

ОСОБЛИВОСТІ ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНОГО РОЗВИТКУ ТА САМОРОЗВИТКУ ФАХІВЦІВ РУКОПАШНОГО БОЮ

Сергій Романчук¹, Олександр Роліук¹, Віта Семеренко¹,
Андрій Пацюк¹, Олександр Зелінський¹

¹Національна академія сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного, Львів, Україна,
romanchukserg13@gmail.com

<https://doi.org/10.29038/2220-7481-2025-04-58-63>

Анотація

Актуальність. У сучасному суспільстві невід'ємною частиною фізичної культури є принципи безпекової підготовки населення. На думку багатьох фахівців саме рукопашний бій виконує такі функції. Проте якість підготовки в рукопашному бою безпосередньо залежить від професійної компетентності фахівця. Якість підготовки фахівця прямо визначає рівень ефективності тренувального процесу й прикладної готовності підлеглих до дій у рукопашній сутичці. Актуальним залишається питання особистісно-професійного розвитку та саморозвитку фахівців рукопашного бою. **Мета** – визначити специфічні особливості професійної діяльності фахівців із рукопашного бою й основні напрями їх саморозвитку для підвищення ефективності тренувального процесу. **Матеріал та методи дослідження.** Респондентами стали суб'єкти фізкультурно-спортивних організацій різного рівня: 7 керівників спортивних клубів із рукопашного бою, 9 спортивних менеджерів, 12 осіб тренерського складу. Крім того, до експертного опитування залучали й фахівців, які за своїм функціональним призначенням більшою мірою відповідали статусу об'єкта управління – 14 викладачів, 8 співробітників управлінського апарату, 22 спортсмени. Усього до дослідження залучено 72 респонденти. У роботі застосовано метод теоретичного аналізу та узагальнення матеріалів попередніх досліджень, соціологічні методи (опитування), методи математичної статистики. **Результати дослідження.** Отримані дані свідчать про те, що більшість фахівців високо оцінили рівень своєї професійної підготовленості в таких розділах, як знання спеціалізації, загальна й комунікативна культура, а також організаторські здібності. Деяко скромніше респонденти оцінили свою методичну підготовленість, схильність до науково-дослідної роботи та сприйнятливості до новачків. Більшість фахівців відзначили основним видом діяльності організаторську, однак 82 % керівників спортивних клубів рукопашного бою вважають основним своїм завданням залучення до заняття спортивною діяльністю якнайбільше населення; 97 % тренерського складу – організацію навчально-тренувального й виховного процесу зі спортсменами; 86 % спортивних менеджерів – проведення роботи серед тренерів і спортсменів; 99 % спортсменів – підготовку та успішний виступ у змаганнях. **Висновки.** Запропоновано структуру професійної ефективності, що включає десять інтегративних показників у стратегічному, організаційному та комунікативному вимірах, може слугувати основою єдиної моделі професійного розвитку й саморозвитку фахівців рукопашного бою.

Ключові слова: рукопашний бій, фахівець, професійна підготовленість, розвиток, удосконалення.

Serhii Romanchuk, Oleksandr Roliuk, Vita Semerenko, Andrii Patsiuk, Oleksandr Zelinskyi. **Specific Features of Personal and Professional Development and Self-Development of Hand-To-Hand Combat Specialists. Relevance.** In modern society, the principles of security training for the population are an integral part of physical culture. According to many experts, hand-to-hand combat performs these functions. However, the quality of hand-to-hand combat training directly depends on the professional competence of the specialist. The quality of a specialist's training directly determines the level of efficiency of the training process and the applied readiness of subordinates for actions in a hand-to-hand encounter. The issue of personal and professional development and self-development of hand-to-hand combat specialists remains relevant. **Purpose** is to identify the specific features of the professional activity of hand-to-hand combat specialists and the main directions of their self-development to improve the efficiency of the training process. **Material and Methods.** The respondents were subjects of physical culture and sports organizations of various levels: 7 heads of hand-to-hand combat sports clubs, 9 sports managers, and 12 coaching staff members. Additionally, the expert survey included specialists whose functional roles aligned more closely with the status of the object of management: 14 instructors, 8 administrative staff members, and 22 athletes. A total of 72 respondents were involved in the study. The study employed the method of theoretical analysis and generalization of previous research findings, sociological methods (survey), and methods of mathematical statistics. **Results.** The findings indicate that most specialists rated their professional competence highly in such areas as subject-specific knowledge, general and communicative culture, and organizational skills. At the same time, respondents assessed their methodological preparedness, inclination toward research activities, and openness to innovation somewhat lower. The majority of specialists identified organizational activity as their primary function. However, 82 % of heads of hand-to-

hand combat sports clubs consider attracting as many people as possible to sports activities their main task; 97 % of coaches emphasize the organization of the training and educational process; 86 % of sports managers focus on coordinating work with coaches and athletes; and 99 % of athletes prioritize preparation and successful performance in competitions. **Conclusions.** The proposed structure of professional effectiveness, which includes ten integrative indicators considered within strategic, organizational, and communicative dimensions, may serve as the foundation for a unified model of professional development and self-development of hand-to-hand combat specialists.

Key words: hand-to-hand combat, specialist, professional readiness, development, improvement.

Вступ. Рукопашний бій (РБ) є складовою частиною системи фізичної культури та безпекової підготовки населення. У сучасному суспільстві він виконує такі функції, як формування культури самозахисту, розвиток дисципліни й відповідальності, профілактика девіантної поведінки молоді, підвищення рівня фізичної активності населення [3].

РБ є не лише видом спорту, а й засобом формування морально-психологічної стійкості. У сучасних бойових діях, особливо в умовах міської забудови та ближнього контакту, рукопашний бій забезпечує готовність до дій у безпосередньому зіткненні; формує навички нейтралізації противника без застосування вогнепальної зброї; підвищує впевненість військовослужбовця в екстремальних умовах; розвиває спроможність швидко приймати рішення [2].

Якість підготовки в рукопашному бою безпосередньо залежить від професійної компетентності фахівця. Тренер із рукопашного бою — це фахівець, який поєднує функції педагога, методиста, психолога, організатора, наставника, носія бойового досвіду

А. Савенко, А. Чернозуб, А. Альошина довели, що сучасний тренер із рукопашного бою повинен відповідати таким вимогам: вища освіта у сфері фізичної культури або військової підготовки, підвищення кваліфікації, знання спортивної науки, навички домедичної допомоги, розуміння правових аспектів застосування сили, інтеграція сучасних методик (функціональний тренінг, стрес-тренування, сценарне моделювання).

У роