виданням
ГОЛОВНЕ УПРАВЛІННЯ ДОКТРИН ТА ПІДГОТОВКИ
ГЕНЕРАЛЬНОГО ШТАБУ (J-7) ЗБРОЙНИХ СИЛ
УКРАЇНИ СПІЛЬНО З НАЦІОНАЛЬНИМ
УНІВЕРСИТЕТОМ ОБОРОНИ УКРАЇНИ ТА
НАЦІОНАЛЬНОЮ АКАДЕМІЄЮ СУХОПУТНИХ ВІЙСЬК
ІМЕНІ ГЕТЬМАНА ПЕТРА САГАЙДАЧНОГО

ОП 7-0(72)

ЗАТВЕРДЖУЮ

Начальник Генерального штабу
Збройних Сил України
генерал-майор

Андрій ГНАТОВ

“ 09 ” 08 2025 року

ДОКТРИНА

“З ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У ЗБРОЙНИХ СИЛАХ УКРАЇНИ”

Об'єднана визначальна
доктринальна
публікація військовим
організаційним
структурам
ЗС України та ІССОУ
з фізичної підготовки

СЕРПЕНЬ 2025

ОБМЕЖЕННЯ РОЗПОВСЮДЖЕННЯ:

Для розповсюдження в Збройних Силах України і інших складових сил оборони держави. Виготовлення копій здійснюється з дозволу розробника військової публікації.

Ця військова публікація є першим виданням

ГОЛОВНЕ УПРАВЛІННЯ ДОКТРИН ТА ПІДГОТОВКИ
ГЕНЕРАЛЬНОГО ШТАБУ (J-7) ЗБРОЙНИХ СИЛ
УКРАЇНИ СПІЛЬНО З НАЦІОНАЛЬНИМ
УНІВЕРСИТЕТОМ ОБОРОНИ УКРАЇНИ ТА
НАЦІОНАЛЬНОЮ АКАДЕМІЄЮ СУХОПУТНИХ ВІЙСЬК
ІМЕНІ ГЕТЬМАНА ПЕТРА САГАЙДАЧНОГО

ПЕРЕДМОВА

Об'єднана визначальна доктринальна публікація, Доктрина “З фізичної підготовки у Збройних Силах України” (далі – Доктрина) розроблена робочою групою офіцерів Головного управління доктрин та підготовки Генерального штабу (J-7) Збройних Сил України (далі – ЗС України) спільно з фахівцями Національного університету оборони України, Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного та погоджена із заінтересованими органами військового управління (далі – ОВУ) ЗС України, структурними підрозділами Міністерства оборони України та Генерального штабу ЗС України.

Склад робочої групи авторського колективу:

від Головного управління доктрин та підготовки Генерального штабу ЗС України полковник **Леонід САДОВСЬКИЙ** (керівник розроблення), полковник **Олег ЧІЧКАН**;

від Національного університету оборони України: полковник **Олександр ПЕТРАЧКОВ**, полковник **Сергій ЖЕМБРОВСЬКИЙ**, полковник **Дмитро ОЛЕНЄВ**, полковник **Дмитро КИСЛЕНКО**, полковник **Костянтин КІШЛАЛИ**, полковник **Олександр КОРНІЄНКО**, полковник **Сергій БОЙКО**; працівник ЗС України Василь ЯГУПОВ;

від Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного: полковник **Сергій РОМАНЧУК**, працівник ЗС України **Євгеній АНОХІН**.

Ця Доктрина розроблена на виконання вимог підпункту 64.1. додатку 2 “План розробки доктрин Збройних Сил України” до Директиви Головнокомандувача ЗС України “Про організацію розробки доктринальних документів Збройних Сил України” [3].

Також, ця Доктрина може застосовуватись іншими складовими Сил оборони України (далі – ІССОУ) під час дії правового режиму воєнного стану (особливого періоду) (посилання 1 – 5).

У цій Доктрині частково використані положення стандарту НАТО/NATO FM 7-22 “Holistic health and fitness”, Headquarters Department of the Army Washington, DC, 8 October 2020 (польовий статут “Цілісне здоров'я”, Департамент штабу Сухопутних військ, Вашингтон, округ Колумбія, видання 8 жовтня 2020 року)

Усі питання, що стосуються цієї Доктрини надсилати за такими адресами:

03168, м. Київ, проспект Повітряних Сил, 6, відділ фізичної підготовки і фізкультурно-спортивної реабілітації Головного управління доктрин та підготовки Генерального штабу (J-7) ЗС України або “СЕДО М” – індекс 348 (контактний телефон розробників для надання зауважень та пропозицій – 22-872);

03049, м. Київ, проспект Повітряних Сил, 28, Національний університет оборони України або “СЕДО М” – індекс 182 (контактний телефон розробників для надання зауважень та пропозицій – 21-333);

79026, м. Львів, вул. Героїв Майдану, 32 до навчального відділу Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного електронна пошта адреса nasv@post.mil.gov.ua або СЕДО-М – індекс 116;

10014, м. Житомир, вул. Велика Бердичівська, 17а, Центр оперативних стандартів і методики підготовки Збройних Сил України, електронна поштова адреса standart@mil.gov.ua або “СЕДО М” – індекс 360 (контактний телефон розробників для надання зауважень та пропозицій – (68) 44-781; (68) 32-066) в частині, що стосується оформлення та надання йому відповідного позначення (присвоєння реєстраційного номеру).

ЗМІСТ

	ПЕРЕДМОВА	2
	ВСТУП	5
1	ОСНОВИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У ЗС УКРАЇНИ	6
1.1	Призначення	6
1.2	Підгрунтя	7
1.3	Спроможності, мета, цілі та завдання фізичної підготовки у ЗС України	7
1.4	Принципи фізичної підготовки у ЗС України	9
1.5	Система фізичної підготовки у ЗС України	10
1.6	Функції системи фізичної підготовки у ЗС України	13
2	КЕРІВНИЦТВО ФІЗИЧНОЮ ПІДГОТОВКОЮ У ЗС УКРАЇНИ	14
2.1	Загальні положення	14
2.2	Делегування повноважень	15
2.3	Розподіл повноважень	15
2.4	Структурні підрозділи фізичної підготовки і спорту ОВУ та військових частин ЗС України	16
3	ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У ЗС УКРАЇНИ	22
3.1	Матеріально-технічне забезпечення	22
3.2	Фінансове забезпечення	23
3.3	Науково-методичне забезпечення фізичної підготовки	24
4	ОРГАНІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У ЗС УКРАЇНИ	24
4.1	Організація фізичної підготовки в умовах мирного часу	25
4.2	Організація фізичної підготовки в умовах особливого періоду (дії правового режиму воєнного стану)	26
4.3	Планування фізичної підготовки	27
4.4	Проведення фізичної підготовки	28
4.5	Зміст фізичної підготовки	29
4.6	Форми, методи, засоби фізичної підготовки	30
4.7	Оцінювання фізичної підготовки	32
4.7.1	Контроль фізичної підготовки	32
4.7.2	Облік фізичної підготовки	32
4.7.3	Звітність фізичної підготовки	32
5	ВИВЧЕННЯ ТА ВПРОВАДЖЕННЯ ДОСВІДУ В ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВКУ ЗС УКРАЇНИ	33
5.1	Вивчення досвіду	34
5.2	Впровадження досвіду	35
Додатки:		
	ПОСИЛАННЯ НА НОРМАТИВНО-ПРАВОВІ АКТИ ВІЙСЬКОВІ ПУБЛІКАЦІЇ	36
	ПЕРЕЛІК СКОРОЧЕНЬ ТА УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ	38
	ОСНОВНІ ТЕРМІНИ ТА ВИЗНАЧЕННЯ	39
	СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ (ДЖЕРЕЛ)	41
	ДЛЯ ЗАМІТОК	42

“Фізичні вправи можуть замінити безліч ліків, але жодні ліки в світі не можуть замінити фізичні вправи”.

(Анджело МОССО)

ВСТУП

В умовах збройної агресії з боку російської федерації проти нашої держави та необхідності реалізації стратегічного курсу України в євроатлантичний безпековий простір, отримання членства в НАТО/NATO особливої актуальності набуває формування єдиних поглядів керівництва ЗС України, ІССОУ, закладів, установ, організацій, структур сектору безпеки та оборони держави на всебічне забезпечення фізичної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійних завдань за посадовим призначенням та підвищення рівня їх спортивної майстерності.

Ця Доктрина передбачена для використання в ОВУ, військових частинах, вищих військових навчальних закладах (далі – ВВНЗ), військових навчальних підрозділах закладів вищої освіти (далі – ВНП ЗВО), закладах фахової передвищої військової освіти (далі – ЗФПВО), військових ліцеїв (далі – ВЛ), навчальних центрах (далі – НЦ), центрах підготовки підрозділів (далі – ЦПП), окремих навчальних батальйонах, школах, установах та організаціях ЗС України та ІССОУ.

У разі необхідності отримання електронних версій військових публікацій (доктринальних, регламентуючих та навчально-методичних військових публікацій), на які є посилання в цій Доктрині – користувачам використовувати Інструкцію “З порядку отримання електронних або друкованих військових публікацій, відеоматеріалів, проведення дистанційних курсів Збройних Сил України та країн-партнерів” (посилання 22).

1. ОСНОВИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У ЗС УКРАЇНИ

1.1. Призначення

1-1. Ця Доктрина визначає мету, основну ціль, завдання, принципи та складові системи фізичної підготовки військовослужбовців ЗС України, основи керівництва, забезпечення та організації їх фізичної підготовки у військових організаційних структурах ЗС України у мирний та воєнний час (під час дії правового режиму воєнного стану (особливого періоду)).

1-2. Розвиток складових системи фізичної підготовки військовослужбовців ЗС України здійснюється за основними напрямками:

уточнення змісту спроможностей ОВУ, інших організаційних структур щодо керівництва, забезпечення та організації фізичної підготовки, індивідуальних спроможностей військовослужбовців різних спеціальностей та вікових груп;

удосконалення нормативно-правового забезпечення фізичної підготовки, регламентація структури керівних та планувальних документів, оновлення змісту директив, доктрин, інструкцій, настанов, програм, рекомендацій тощо;

створення типової структури ОВУ фізичною підготовкою в ЗС України та набуття ними статусу самостійних (виокремлених) структурних підрозділів;

надання службам фізичної підготовки повноважень щодо організації видів забезпечення фізичної підготовки;

децентралізації системи управління фізичною підготовкою, чіткого розмежування повноважень між ОВУ, делегування повноважень щодо керівництва та організації заходів фізичної підготовки підпорядкованим структурам;

надання прав командирам всіх ступенів визначати (уточнювати) вимоги до фізичної підготовки (у бік збільшення) в підпорядкованих структурах у межах мінімальних вимог керівних документів;

посилення ролі та місця інструкторів фізичної підготовки (штатних та позаштатних) в системі підготовки військовослужбовців, створені у військових частинах окремих підрозділів (взводів) інструкторського складу;

удосконалення змісту фізичної підготовки військовослужбовців, посилення ролі військово-прикладних вправ та видів спорту, реалізації комплексних програм фізичної та бойової підготовки, психологічної підтримки персоналу, адаптивного спорту, фізкультурно-спортивної реабілітації;

використання інноваційних технологій фізичного виховання у системі фізичної підготовки військовослужбовців;

розроблення та впровадження заходів щодо підвищення мотивації військовослужбовців до підвищення рівня особистої фізичної підготовленості, поступовий перехід до суб'єкт-суб'єктного ставлення до процесу фізичної підготовки;

створення дієвої та доступної системи контролю рівня фізичної підготовленості всіх категорій військовослужбовців (в тому числі тих, хто має обмеження за станом здоров'я);

розроблення та впровадження єдиної електронної системи інформаційного забезпечення фізичної підготовки, реєстру індивідуального рівня фізичної підготовленості військовослужбовців;

осучаснення навчальної матеріально-технічної бази (далі – НМТБ) фізичної підготовки, створення умов для занять фізичною підготовкою у будь-яких умовах службово-бойової діяльності військовослужбовців;

удосконалення системи підготовки фахівців фізичної підготовки всіх освітніх рівнів, встановлення кваліфікаційних вимог щодо рівня освіти, підвищення кваліфікації перед призначенням їх на відповідну посаду;

посилення ролі дорадчих органів, робочих груп, результатів наукових досліджень у прийнятті рішень з питань фізичної підготовки, ВВНЗ у розробці відповідних програм, навчальної літератури та методичних рекомендацій;

посилення взаємодії між фахівцями фізичної підготовки ВВНЗ та військ, реалізація заходів щодо стажування науково педагогічного персоналу (далі – НПП) кафедр фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту;

налагодження роботи з вивчення та впровадження досвіду керівництва, забезпечення та організації фізичної підготовки.

1-3. Визначені в цій Доктрині положення є основою для розроблення керівних, планувальних, навчально-методичних та інших документів у системі фізичної підготовки ЗС України, які в подальшому отримуватимуть свій розвиток. Ієрархія основних керівних документів з фізичної підготовки у ЗС України наведена на рисунку 1.

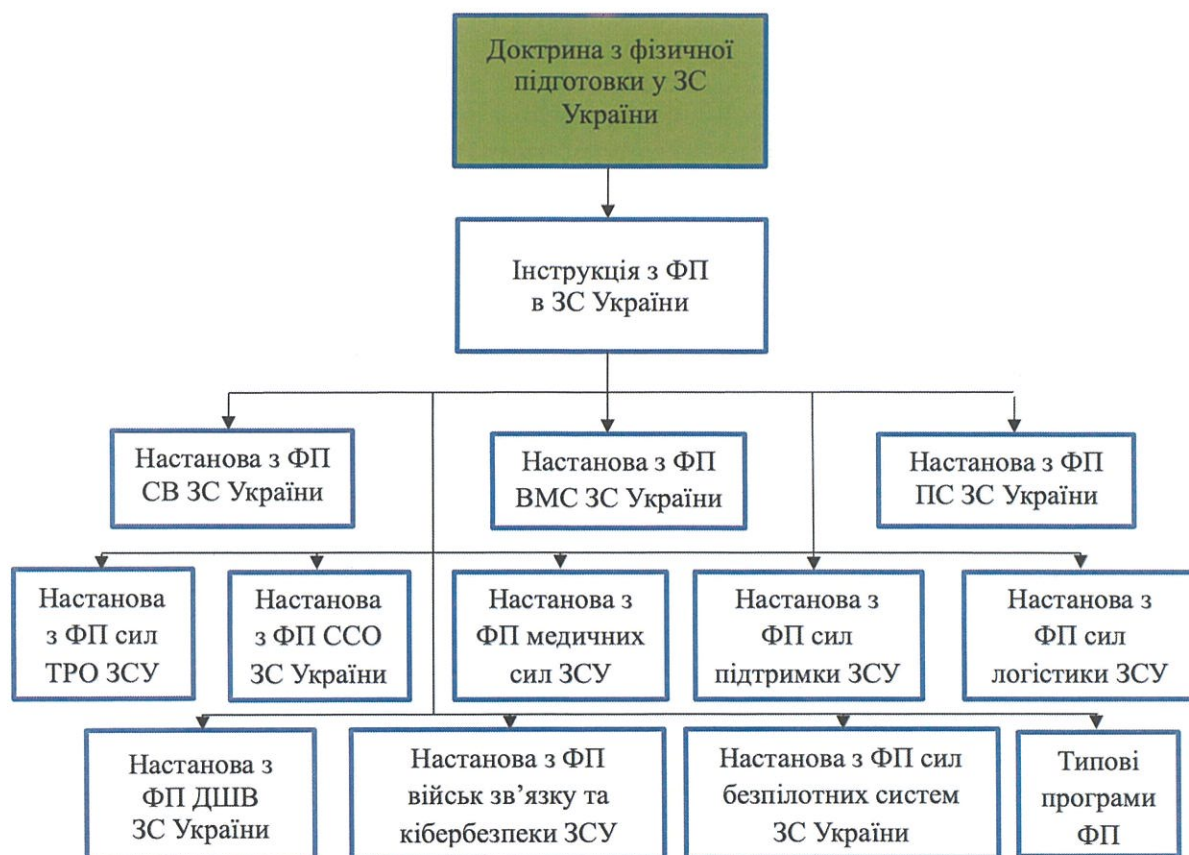


Рисунок 1 – Ієрархія основних керівних документів з фізичної підготовки у ЗС України

1-4. Результатом видання цієї Доктрини є впровадження єдиних наукових та організаційно-управлінських підходів щодо управління фізичною підготовкою військовослужбовців у ЗС України, що дозволить забезпечувати фізичну готовність військовослужбовців до службово-бойової діяльності як у мирний, так і воєнний час.

1.2. Підгрунття

1-5. Доктрина ґрунтується на таких основних положеннях:

на науковому підході до обґрунтування змісту фізичної підготовки військовослужбовців відповідно до вимог останніх досягнень наукової думки у різних галузях знань і необхідності вирішення проблемних питань фізичної підготовки військовослужбовців у ЗС України;

на досвіді застосування (підготовки) військ (сил) у відбитті повномасштабного вторгнення російської федерації в Україну, ООС (раніше АТО), проведенні заходів фізичної підготовки військовослужбовців у ЗС України;

на використанні оптимальних форм, методів і засобів управління фізичною підготовкою військовослужбовців і фізичним їх вдосконаленням, які відповідають сучасним вимогам і стандартам збройних сил держав-членів НАТО/NATO.

1.3. Спроможності, мета, цілі та завдання фізичної підготовки у ЗС України

1-6. Індивідуальна спроможність військовослужбовця – це його фізична здатність виконувати належні норми фізичної підготовленості (стандарти фізичної підготовки), що представляє інтегральний показник досягнення ним фізичної готовності до виконання військово-професійних завдань за посадовим призначенням.

1-7. Спроможності ОВУ щодо керівництва фізичною підготовкою визначаються в Єдиному переліку (каталозі) спроможностей Міністерства оборони України, Збройних Сил України та інших складових Сил оборони України (посилання 12).

1-8. Метою фізичної підготовки військовослужбовців є формування, розвиток, вдосконалення і підтримання професійно важливих фізичних та спеціальних якостей, військово-прикладних рухових навичок, умінь і здатностей, поліпшення фізичного розвитку, зміцнення здоров'я.

1-9. Основні цілі фізичної підготовки військовослужбовців полягають у формуванні, розвитку, вдосконаленні та підтриманні їх фізичної підготовленості та готовності до бойової діяльності, виконання службових

завдань за посадовим призначенням, підвищення їх психічної стійкості, сприяння ефективності навчання та виховання.

1-10. Завдання фізичної підготовки військовослужбовців зумовлені особливостями їх військово-професійної діяльності, які конкретизуються настановами з фізичної підготовки відповідних видів і родів військ ЗС України з урахуванням вимог Типового каталогу завдань із підготовки ЗС України:

формування і вдосконалення у військовослужбовців навичок і вмінь у виконанні рухових дій, які є елементами їх професійно-бойової діяльності;

підвищення працездатності, формування і підтримання стійкості організму до різних фізичних і психоемоційних навантажень військово-професійної діяльності, у тому числі й безпосередньо бойової;

формування, розвиток і підтримання готовності військовослужбовців до перенесення екстремальних фізичних і психічних навантажень у період підготовки та ведення бойових дій;

сприяння вихованню морально-вольових якостей військовослужбовців у процесі проведення з ними заходів фізичного виховання;

підвищення стійкості організму військовослужбовців до впливу несприятливих чинників військово-професійної та особливо бойової діяльності та навколишнього середовища;

сприяння вдосконаленню бойової злагодженості військових підрозділів, підвищенню рівня військово-спеціальної підготовленості військовослужбовців;

підвищення рівня функціональних резервів організму як інтегрованого потенціалу їх розумової та фізичної працездатності;

сприяння проведенню заходів фізкультурно-спортивної реабілітації військовослужбовців;

формування та вдосконалення командних, організаційно-методичних навичок і вмінь керівників форм фізичної підготовки військовослужбовців;

сприяння реалізації інших функцій фізичної підготовки військовослужбовців у ЗС України.

1.4. Принципи фізичної підготовки у ЗС України

1-11. Фізична підготовка військовослужбовців ЗС України базується на таких принципах:

принцип прикладності (контекстності) – застосування спеціально підібраних фізичних вправ, спрямованих на формування, розвиток, удосконалення і підтримання у військовослужбовців професійно важливих фізичних і спеціальних якостей, формування і удосконалення військово-рухових навичок, умінь і здатностей військового професіонала конкретного виду та роду військ ЗС України;

принцип комплексності – застосування таких засобів, методів, методик і технологій фізичної підготовки військовослужбовців, які мають комплексний вплив на їх постать і забезпечують всебічне формування, розвиток і

вдосконалення фізичних, психічних та інших якостей як військового професіонала;

принцип системності й систематичності – обов'язковість і регулярність занять фізичною підготовкою усіма категоріями військовослужбовців у формах, визначених керівними документами;

принцип послідовності – полягає в управлінській діяльності посадових осіб з поступового підвищення фізичного навантаження військовослужбовців, застосування фізичних вправ різного рівня складності на відповідних етапах підготовки, ефективного використання форм фізичної підготовки;

принцип оптимальності і конкретності – формування, розвиток, вдосконалення і підтримання у військовослужбовців професійно важливих фізичних і спеціальних якостей, сукупності рухових вмінь і навичок, а також їх функціональних можливостей до рівня, який є достатнім для успішної реалізації ними військово-професійних функцій у мирний і воєнний час;

принцип безпечності – зменшення ризиків травмування військовослужбовців при проведенні заходів фізичної підготовки, під час використання спортивних споруд та обладнання шляхом дотримання нормативно-правових вимог, поступовості фізичних навантажень, індивідуалізації фізичної підготовки військовослужбовців і контролю за станом їх фізичного та психічного здоров'я.

1.5. Система фізичної підготовки у ЗС України

1-12. Фізична підготовка військовослужбовців у ЗС України здійснюється у відповідній педагогічній системі (рисунк 2), яка являє собою сукупність взаємопов'язаних елементів, спрямованих на формування, розвиток, вдосконалення та підтримання фізичної підготовленості (готовності) військовослужбовців до індивідуальних і спільних (колективних) дій у процесі службово-бойової діяльності як у мирний, так і воєнний час.

1-13. Основними елементами системи фізичної підготовки ЗС України є:

зміст фізичної підготовки військовослужбовців – практичні і теоретичні знання щодо фізичного виховання та самовиховання, фізичної підготовленості та готовності військовослужбовців, організаційні форми, методи і засоби їх формування, розвитку, вдосконалення та підтримання, організаційно-методичні навички та вміння управління фізичним вдосконаленням військовослужбовців, фізичною підготовкою організаційних структурах ЗС України;

суб'єкти фізичної підготовки – відповідні ОВУ та посадові особи управління військових частин, командири всіх ступенів, фахівці фізичної підготовки і спорту, інші посадові особи (тренери, судді), які безпосередньо здійснюють керівництво фізичною підготовкою, проведення її заходів та всебічне забезпечення;

об'єкти фізичної підготовки – військовослужбовці, резервісти, працівники ЗС України з якими проводяться заходи фізичної підготовки;

засоби, методи, методики, технології та організаційні форми, які забезпечують управління фізичною підготовкою (керівництво, всебічне забезпечення, підготовку персоналу, планування (програмування), проведення, оцінювання) та фізичне вдосконалення військовослужбовців (теорія фізичної підготовки, методика розвитку, навчання, виховання тощо);

результат фізичної підготовки військовослужбовців – їх фізична підготовленість і готовність до військово-професійної діяльності, у тому числі й безпосередньо в екстремальних умовах бойової діяльності.

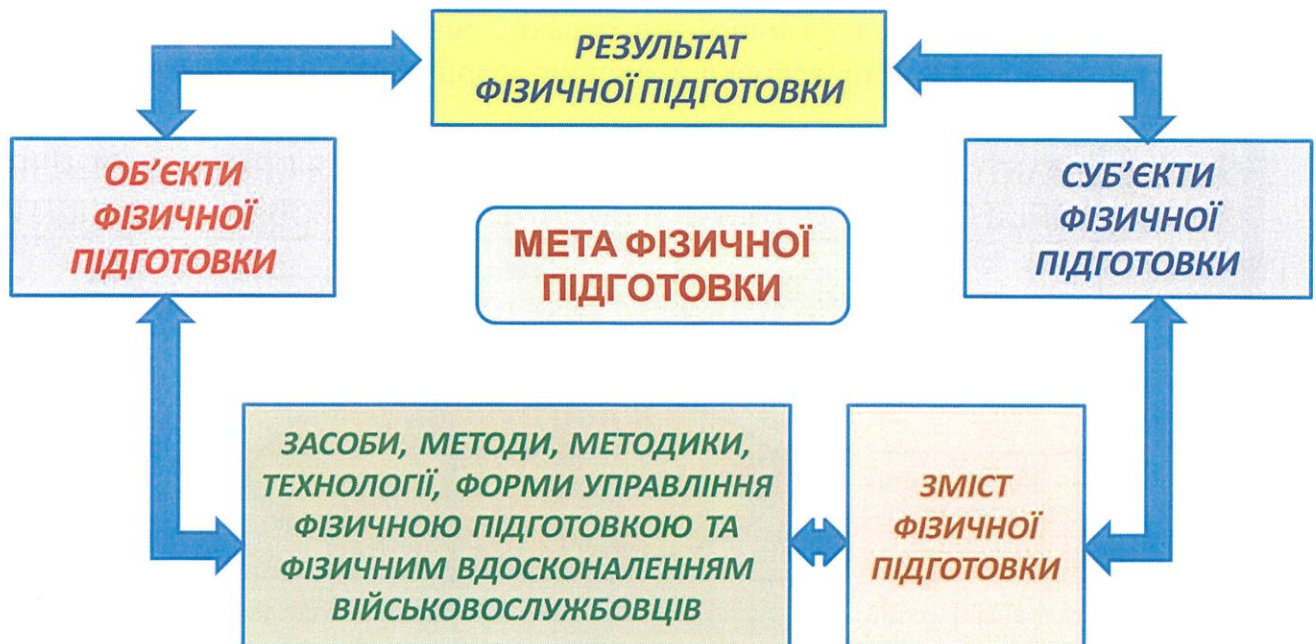


Рисунок 2 – Система фізичної підготовки ЗС України

1-14. Елементи системи фізичної підготовки, вимоги нормативно-правових, методичних документів, фактори (чинники) впливу на її стан, риси, функції та ознаки формують теоретичну модель структури функціонування системи фізичної підготовки в ЗС України (рисунок 3).

1-15. Система фізичної підготовки ЗС України – це цілеспрямована, послідовна та взаємоузгоджена діяльність суб'єктів фізичної підготовки щодо впливу на об'єкти фізичної підготовки для формування, розвитку, вдосконалення та підтримання їх фізичної підготовленості (готовності), досягнення ними визначених спроможностей.

1-16. Мета функціонування системи фізичної підготовки полягає у її здатності забезпечувати досягнення належного рівня фізичної готовності військовослужбовців до військово-професійної, у тому числі й безпосередньо бойової діяльності.

1-17. Система фізичної підготовки реалізується за фазами:

перша фаза (планування) – аналіз фактичного стану фізичної підготовки військовослужбовців; прогнозування рівня їх фізичної готовності, якої необхідно досягти для виконання ними індивідуальних та колективних (спільних) дій у процесі службово-бойової діяльності; формування вимог, уточнення завдань та порядку організації фізичної підготовки, відповідальних виконавців і обсягів необхідних ресурсів на забезпечення проведення заходів фізичного виховання військовослужбовців;

друга фаза (забезпечення) – організація виділення необхідних ресурсів для забезпечення фізичної підготовки, розвиток та удосконалення НМТБ до потреб фізичної підготовки певної категорії військовослужбовців;



Рисунок 3 – Структурна модель функціонування системи фізичної підготовки військ ЗС України

третьа фаза (проведення) – проведення заходів фізичної підготовки з військовослужбовцями, здійснення поточного контролю за їх фізичною підготовленістю на відповідному етапі підготовки, аналіз ефективності проведених заходів фізичного виховання;

четверта фаза (оцінювання) – здійснення оцінювання якості управління фізичною підготовкою, фізичної підготовленості та готовності військовослужбовців до військово-професійної діяльності, звітування та визначення напрямків удосконалення їх фізичної підготовки;

п'ята фаза (ВВД) – збір, узагальнення та аналіз результатів фізичної підготовки військовослужбовців, вивчення досвіду підготовки та його впровадження у наступних заходах фізичної підготовки.

1.6. Функції системи фізичної підготовки у ЗС України

1-18. Функціями управління фізичною підготовкою є: керівництво, забезпечення, організація (планування, проведення, оцінювання).

1-19. Результативність (ефективність) функціонування системи фізичної підготовки залежить від якості реалізації її специфічних і неспецифічних функцій.

1-20. Специфічні функції фізичної підготовки (педагогічного характеру і спрямування):

виховна – зводиться до різнобічного впливу на постать військовослужбовців з метою формування, розвитку, вдосконалення та підтримання у них системи моральних, духовних і професійних цінностей, переконань щодо фізичної досконалості як військового професіонала, розширенню світогляду, регулюванню поведінки та найголовніше – перетворення в суб'єкта фізичного самовиховання;

формувальна – пов'язана з активним впливом фізичної підготовки військовослужбовців на їх фізичну та духовну природу як військового професіонала та реалізується через створення організаційно-педагогічних і матеріально-технічних сприятливих умов для формування фізичної підготовленості та готовності до військово-професійної діяльності як суб'єктів екстремального виду діяльності;

розвивальна – пов'язана з активним впливом фізичної підготовки на біологічну і духовну природу військовослужбовців та реалізується через створення сприятливих організаційно-педагогічних і матеріально-технічних умов для якісних морфологічних та функціональних змін в їх організмі, зміцненні опорно-рухового апарату, зростанні м'язової маси тіла й окремих його частин, розвитку рухових якостей, вдосконаленні і економічності дихального, кровопостачального, обмінного процесів;

вдосконалення – зводиться до різнобічного впливу на постать військовослужбовців з метою вдосконалення їх фізичної підготовленості та готовності як військових професіоналів;

освітня – реалізується через відповідну суму теоретичних і практичних знань, вмінь, навичок щодо фізичного виховання та самовиховання, фізичної підготовленості та готовності як військового професіонала, руховий досвід, способи оволодіння військово-прикладними діями військової спеціальності, способи оволодіння фізичними і спортивними вправами в процесі занять фізичною підготовкою, самостійних тренувань;

злагоджувальна – полягає у спільних (колективних) діях військовослужбовців і підрозділів у процесі виконання фізичних вправ та командної змагальної діяльності.

1-21. До не специфічних функцій фізичної підготовки належать: світоглядна, комунікативна, оздоровчо-гігієнічна, методологічна, методична, змагальна, гедоністична, нормативна, престижна, прикладна, видовищна, рекламна, відволікальна.

2. КЕРІВНИЦТВО ФІЗИЧНОЮ ПІДГОТОВКОЮ У ЗС УКРАЇНИ

2.1. Загальні положення

2-1. Розподіл повноважень щодо реалізації визначених функцій управління фізичною підготовкою (керівництво, забезпечення, організація), здійснюється відповідно до чинного законодавства України та чинних нормативно-правових актів Міністерства оборони України (посилання 6 – 12).

2-2. Керівництво фізичною підготовкою військовослужбовців – діяльність командирів (начальників), інших посадових осіб, яка спрямована на вироблення та прийняття рішень щодо фізичної підготовки військовослужбовців, постановку завдань виконавцям, координацію та всебічне забезпечення їхніх узгоджених дій, оцінювання та аналіз результатів виконання поставлених завдань і підведення підсумків заходів фізичної підготовки військовослужбовців.

2-3. Основними заходами керівництва фізичною підготовкою є:

постановка (уточнення) завдань командирам (начальникам) з організації фізичної підготовки військовослужбовців на навчальний рік (плановий період);

практична реалізація запланованих заходів фізичної підготовки військовослужбовців в організаційних структурах з одночасним їхнім коригуванням за результатами контролю, а саме: здійснення перевірок щодо якості організації і методики проведення заходів фізичної підготовки; ведення обліку та аналіз результатів проведених заходів фізичної підготовки; коригування процесу фізичної підготовки;

надання практичної допомоги керівникам в удосконаленні методів їх роботи в ході підготовки та проведення заходів фізичної підготовки з військовослужбовцями;

цілеспрямована підготовка командирів (начальників, спортивного активу) в ході проведення навчально-методичних зборів, інструкторсько-методичних (показових) занять тощо з метою набуття ними індивідуальних організаційно-методичних умінь і навичок в організації заходів фізичної підготовки військовослужбовців;

надання прав посадовим особам (делегування та розподіл повноважень) щодо керівництва фізичною підготовкою військовослужбовців, визначення їхніх обов'язків і відповідальності;

постійне вдосконалення НМТБ та своєчасне впровадження в практику сучасних методів, методик, технологій і засобів фізичної підготовки військовослужбовців;

постійне узагальнення передового досвіду фізичної підготовки військовослужбовців і впровадження його у практику діяльності ОВУ, військових частин (підрозділів), установ;

науково-обґрунтоване розроблення стратегій, концепцій, настанов, інструкцій, методичних рекомендацій, навчальних, навчально-методичних посібників та інших матеріалів для навчально-методичного забезпечення фізичної підготовки конкретної категорії військовослужбовців;

мотивування військовослужбовців до активної участі в заходах фізичного виховання та становлення суб'єктами фізичного самовиховання.

2.2. Делегування повноважень

2-4. Основними принципами керівництва фізичною підготовкою військовослужбовців у ЗС України є делегування та розподіл повноважень, дотримання яких сприяє децентралізації системи управління, ініціативі та забезпеченню її результативності (ефективності).

2-5. **Принцип делегування** передбачає передачу деяких повноважень з організації та проведення фізичної підготовки підпорядкованим командирам (органам управління нижчого рівня), створенні координаційних органів та визначенні взаємовідносин між ними.

2-6. У разі делегування повноважень щодо проведення заходів фізичної підготовки, що виходять за межі функціональних обов'язків об'єкту управління, командири (начальники) зобов'язані організувати підготовку зацікавлених посадових осіб на відповідних навчально-методичних зборах, конференціях, семінарах, інструкторсько-методичних та показових заняттях. На рівні військової частини такі повноваження можуть бути делеговані військовослужбовцям щодо проведення форм фізичної підготовки.

2-7. Доктрина не замінює повноваження та обов'язки командирів (начальників) визначати напрямки, завдання та порядок організації проведення заходів з фізичної підготовки. За такі рішення відповідальність несе відповідний командувач (командир, начальник).

2.3. Розподіл повноважень

2-8. Керівництво фізичною підготовкою покладається:

у *ЗС України* – на Головнокомандувача ЗС України через одного із його заступників (відповідно до розподілу обов'язків) та відповідний структурний підрозділ фізичної підготовки та фізкультурно-спортивної реабілітації;

у *видах, окремих родах військ (сил) ЗС України*, оперативних (повітряних) командуваннях – на командувачів видів, окремих родів військ (сил) ЗС України, оперативних (повітряних) командувань, через їх заступників та відповідні структурні підрозділи фізичної підготовки та фізкультурно-спортивної

реабілітації видів, окремих родів військ (сил) ЗС України, оперативних (повітряних) командувань;

в армійських корпусах, корпусах Десантно-штурмових військ, корпусі морської піхоти – на командирів корпусів через їх заступників та відповідні структурні підрозділи фізичної підготовки та фізкультурно-спортивної реабілітації;

у військових частинах – на командирів військових частин через їх заступників та начальників служби фізичної підготовки та фізкультурно-спортивної реабілітації військових частин;

у ВВНЗ (ВНП ЗВО, ЗФПВО, військових ліцеїв) – на їх начальників через відповідних заступників та начальників кафедр (фахівців) фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту.

2.4. Структурні підрозділи фізичної підготовки і спорту ОВУ та військових частин ЗС України

2-9. Структурні підрозділи фізичної підготовки і спорту ОВУ ЗС України у своїй діяльності реалізують функції розвитку, планування, підготовки, застосування та вивчення досвіду.

2-10. Відділ фізичної підготовки та фізкультурно-спортивної реабілітації Головного управління доктрин та підготовки (J-7) ГШ ЗС України:

здійснює загальне керівництво фізичною підготовкою в ЗС України;

розробляє доктринальні та нормативні документи (доктрини, інструкції, настанови, методичні рекомендації) з питань функціонування системи фізичної підготовки в ЗС України;

організовує набуття визначених індивідуальних спроможностей військовослужбовців та спроможностей ОВУ щодо керівництва фізичною підготовкою в ЗС України;

приймає участь у розробці стратегій, концепцій, інших програмних документів (державних, цільових програм) з питань розвитку фізичної підготовки в ЗС України;

визначає основні напрямки розвитку системи фізичної підготовки ЗС України;

організовує фізичну підготовку в структурних підрозділах Генерального штабу ЗС України;

здійснює загальне планування фізичної підготовки в ЗС;

розробляє професійні стандарти підготовки, кваліфікаційні вимоги, компетентності, програмні результати навчання та здійснює супроводження підготовки військових фахівців фізичної підготовки у ВВНЗ на всіх рівнях військової освіти для потреб сил оборони;

визначає потреби у фахівцях фізичної підготовки, бере участь у їх підборі та підготовці (підвищенні кваліфікації), а також у комплектуванні офіцерським складом штатних посад фізичної підготовки у військах (силах);

організовує методичне забезпечення фізичної підготовки у ЗС України, розроблення та видання інформаційних, навчально-методичних матеріалів, рекомендацій, інструкцій, програм тощо;

здійснює наукове керівництво фізичною підготовкою, визначає замовлення на наукову продукцію, організовує проведення наукових досліджень, експертиз, конференцій, семінарів, засідань науково-методичної ради з фізичної підготовки;

приймає участь у матеріально-технічному та фінансовому забезпеченні фізичної підготовки, визначає пріоритети у розподілі фінансового ресурсу на забезпечення потреб фізичної підготовки;

проводить заходи щодо популяризації і розвитку військово-прикладного спорту, організовує чемпіонати ЗС України;

здійснює відбір та надає пропозиції до участі фахівців фізичної підготовки, збірних команд, окремих спортсменів у заходах міжнародного співробітництва (стажуваннях, обміну досвідом, участі у спортивних змаганнях);

організовує вивчення та впровадження передового досвіду фізичної підготовки з питань організації, підготовки фахівців, забезпечення, та її розвитку в ОВУ, військових частинах, ВВНЗ ЗС України.

2-11. Служба фізичної підготовки і фізкультурно-спортивної реабілітації виду, окремого роду військ (сил) ЗС України:

здійснює загальне керівництво фізичною підготовкою у виді, окремому роді військ (сил) ЗС України;

розробляє та затверджує нормативні документи (комплексні (цільові) програми фізичної підготовки, настанови, методичні рекомендації) з питань функціонування системи фізичної підготовки у виді, окремому роді військ (сил) ЗС України;

надає пропозиції до проектів законів України, інших нормативно-правових актів, керівних документів (наказів і директив) Міністерства оборони України, Головнокомандувача ЗС України, начальника Генерального штабу ЗС України, командувань видів (окремих родів) ЗС України з питань, що належать до компетенції фізичної підготовки;

організовує набуття визначених індивідуальних спроможностей військовослужбовців та спроможностей ОВУ щодо керівництва фізичною підготовкою у виді, окремому роді військ (сил) ЗС України;

приймає участь у розробці стратегій, концепцій, інших програмних документів (державних, цільових програм) з питань розвитку фізичної підготовки у виді, окремому роді військ (сил) ЗС України;

організовує та координує реалізацію заходів фізичної підготовки, розвиток системи керівництва фізичною підготовкою у видах, окремих родах військ (сил) ЗС України;

здійснює планування фізичної підготовки у видах, окремих родах військ (сил) ЗС України;

здійснює відбір кандидатів та готує пропозиції на просування по службі, навчання, підвищення кваліфікації фахівців фізичної підготовки у виді, окремому роді військ (сил) ЗС України;

організовує навчально-методичні збори фахівців фізичної підготовки, службові наради, заняття, конференції;

здійснює поточний та підсумковий контроль фізичної підготовки військових фахівців у підпорядкованих ВВНЗ (у межах своїх компетенцій);

організовує навчальні заняття з фізичної підготовки в структурних підрозділах видів, окремих родів військ (сил) ЗС України та здійснює контроль рівня фізичної підготовленості військовослужбовців;

веде облік навчальної НМТБ з фізичної підготовки виду, окремого роду військ (сил) ЗС України, готує пропозиції щодо її вдосконалення;

узагальнює результати проведених у видах, окремих родах військ (сил) ЗС України заходів та перевірок з питань фізичної підготовки;

готує інформаційно-аналітичні (звітні) матеріали про стан фізичної підготовки у виді, окремому роді військ (сил) ЗС України та подає їх старшому начальнику;

здійснює аналіз діяльності підпорядкованих ОВУ видів, окремих родів військ (сил) ЗС України щодо керівництва, забезпечення та організації фізичної підготовки (ОК, ПвК та їм рівних);

організовує роботу щодо комплектування офіцерським складом штатних посад – фахівців фізичної підготовки у виді, окремому роді військ (сил) ЗС України;

організовує спортивні, військово-спортивні змагання, навчально-тренувальні збори збірних команд у виді, окремому роді військ (сил) ЗС України;

формує збірні команди видів, окремих родів військ (сил) ЗС України, забезпечує їх підготовку та участь у чемпіонатах ЗС України;

здійснює взаємодію зі спортивними федераціями України;

узагальнює та доповідає старшому начальнику результати вивчення та впровадження передового досвіду фізичної підготовки з питань організації, підготовки фахівців, забезпечення та її розвитку в ОВУ, військових частинах, ВВНЗ видів, окремих родів військ (сил) ЗС України.

2-12. Служба фізичної підготовки і фізкультурно-спортивної реабілітації оперативного (повітряного) командування:

здійснює загальне керівництво фізичною підготовкою в оперативному (повітряному) командуванні;

розробляє та затверджує комплексні (цільові) програми фізичної підготовки, методичні рекомендації та інші документи з питань функціонування системи фізичної підготовки в оперативному (повітряному) командуванні;

організовує та координує реалізацію заходів фізичної підготовки, розвиток системи керівництва фізичною підготовкою в оперативному (повітряному) командуванні;

здійснює планування фізичної підготовки в управлінні оперативного (повітряного) командування, надає вихідні дані для планування фізичної підготовки в підпорядкованих армійських корпусах, частинах безпосереднього підпорядкування;

здійснює відбір кандидатів та готує пропозиції на просування по службі, навчання, підвищення кваліфікації фахівців фізичної підготовки в оперативному (повітряному) командуванні;

організовує навчально-методичні збори фахівців фізичної підготовки, службові наради, заняття;

організовує навчальні заняття з фізичної підготовки в ОВУ оперативного (повітряного) командування та здійснює контроль рівня фізичної підготовленості військовослужбовців;

веде облік навчальної НМТБ фізичної підготовки оперативного (повітряного) командування, готує пропозиції щодо її вдосконалення;

узагальнює результати проведених в оперативному (повітряному) командуванні заходів та перевірок з питань фізичної підготовки;

готує інформаційно-аналітичні (звітні) матеріали про стан фізичної підготовки в оперативному (повітряному) командуванні та подає їх старшому начальнику;

здійснює аналіз діяльності підпорядкованих ОВУ оперативних (повітряних) командувань щодо керівництва, забезпечення та організації фізичної підготовки в армійських корпусах, частинах безпосереднього підпорядкування;

організовує роботу щодо комплектування офіцерським складом штатних посад – фахівців фізичної підготовки у виді (окремому роді) ЗС України;

організовує спортивні, військово-спортивні змагання, навчально-тренувальні збори збірних команд в оперативному (повітряному) командуванні;

формує збірні команди оперативних (повітряних) командувань, забезпечує їх підготовку та участь у чемпіонатах видів (окремих родів) ЗС України;

узагальнює та доповідає старшому начальнику результати вивчення та впровадження передового досвіду фізичної підготовки з питань організації, підготовки фахівців, забезпечення та її розвитку в ОВУ, військових частинах оперативного (повітряного) командування.

2-13. Служба фізичної підготовки і фізкультурно-спортивної реабілітації армійського корпусу (КСВ ЗС України, КДШВ ЗС України, КМП ЗС України):

здійснює загальне керівництво фізичною підготовкою в армійському корпусі та підпорядкованих військових частинах;

розробляє та затверджує методичні рекомендації та інші документи з питань функціонування системи фізичної підготовки в армійському корпусі;

організовує та координує реалізацію заходів фізичної підготовки, розвиток системи керівництва фізичною підготовкою в структурних підрозділах армійського корпусу та підпорядкованих військових частинах;

здійснює планування фізичної підготовки в ОВУ армійського корпусу, надає вихідні дані для планування фізичної підготовки в підпорядкованих військових частинах;

здійснює відбір кандидатів та готує пропозиції на просування по службі, навчання, підвищення кваліфікації фахівців фізичної підготовки армійському корпусі;

організовує навчально-методичні збори фахівців фізичної підготовки, службові наради, заняття, здійснює контроль за їх службовою діяльністю;

організовує навчальні заняття з фізичної підготовки в ОВУ армійського корпусу та здійснює контроль рівня фізичної підготовленості військовослужбовців;

веде облік навчальної НМТБ фізичної підготовки армійського корпусу, готує пропозиції щодо її вдосконалення;

узагальнює результати проведених в армійському корпусі заходів та перевірок з питань фізичної підготовки;

готує інформаційно-аналітичні (звітні) матеріали про стан фізичної підготовки в армійському корпусі та подає їх старшому начальнику;

здійснює аналіз діяльності ОВУ армійського корпусу та підпорядкованих військових частинах щодо керівництва, забезпечення та організації фізичної підготовки;

організовує роботу щодо комплектування офіцерським складом штатних посад – фахівців фізичної підготовки в армійському корпусі;

організовує спортивні, військово-спортивні змагання, навчально-тренувальні збори збірних команд в армійському корпусі;

формує збірні команди армійського корпусу, забезпечує їх підготовку та участь у чемпіонатах оперативних (повітряних) командувань;

здійснює взаємодію зі регіональними осередками спортивних федерацій України;

узагальнює та доповідає старшому начальнику результати вивчення та впровадження передового досвіду фізичної підготовки з питань організації, підготовки фахівців, забезпечення та її розвитку в ОВУ, військових частинах армійського корпусу.

2-14. Служба фізичної підготовки і фізкультурно-спортивної реабілітації військової частини:

здійснює методичне керівництво та організацію фізичної підготовки в військовій частині;

розробляє та затверджує методичні рекомендації та інші документи з питань функціонування системи фізичної підготовки у військовій частині;

організовує та координує реалізацію заходів фізичної підготовки, розвиток системи управління фізичною підготовкою в структурних підрозділах військової частини;

здійснює планування фізичної підготовки в структурних підрозділах військової частини, надає вихідні дані для планування фізичної підготовки в підрозділах військових частинах;

організовує навчально-методичні збори, наради, заняття з фахівцями фізичної підготовки, спортивним активом військової частини, позаштатними інструкторами фізичної підготовки, приймає участь у підготовці командирів підрозділів;

організовує проведення форм фізичної підготовки в структурних підрозділах військової частини та здійснює контроль рівня фізичної підготовленості військовослужбовців;

веде облік навчальної НМТБ з фізичної підготовки військової частини, готує пропозиції щодо її вдосконалення;

узагальнює результати проведених у військовій частині заходів та перевірок з питань фізичної підготовки;

готує інформаційно-аналітичні (звітні) матеріали про стан фізичної підготовки у військовій частині та подає їх старшому начальнику;

здійснює аналіз діяльності структурних підрозділів військової частини щодо керівництва, забезпечення та організації фізичної підготовки;

організовує роботу щодо комплектування штатних посад – інструкторів фізичної підготовки у військовій частині;

організовує масові, спортивні, військово-спортивні змагання, навчально-тренувальні заняття збірних команд, інші заходи спортивно-масової роботи у військовій частині;

формує збірні команди військової частини, забезпечує їх підготовку та участь у чемпіонатах армійського корпусу;

здійснює взаємодію зі спортивними федераціями регіонів України, міськими громадськими та спортивними організаціями;

узагальнює та доповідає старшому начальнику результати вивчення та впровадження передового досвіду фізичної підготовки з питань організації, підготовки фахівців, забезпечення та її розвитку у військовій частині.

Функції та завдання структурних підрозділів фізичної підготовки і спорту ОВУ у ЗС України уточнюються у відповідних положеннях та інших керівних документах.

3. ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У ЗС УКРАЇНИ

3-1. Забезпечення фізичної підготовки військовослужбовців у ЗС України – це діяльність посадових (службових) осіб ОВУ, військової частини щодо вчасного та повного забезпечення умов функціонування і розвитку системи фізичної підготовки за всіма напрямками постачання відповідно до обґрунтованих заявок і норм забезпечення матеріально-технічними та навчально-тренувальними засобами, коштами, підручниками, навчальними посібниками тощо (посилання 13).

3-2. Основними завданнями забезпечення фізичної підготовки є такі:
створення необхідних запасів матеріально-технічних засобів (далі – МТЗ) і фінансових ресурсів, розвиток НМТБ для забезпечення виконання завдань фізичної підготовки;
забезпечення та розподіл між підпорядкованими військовими організаційними структурами МТЗ, об'єктів НМТБ та фінансових ресурсів;
організація забезпечення заходів фізичної підготовки;
організація обліку, зберігання та економного використання фінансових ресурсів і МТЗ;
аналіз ефективності використання виділених засобів.

3-3. Організаторами забезпечення фізичної підготовки є командувачі, командири, начальники всіх рівнів. Безпосереднє керівництво забезпеченням фізичної підготовки здійснюють їх заступники за напрямками діяльності (через підпорядковані їм служби) та начальники фінансово-економічних органів.

3.1. Матеріально-технічне забезпечення

3-4. Основним засобом забезпечення фізичної підготовки військовослужбовців у ЗС України є навчальна НМТБ ЗС України. Вона використовується для проведення відповідних заходів фізичної підготовки. Крім того, можуть використовуватися визначені ділянки місцевості на території України (за погодженням з органами державної влади, органами місцевого самоврядування).

3-5. Матеріально-технічне забезпечення фізичної підготовки військовослужбовців – це сукупність сил, засобів і заходів, призначених для забезпечення потреб фізичної підготовки військовослужбовців ОВУ, військових частин, кораблів, ВВНЗ, ВВП ЗВО, ЗФПВО, ВЛ, закладів та установ спортивним інвентарем, тренажерами, обладнанням, спеціальною технікою (апаратурою), речовим, медичним та іншим майном. Його здійснюють для утримання та ремонту спортивних споруд, місць для занять фізичною підготовкою і спортом військовослужбовців, обладнання спеціальних приміщень і кімнат для їх фізичного та спортивного тренування у місцях

виконання службово-бойових завдань і проживання, оснащення їх тренажерними пристроями, інвентарем, спортивними снарядами та іншим навчальним майном.

3-6. Матеріально-технічне забезпечення фізичної підготовки військовослужбовців включає такі заходи:

планування і витребування табельного спортивного інвентарю;

будівництво й обладнання об'єктів НМТБ відповідно до їх переліку;

комплектування переносної (мобільної) НМТБ;

виготовлення нетабельних спортивних снарядів, тренажерів, обладнання та іншого навчального майна;

реконструкцію, розширення, поточний і капітальний ремонт існуючих об'єктів з урахуванням їхньої інклюзивності та доступності;

оснащення та устаткування об'єктів фізичної підготовки новими зразками інвентарю і обладнання.

3-7. Матеріально-технічне забезпечення фізичної підготовки здійснюють фахівці фінансово-економічної служби, речової служби, фізичної підготовки і спорту, а також командири організаційних структур.

3.2. Фінансове забезпечення

3-8. Фінансове забезпечення фізичної підготовки військовослужбовців – це система заходів, яку організовують і проводять для своєчасного і повного задоволення потреб фізичної підготовки і спорту військ у коштах, зокрема розвитку НМТБ ЗС України, що є матеріальною основою їх бойової готовності.

3-9. Фінансове забезпечення є одним з видів забезпечення фізичної підготовки військовослужбовців, необхідним елементом управлінської діяльності посадових осіб щодо вирішення питань з фізичної підготовки. Фінансове забезпечення фізичної підготовки військовослужбовців здійснюють командири (начальники), фахівці фінансово-економічної служби за участі фахівців фізичної підготовки і спорту.

3-10. Фінансове забезпечення фізичної підготовки включає:

планування, витребування та отримання грошових коштів з урахуванням потреб фізичної підготовки;

придбання спортивного інвентарю і майна, навчальної літератури, перехідних призів, бланків документів;

придбання матеріалів, обладнання та інструментів для ремонту та утримання об'єктів навчально-спортивної бази.

3.3. Науково-методичне забезпечення фізичної підготовки

3-11. Науково-методичне забезпечення фізичної підготовки військовослужбовців здійснюється фахівцями фізичної підготовки і спорту. Воно включає вирішення таких завдань:

проведення наукових досліджень із проблемних питань фізичної підготовки і спорту військовослужбовців у військових частинах шляхом виконання науково-дослідних робіт тощо;

підготовку керівників форм фізичної підготовки військовослужбовців;

узагальнення та поширення передового досвіду організації та проведення фізичної підготовки і спорту з військовослужбовцями;

збір, оброблення, аналіз та використання інформації про зміст, стан фізичної підготовки і спорту військовослужбовців і рівень нормативних вимог щодо їх фізичної підготовленості (готовності) до відповідних категорій військовослужбовців;

наукову експертизу змісту керівних документів з фізичної підготовки і спорту у системі Міністерства оборони України;

розроблення рекомендацій, спрямованих на покращення фізичної підготовки і спорту військовослужбовців.

3-12. З метою керування основними напрямками наукових досліджень, формування єдиного наукового підходу до проведення заходів фізичної підготовки військовослужбовців створюється Науково-методична рада фізичної підготовки ЗС України. Її склад визначається наказом Головнокомандувача ЗС України. У своїй діяльності Науково-методична рада керується Положенням про Науково-методичну раду фізичної підготовки ЗС України та іншими нормативно-правовими актами.

4. ОРГАНІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У ЗС УКРАЇНИ

4-1. Мета організації фізичної підготовки ЗС України полягає в налагодженні та удосконаленні взаємозв'язків між суб'єктами і об'єктами фізичної підготовки ЗС України, координації їх дій та створенні умов для якісного планування фізичної підготовки у ЗС України, підготовки і проведення спланованих заходів та їх всебічного забезпечення.

4-2. Фізичне вдосконалення військовослужбовців організовують у всіх складових (видів) підготовки (бойової та оперативної), підготовки персоналу) в ході проведення заходів з індивідуальної та колективної підготовки. У кожній зі складових підготовки її організація має свої особливості. Крім того, організація фізичної підготовки в ЗС України залежить від умов, в яких вона може здійснюватися, а саме: в умовах мирного часу; в умовах особливого періоду (дії правового режиму воєнного стану).

4.1. Організація фізичної підготовки в умовах мирного часу

4-3. Основним завданням фізичної підготовки військових організаційних структур ЗС України в мирний час є планове (поступове) набуття, удосконалення та підтримання військовослужбовцями індивідуальних фізичних спроможностей (належного рівня фізичної підготовленості (готовності) до військово-професійної діяльності).

4-3. Фізичну підготовку в умовах мирного часу організовують та проводять:

4-3.1 У системі оперативної підготовки в ОВУ з метою відновлення (підтримання) належного рівня професійно важливих фізичних якостей і забезпечення професійного довголіття під час проведення індивідуальних (самостійних) фізичних тренувань (навчальних занять) у визначений розпорядком дня час.

4-3.2 У системі бойової підготовки:

у базовому періоді з метою формування та розвитку фізичних і спеціальних якостей, формування та вдосконалення військово-прикладних рухових навичок і вмінь під час використання всіх форм фізичної підготовки (навчальних занять, спортивно-масової роботи, фізичного тренування у процесі навчально-бойової діяльності, індивідуальних фізичних тренувань);

в інтенсивному – з метою удосконалення у військовослужбовців важливих професійно-прикладних навичок і вмінь за військовою спеціальністю під час проведення супутніх фізичних тренувань, індивідуальних фізичних тренувань, спортивно-масової роботи та ранкової фізичної зарядки;

у підтримуючому періоді з метою підтримання та вдосконалення набутих індивідуальних спроможностей фізичних спроможностей військовослужбовцями через комплексне застосування усіх передбачених навчальними програмами фізичних вправ під час проведення всіх форм фізичної підготовки (навчальних занять, спортивно-масової роботи, фізичного тренування у процесі навчально-бойової діяльності, самостійної роботи (індивідуальне фізичне тренування) та ранкової фізичної зарядки);

4-3.3 У системі підготовки персоналу у ВВНЗ (на стратегічному, оперативному та тактичному рівнях освіти); лідерських курсах, професійних курсах та курсах підвищення кваліфікації (з терміном проведення більше 6 місяців); НЦ, ЦПП ЗС України з метою розвитку та удосконалення фізичних і спеціальних якостей, формування і удосконалення військово-прикладних рухових навичок і вмінь, оволодіння теоретичними знаннями, організаційно-методичними навичками та уміннями в керівництві фізичною підготовкою військовослужбовців, її організації у всіх формах фізичної підготовки (навчальних занять, спортивно-масової роботи, фізичного

тренування у процесі навчально-бойової діяльності, самостійної роботи та ранкової фізичної зарядки);

4-3.4 У процесі військово-професійного відбору (вступ до ВВНЗ, відправлення особового за кордон для навчання, відбір на навчання на курсах підвищення кваліфікації, розгляд атестаційними комісіями під час просування по службі та при присвоєнні чергових звань тощо) у вигляді проведення заходів вхідного контролю (співбесід, перевірки теоретичних знань, організаційно-методичних навичок та вмінь, фізичної підготовленості).

4.2. Організація фізичної підготовки в умовах особливого періоду (дії правового режиму воєнного стану)

4-4. Основним завданням фізичної підготовки ЗС України в особливий період є забезпечення фізичної підготовленості (готовності) військовослужбовців до виконання бойових та інших завдань за призначенням.

4-5. Фізична підготовки організовується та проводиться:

4-5.1. В організаційних структурах ЗС України, що виконують завдання в районах, де воєнні (бойові) дії не ведуться:

в органах військового управління та під час бойових чергувань в пунктах управління у формах фізичного тренування у процесі навчально-бойової діяльності (виконання комплексів відновлювальної гімнастики) та індивідуальних фізичних тренувань (за рекомендаціями фахівців фізичної підготовки і спорту);

у військових частинах у всіх формах фізичної підготовки;

у військових частинах (підрозділах), що формуються у формі ранкової фізичної зарядки за скороченим варіантом, фізичних тренувань у процесі навчально-бойової діяльності (супутніх фізичних тренувань, розгортанні навчальних місць з виконання фізичних вправ в ході проведення занять з бойової підготовки), спортивно-масової роботи та індивідуальних фізичних тренувань;

у ВВНЗ ЗВО, НЦ, ЦПП у всіх формах фізичної підготовки;

4-5.2. В організаційних структурах ЗС України, що виконують бойові завдання у визначених районах ведення воєнних (бойових) дій:

у районах ведення бойових дій у формі індивідуальних фізичних тренувань;

у тилових смугах угруповань військ (сил) у формі фізичного тренування у процесі навчально-бойової діяльності (супутніх фізичних тренувань). Решта форм фізичної підготовки проводиться за рішенням (планами) командирів;

під час відновлення боєздатності у всіх формах фізичної підготовки.

4.3. Планування фізичної підготовки

4-6. Планування фізичної підготовки ЗС України – діяльність суб'єктів фізичної підготовки щодо визначення (уточнення) цілей, порядку і послідовності проведення узгоджених за місцем і часом заходів їх фізичної підготовки, які необхідні для набуття об'єктами підготовки визначених індивідуальних фізичних спроможностей, всебічного забезпечення спланованих заходів та відображення їх у планувальних документах (посилання **15, 21**).

4-7. В основу планування фізичної підготовки ЗС України закладається відповідна їй побудова як навчального процесу.

Вона складається із:

- часових показників початку та завершення навчального року;
- поділу його на періоди (за необхідності) з їх тривалістю;
- кількості навчальних днів у місяці (відповідно до належності до функціональних структур та районів виконання завдань);
- тривалості навчального дня; тривалості однієї навчальної години.

4-8. Система планування фізичної підготовки передбачає розроблення документів на середньо- та короткострокову перспективи. Середньострокове планування підготовки ЗС України – колективна робота ОВУ щодо визначення кількості, порядку та послідовності, місця і часу проведення заходів фізичної підготовки на основі середньострокових і довгострокових концепцій (стратегій, концепцій, програм тощо) розвитку ЗС України.

4-9. Короткострокове планування підготовки ЗС України – колективна робота органів управління військових організаційних структур щодо визначення мети та завдань підготовки, кількості, порядку та послідовності, місця і часу проведення заходів фізичної підготовки та завдань щодо їх всебічного забезпечення на навчальний рік.

4-10. Короткострокове планування поділяється на загальне та поточне.

Загальне планування фізичної підготовки здійснюється в загальній системі планування підготовки на всіх рівнях управління у три етапи, які передбачають: організацію планування, вироблення та затвердження замислу на організацію фізичної підготовки та безпосереднє розроблення планувальних документів.

4-11. У процесі поточного планування здійснюють уточнення, деталізацію та корегування заходів фізичної підготовки, які були визначені в процесі загального планування виданням (розробкою) наказів, розпоряджень, планів.

4-12. Планувальні документи поділяються на документи підготовки (бойової підготовки), в яких відображаються питання фізичної підготовки, та документи, які стосуються безпосередньо планування фізичної підготовки.

4-13. Основою якісного планування фізичної підготовки є своєчасне та послідовне узгодження документів планування фізичної підготовки з документами планування підготовки (бойової підготовки) на всіх рівнях управління.

4-14. Планування фізичної підготовки здійснюють:

в органах військового управління – начальник штабу та фахівці з фізичної підготовки і спорту структурного підрозділу;

у військовій частині – начальник штабу та начальник фізичної підготовки і спорту;

у батальйоні – начальник штабу та фахівець фізичної підготовки і спорту (за наявності), у роті – командир роти.

Під час планування враховують зміст фізичної підготовки, особливості навчальних і бойових завдань військовослужбовців у мирний час та особливий період.

4.4. Проведення фізичної підготовки

4-15. Проведення заходів з фізичної підготовки здійснюється в три етапи: підготовчий, безпосереднього проведення та підбиття підсумків.

4-16. На **підготовчому етапі** проведення заходів з фізичної підготовки здійснюють: аналіз вихідних даних; вивчення керівних документів; вивчення навчально-методичної літератури; розроблення документів планування, наказів, розпоряджень тощо; перевірка елементів забезпечення; підготовка керівників форм фізичної підготовки та їх помічників; власна підготовка керівників форм фізичної підготовки передбачає написання (чи уточнення) плану (сценарію) проведення заходу, огляд місць його проведення, підготовку інвентарю та обладнання, перевірку їх справності, доповідь керівнику про готовність до проведення.

4-17. **Етап безпосереднього проведення заходів** полягає у діяльності визначених посадових осіб щодо практичного втілення їх у повсякденну діяльність військ (сил) під час проведення підготовчої, основної та заключної частин навчального заняття відповідно до змісту, послідовності, часу, визначеному у методиці навчального заняття, плані (варіанті) ранкової фізичної зарядки, інструкції (варіанті та маршруті) супутніх фізичних тренувань, планах проведення спортивних змагань, свят тощо.

4-18. **Етап підбиття підсумків включає:** узагальнення результатів та їх аналіз; формулювання висновків і пропозицій; документальне оформлення результатів і доведення їх до військовослужбовців.

4-19. При належному рівні підготовленості керівників і за умов дотримання заходів безпеки заходи фізичної підготовки з військовослужбовцями можуть проводитися у темний час доби, гірській місцевості, холодній чи спекотній порі року чи кліматі, тривалому поході на кораблі, непристосованих (чи частково пристосованих) місцях для занять фізичними вправами (обмеженому просторі в траншеях, окопах тощо, підвальних приміщеннях командних пунктів, розосередженому та прихованому місцях розташування військовослужбовців на полігонах) тощо.

4-20. Проведення заходів фізичної підготовки здійснюють фахівці фізичної підготовки і спорту, командири (начальники) підрозділів – керівники форм фізичної підготовки та громадські спортивні кадри, відповідно до визначеного змісту фізичної підготовки.

4.5. Зміст фізичної підготовки

4-21. Зміст фізичної підготовки військовослужбовців – це система їх практичних і теоретичних знань щодо свого фізичного виховання та самовиховання, фізичної підготовленості та готовності як військових професіоналів до успішної військово-професійної діяльності, яка містить наукові теоретичні та практичні знання про фізичну культуру та спорт, здоровий спосіб життєдіяльності військовослужбовців як суб'єктів екстремального виду діяльності, фізичну підготовленість і готовність до військово-професійної діяльності як військових професіоналів конкретного виду та роду військ, відповідні організаційні форми, методи і засоби їх формування, розвитку, вдосконалення та підтримання, сукупність знань про практичні фізичні навички, уміння і здатності, професійно важливі фізичні якості як представника конкретного виду та роду військ, необхідної для успішної життєдіяльності в військовому середовищі та виконання військово-професійних і найголовніше – бойових завдань

4-22. Зміст фізичної підготовки відображається у відповідних програмах фізичної підготовки. Програми фізичної підготовки поділяються на: загальні, спеціальні та індивідуальні.

4-23. Загальні програми: підготовки до вступу ВВНЗ, підготовки до вступу на військову службу за контрактом, підготовки мобілізаційного резерву, підготовки до складання тестів загальної фізичної підготовленості.

4-24. Спеціальні програми (розробляються фахівцями фізичної підготовки і спорту органів управління видів, родів військ (сил) та підпорядкованим їм ВВНЗ): програми фізичної підготовки військовослужбовців видів ЗС України та родів військ (сил), програми фізичної підготовки військовослужбовців для підготовки до дій в різних видах кліматичних умов; робочі програми навчальних дисциплін ВВНЗ, навчальні план-програми курсів підвищення кваліфікації.

4-25. Індивідуальні програми (розробляються фахівцями фізичної підготовки і спорту ОВУ, військової частини): програми спрямовані на розвиток та формування у військовослужбовців окремих фізичних якостей, програми відновлення після травм (хвороб, поранень), програми поліпшення показників фізичного розвитку тощо.

4-26. Необхідність впровадження тієї чи іншої програми визначає командир відповідно до завдань та наявних умов діяльності.

4.6. Форми, методи, засоби фізичної підготовки

4-27. Формами проведення фізичної підготовки військовослужбовців є: навчальні заняття, спортивно-масова робота, фізичне тренування у процесі навчально-бойової діяльності, самостійна робота та ранкова фізична зарядка.

4-28. **Навчальні заняття** з фізичної підготовки військовослужбовцями спрямовані на формування, розвиток та вдосконалення професійно важливих фізичних і спеціальних якостей, військово-прикладних рухових навичок, умінь та оволодіння спеціальними знаннями, що передбачені відповідною програмою фізичної підготовки. Вони поділяються на теоретичні й практичні. До теоретичних занять належать лекції та семінари, а до практичних – навчально-тренувальні, методичні (навчально-методичні, інструкторсько-методичні та показові) та контрольні заняття.

4-29. **Спортивно-масова робота** спрямована на підвищення рівня фізичної підготовленості та спортивної майстерності військовослужбовців і працівників Збройних Сил, залучення їх до регулярних занять спортом, зокрема військово-прикладним та масовим, організацію змістовного дозвілля.

4-30. Зміст спортивно-масової роботи становлять: навчально-тренувальні заняття з видів спорту; спортивні та військово-спортивні змагання; спортивні свята, інші спортивні заходи.

4-31. **Ранкову фізичну зарядку** проводять для підтримання рухової активності військовослужбовців. Зарядка сприяє швидкому приведенню організму після сну в бадьорий стан.

4-32. **Фізичне тренування у процесі навчально-бойової діяльності** проводять для підвищення рівня тренуваності військовослужбовців. Його організовують з урахуванням навчальних і бойових завдань військового підрозділу та частини. Зміст тренування розробляють фахівці фізичної підготовки і спорту у вигляді інструкцій (рекомендацій) і методик.

4-33. Видами фізичного тренування у процесі навчально-бойової діяльності військовослужбовців є:

- супутнє фізичне тренування;
- виконання фізичних вправ у ході проведення занять із бойової підготовки;
- виконання комплексів відновлювальної гімнастики;
- тренажі, фізичні вправи в умовах чергування (бойового чергування) та під час пересування військ.

4-34. **Самостійна робота** проводиться з метою підвищення рівня теоретичних знань, організаційно-методичних навичок (умінь) керівників форм фізичної підготовки та фізичної підготовленості військовослужбовців (індивідуальні фізичні тренування за рекомендованими програмами).

4-35. У фізичній підготовці військовослужбовців у процесі засвоєння програм, організації форм та проведення навчання фізичним вправам, прийомам і діям використовують такі групи методів:

загально-педагогічні – методи набуття знань, що передбачають усну передачу інформації (лекція, розповідь, семінар, пояснення), друковану передачу інформації (робота з документальною інформацією), сенсорну передачу інформації (натуральний показ, демонстрація); показ і демонстрація; практичні заняття; самостійні заняття;

організації тих, хто займається, – груповий, фронтальний, поточний, коловий, індивідуальний;

розучування фізичних вправ (прийомів та дій) – у цілому, за частинами, за розділами, за допомогою підготовчих вправ;

вдосконалення фізичних вправ – рівномірний, інтервальний, повторний, змінний, змагальний, контрольний.

4-36. Основним засобом фізичної підготовки є **фізичні вправи**, які виконують з урахуванням вікових особливостей, стану здоров'я і дотримання умов безпеки.

4-37. До неспецифічних засобів фізичної підготовки військовослужбовців належать такі: професійні військово-прикладні прийоми (стандарти фізичної підготовки, вправи за Бойовою армійською системою, дії на психологічних (спеціальних) смугах перешкод, курси витримки та виживання тощо) та дії, використання оздоровчих сил природи та дотримання гігієнічних норм.

4.7. Оцінювання фізичної підготовки

4-38. Оцінювання фізичної підготовки проводиться з метою отримання об'єктивної інформації щодо набуття індивідуальних спроможностей військовослужбовцями (рівня фізичної підготовленості (готовності), визначення рівня методичної майстерності керівників форм фізичної підготовки, якості управління фізичною підготовкою та її ефективності, з'ясування проблемних питань та надання детальних рекомендацій щодо їх усунення.

4.7.1. Контроль фізичної підготовки

4-39. Контроль фізичної підготовки – діяльність службових осіб відповідного ОВУ, військової частини (підрозділу) з вивчення і аналізу фактичного стану та кінцевих результатів функціонування системи фізичної підготовки, яку проводять відповідно до встановлених вимог і реалізують у визначеній системі перевірки та оцінювання.

4-40. Метою контролю є забезпечення повного та якісного виконання наказів і вказівок командирів та начальників, вимог Інструкції (настанов) з фізичної підготовки (посилання 11), програм підготовки (посилання 14), а також інших керівних документів (військових публікацій), що регламентують функціонування системи фізичної підготовки (посилання 11, 19, 20)

4-41. Контроль за фізичною підготовкою має бути систематичним, об'єктивним, конкретним і завжди поєднуватися з допомогою. Існує три види контролю: вступний (вхідний), проміжний та підсумковий.

4.7.2. Облік фізичної підготовки

4-42. Облік фізичної підготовки – діяльність службових осіб та спортивного активу відповідного ОВУ, військової частини (підрозділу) щодо збирання, систематизації, узагальнення та збереження інформації про функціонування системи фізичної підготовки, її результатів для вироблення і прийняття обґрунтованих рішень стосовно її удосконалення.

4-43. Облік фізичної підготовки має бути систематичним, об'єктивним, конкретним і оперативним. Існує два види обліку: оперативний і підсумковий.

4.7.3. Звітність фізичної підготовки

4-44. Звітність з питань фізичної підготовки як елемент оцінювання достатності, результативності та економічної прийнятності системи фізичної підготовки є основою для коригування її функціонування. Керівники всіх рівнів

управління щорічно (чи по завершенню заходів) надають за підпорядкуванням звіти про стан фізичної підготовки:

за результатами проведених перевірок та спортивних заходів;

за видами забезпечення за даними, які обліковуються;

по спортивним спорудам, які збудовано та реконструйовано за поточний період;

по забезпеченості військовослужбовців об'єктами, предметами спортивного одягу, інвентарем тощо;

по сумах асигнувань, які було сплановано на потреби фізичної підготовки;

по укомплектованості кадрами, їх кількісно-якісною характеристикою;

за заходами вивчення та впровадження досвіду фізичної підготовки;

проблемні питання організації фізичної підготовки та пропозиції щодо її вдосконалення.

5. ВИВЧЕННЯ ТА ВПРОВАДЖЕННЯ ДОСВІДУ В ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВКУ ЗС УКРАЇНИ

5-1. Вивчення та впровадження передового досвіду фізичної підготовки військовослужбовців полягає у цілеспрямованій повсякденній роботі командирів (начальників) всіх рівнів, органів управління (штабів) щодо пошуку й вивчення нових, інноваційних, передових методів, методик, технологій, організаційних форм і засобів фізичного виховання різних категорій військовослужбовців та їх впровадження у фізичну підготовку військовослужбовців підпорядкованих військових частин і підрозділів шляхом проведення показових, інструкторсько-методичних занять, науково-практичних і методичних конференцій (семінарів) з актуальних проблемних питань фізичної підготовки військовослужбовців, розроблення навчальних і методичних посібників і рекомендацій (посилання 16).

5-2. Організація вивчення та впровадження досвіду фізичної підготовки військовослужбовців здійснюється в загальній системі підготовки і застосування ЗС України та здійснюється за такими напрямками:

організація збору, аналізу та узагальнення інформації щодо сучасного передового досвіду фізичної підготовки різних категорій військовослужбовців та його популяризація й впровадження в практику фізичного виховання військ;

організація збору, узагальнення, аналізу інформації щодо фізичної підготовки різних категорій військовослужбовців, а також з'ясування у ній проблем і проблемних ситуацій, визначення їх причин та опрацювання шляхів їх усунення;

виявлення проблемних питань у функціонуванні системи фізичної підготовки військовослужбовців та опрацювання способів і засобів їх вирішення;

удосконалення керівних документів щодо організації та забезпечення фізичної підготовки військ;

використання досвіду застосування сучасних форм, засобів, методів, методик і технологій фізичної підготовки в системі військової освіти та його цілеспрямоване застосування у освітньо-професійній та освітньо-науковій підготовці курсантів, слухачів, ад'юнктів тощо.

5.1. Вивчення досвіду

5-3. Вивчення досвіду розпочинається з початку виявлення проблем фізичної підготовки або з моменту розроблення плану збору інформації та завершується після затвердження (ідентифікації) вивченого уроку, в тому числі й передового досвіду.

5-4. Для отримання необхідної інформації може використовуватись *активний або пасивний методи збору*.

5-4.1. *Активний збір* інформації здійснюється методом проведення педагогічного спостереження, співбесід, опитування, педагогічного експерименту, вивчення та збору конкретних (часткових) даних щодо фізичного виховання конкретної категорії військовослужбовців посадовими особами робочих груп у ході ведення бойових дій, бойової підготовки та навчань (тренувань) військових підрозділів і частин, участі українських військовослужбовців у міжнародних місіях, а також виконання заходів повсякденної діяльності військовослужбовцями, проведення наукових досліджень тощо.

5-4.2 *Пасивний (опосередкований) збір* – це збір інформації щодо фізичної підготовки та підготовленості різних категорій військовослужбовців шляхом вивчення документальних та інших джерел:

- звітної документації;
- інформаційних та інформаційно-аналітичних матеріалів;
- вихідних даних для проведення наукових досліджень;
- іншої інформації, яка надається інструкторами, викладачами та іншими посадовими особами (рапорти, звіти, фото та відеоматеріали тощо).

5-5. Пасивний збір потребує залучення посадових осіб робочих груп із високим рівнем військово-професійної та спеціальної підготовленості та не обмежується часом, місцем, підготовкою опитуваного особового складу та особливостями проведеного заходу.

5-6. На основі проведеного аналізу та узагальнення отриманої інформації приймаються відповідні рішення щодо впровадження розроблених рекомендацій у практику фізичного виховання військовослужбовців із метою покращення стану їх фізичної підготовленості. (вирішення проблеми).

5.2. Впровадження досвіду

5-7. Впровадження передового досвіду фізичної підготовки розпочинається після його ідентифікації та завершується реалізацією у практиці фізичного виховання у військах.

5-8. Поширення інформації здійснюється через:

офіційні канали управління фізичною підготовкою (внесення змін в докторальні, нормативно-правові документи, розпорядження, плани впровадження досвіду тощо);

виступи посадових осіб, що залучалися до вивчення досвіду, на нарадах, зборах, конференціях, навчальних заняттях (ад'юнктів, слухачів, курсантів);

публікацію підручників, посібників, статей, наукових, науково-методичних і методичних рекомендацій, інформаційно-аналітичних матеріалів тощо;

розповсюдження дозволеної законодавством інформації через інформаційні мережі, публікації статей, інтерв'ю, фото-відео матеріалів.

5-9. Досвід фізичної підготовки враховується при розробленні та опрацюванні таких документів:

керівних документів із організації фізичної підготовки на всіх рівнях військового управління;

усіх видів програм фізичної підготовки для конкретної категорії військовослужбовців певних видів і родів військ;

удосконаленні методик, форм та технологій проведення всіх форм фізичної підготовки;

розробленні навчально-методичних матеріалів (підручників, посібників, рекомендацій, лекцій, розробок тощо);

навчальних (підручників, посібників) і навчально-методичних матеріалів (рекомендацій, лекцій, розробок тощо).

Начальник Головного управління доктрин та підготовки
Генерального штабу (J-7) Збройних Сил України
генерал-майор



Ігор ПАЛАГНЮК

ПОСИЛАННЯ НА НОРМАТИВНО-ПРАВОВІ АКТИ ТА ВІЙСЬКОВІ ПУБЛІКАЦІЇ

Позначення НПА та ВП	Повне найменування нормативно-правового акту ю та військової публікації
1	2
	1. Закон України “Про правовий режим воєнного стану”, введений в дію постановою Верховної Ради України № 389-VIII від 12.05.2015 (зі змінами)
	2. Закон України “Про оборону України”, введений в дію постановою Верховної Ради України № 1993-XII від 06.12.1992 (зі змінами)
	3. Закон України “Про Збройні Сили України”, введений в дію постановою Верховної Ради України №1935-XII від 06.12.1991 (зі змінами)
	4. Закону України “Про військовий обов’язок і військову службу”, введений в дію постановою Верховної Ради України від 25.03.1992 № 2233-XII (зі змінами)
	5. Закон України “Про загальну мобілізацію”, введений в дію постановою Верховної Ради України № 2105-IX від 03.03.2022 (зі змінами)
	6. Закон України “Про фізичну культуру і спорт”, введений в дію постановою Верховної Ради України від 24.12.1993 №3808-VII (зі змінами)
	7. Постанова Кабінету Міністрів України від 04.11.2020 № 1089 “Про затвердження Стратегії розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року”
	8. Постанова Кабінету Міністрів України від 31.10.2018 № 910 “ Про затвердження Воєнно-медична доктрина України”
	9. Концепція “Розвитку фізичної підготовки і спорту в системі Міністерства оборони України”, затверджена та введена в дію наказом Міністерства оборони України від 28.12.2022 №452/нм
	10. Положення “Про особливості організації освітнього процесу у вищих військових навчальних закладах Міністерства оборони України, військових навчальних підрозділах закладів вищої освіти, закладах фахової передвищої військової освіти”, затверджене та введене в дію наказом Міністерства оборони України від 15.02.2024 № 120
ВКП 7-00(72)01.02	11. Інструкція “З фізичної підготовки в системі Міністерства оборони України”, затверджена та введена в дію наказом Міністерства оборони України від 05.08.2021 №225
ВП 5-00(196).01	12. Єдиний перелік (Каталог) “Спроможностей Міністерства оборони України, Збройних Сил України та інших складових Сил оборони”, затверджений Міністром оборони України 31.12.2021 (вих. МО України від 29.12.2021 № 22203/з; вих. АУ ГШ ЗС України від 10.01.2022 № 186/С)
	13. Порядок “Організації забезпечення підготовки військ (сил) Збройних Сил України навчальним військовим майном”, затверджений та введений в дію наказом Головнокомандувача Збройних Сил України від 14.05.2020 № 31

1	2
ТП 7-00(206)246.63	14. Програма “Базової загальновійськової підготовки” (для підготовки мобілізаційних ресурсів, версія 6) (термін навчання 51 доба), затверджена Головнокомандувачем Збройних Сил України 10.07.2025 (вих. АУ ГШ ЗС України від 10.07.2025 №89123/С)
ВКП 7-00(03).01	15. Доктрина “З організації підготовки у Збройних Силах України”, затверджена та введена в дію наказом Генерального штабу Збройних Сил України 01.07.2020
ВКП 7-00(01).01	16. Доктрина “З вивчення та впровадження досвіду у Збройних Силах України”, затверджена та введена в дію наказом Генерального штабу Збройних Сил України 30.06.2020 (вих. АУ ГШ ЗС України від 03.07.2020 № 1928/НВГШ)
ВКП 1-00(01).01	17. Словник “Військових термінів та скорочень (аббревіатур)”, затверджений начальником Генерального штабу Збройних Сил України 13.10.2020 (вих. АУ ГШ ЗС України від 13.10.2020 № 3107/НВГШ)
ТП 7-00(60)03.03	18. Програма “Індивідуальної підготовки генералів, адміралів, офіцерів стратегічної та оперативної ланок управління Збройних Сил України”, затверджена начальником Генерального штабу Збройних Сил України 15.06.2021 (вих. АУ ГШ ЗС України від 17.06.2021 № 13785/НВГШ)
ВП 7-72(178).55	19. Методичні рекомендації “З організації фізичної підготовки під час відновлення боєздатності військової частини”, затверджені начальником Головного управління доктрин та підготовки Генерального штабу Збройних Сил України 03.08.2023
ВП 7-72(206)	20. Методичні рекомендації “З організації фізичної підготовки під час проведення базової загальновійськової підготовки”, затверджені начальником Головного управління доктрин та підготовки Генерального штабу Збройних Сил України 15.03.2024
ВКДП 7-00(03).01	21. Настанова “З бойової підготовки у Збройних Силах України”, затверджена начальником Генерального штабу Збройних Сил України 07.10.2020
ВП 1-00(189)	22. Інструкція “З порядку отримання електронних або друкованих військових публікацій, відеоматеріалів, проведення дистанційних курсів Збройних Сил України та країн-партнерів”, затверджена начальником Головного управління доктрин та підготовки Генерального штабу (J7) ЗС України 04.04.2025 (друге видання)

Примітка. Якщо військову публікацію (нормативно-правовий акт, доктринальні документи або навчально-методичні матеріали, керівний документ і стандарт НАТО та держав-членів НАТО тощо), на яку є посилання, замінено новою або до неї внесено зміни, то треба застосовувати нову військову публікацію тощо, охоплюючи всі внесені до неї зміни.

ПЕРЕЛІК СКОРОЧЕНЬ ТА УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

Скорочення та умовні позначення	Повне словосполучення та поняття, що скорочуються
1	2
АТО	Антитерористична операція
ВВНЗ	Вищий військовий навчальний заклад
ВКДП	Військова керівна деталізована публікація
ВЛ	Військовий ліцей
ВВД	Вивчення та впровадження досвіду
ВНП ЗВО	Військові навчальні підрозділи закладів вищої освіти
ООС	Операція Об'єднаних Сил
ЗФПВО	Заклад фахової передвищої військової освіти
ЗС України	Збройні Сили України
ІМЗ	Інструкторсько-методичне заняття
ІССОУ	Інші складові Сил оборони України
МТЗ	Матеріально-технічні засоби
НМТБ	Навчально матеріально-технічна база
НЦ	Навчальний центр
НПП	Науково педагогічний персонал
ОВУ	Орган військового управління
ФП	Фізична підготовка
ЦПП	Центр підготовки підрозділів
NATO (НАТО)	North Atlantic Treaty Organization (Організація Північноатлантичного договору)

ОСНОВНІ ТЕРМІНИ ТА ВИЗНАЧЕННЯ

Вивчення та впровадження досвіду фізичної підготовки – це сукупність систематизованих дій, процедур і заходів щодо вивчення позитивних або негативних аспектів фізичної підготовки, узагальнення, конкретизація та їх впровадження у фізичне виховання військовослужбовців Збройних Сил України.

Військово-прикладні рухові навички – це доведені до автоматизму практичні дії військовослужбовців, що виконуються чітко відповідно до поставлених завдань.

Організаційно-методичні навички та вміння керівників фізичної підготовки – сукупність їх теоретичних знань, організаційно-методичних прийомів і дій, що дозволяє їм якісно та відповідно до встановлених вимог організовувати виконання покладених на них управлінських завдань щодо фізичної підготовки конкретної категорії військовослужбовців, а також методично правильно вчити та виховувати підлеглих.

Підготовка керівників фізичної підготовки – це теоретична, методична, фахова та організаційно-управлінська підготовка командирів (начальників), фахівців фізичної підготовки і спорту, членів спортивного активу військової частини і підрозділів для організації і проведення різних форм (заходів) фізичного виховання.

Спортивний актив – колегія спортивних суддів та спортивні судді, тренери спортивних команд, нештатні спортивні організатори підрозділів.

Стан фізичної підготовки – це характеристика, що визначається оцінкою рівня фізичної готовності (підготовленості) військовослужбовців, фізичної підготовки підрозділів і військової частини та якістю управління нею.

Фахівець фізичної підготовки і спорту – посадова особа зі спеціальною освітою та відповідним освітньо-кваліфікаційним рівнем, яка організовує та/або проводить форми фізичної підготовки, фізкультурно-оздоровчі, спортивні заходи з військовослужбовцями.

Фізичне вдосконалення – процес покращення фізичної підготовленості військовослужбовців, розвиток їх переконань, потреб, знань і вмінь у сфері свого фізичного виховання та самовиховання у результаті систематичного та послідовного виконання фізичних вправ.

Фізичні вправи – рухові дії, прийоми чи їх сукупність, що виконуються з метою формування, розвитку, вдосконалення та підтримання професійно важливих фізичних навичок, умінь і здатностей військовослужбовців.

Фізична готовність – фізичний стан військовослужбовця, який дозволяє йому успішно виконувати бойові та інші завдання за посадовим призначенням відповідно до вимог сучасного бою.

Фізична підготовка – це складова частина загальної системи підготовки військовослужбовців, їх навчання та виховання, яка спрямована на формування, розвиток, вдосконалення та підтримання їх фізичної підготовленості (готовності) до військово-професійної діяльності, у тому числі й бойових умовах.

Фізична підготовленість – це такий оптимальний фізичний стан військовослужбовця, який характеризується сформованістю його професійно важливих фізичних та спеціальних якостей, військово-прикладних навичок, умінь і здатностей.

Фізичний стан – це сукупність фізичних проявів військовослужбовця, що характеризує його здоров'я, статуру та конституцію тіла, фізичні можливості організму до військово-професійної діяльності, у тому числі й бойових умовах, що безпосередньо проявляється в його фізичній підготовленості.

Цитата (*citation*, від лат. *cito* – зрушую, викликаю) – фрагмент (уривок) з правомірно оприлюдненого твору, записаного виконання, правомірно оприлюдненої фонограми або відеограми, який використовується, з обов'язковим посиланням на його автора та/або виконавця, виробника фонограми, виробника відеограми і джерела цитування, іншою особою з метою зробити зрозумілішими власні твердження або для посилання на вираження іншої особи в незмінному (автентичному) вигляді або в перекладі такого фрагмента (уривка) [1].

Інші терміни, які використовуються у цій Доктрині, вживаються у значеннях, наведених, в Інструкції “З фізичної підготовки в системі Міністерства оборони України” (посилання 11) та інших нормативно-правових актах України (посилання 1 – 8), Міністерства оборони України (посилання 9, 10, 12), Головнокомандувача ЗС України (посилання 13, 14), Генерального штабу ЗС України (посилання 15 – 22),

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ (ДЖЕРЕЛ)

1. Закон України “Про авторське право і суміжні права”, введений в дію постановою Верховної Ради України від 20.03.2023 № 2974-IX.
2. Порядок “Оформлення військових публікацій у Збройних Силах України”, ДДП 1-0(189), затверджені та введені в дію наказом Головнокомандувача Збройних Сил України від 19.02.2022 № 60.
3. Директива Головнокомандувача Збройних Сил України від 27.05.2025 № Д-2 “Про організацію розробки доктринальних документів Збройних Сил України”.
4. Збірник “Досвіду забезпечення фізичної готовності військовослужбовців Збройних Сил України в умовах дії правового режиму воєнного стану”, ВП 7-72(162).68, затверджені начальником Генерального штабу Збройних Сил України 26.03.2024.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There is no handwriting or other markings on the paper.

[illegible]

[illegible]

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There is no text or other markings on the paper.

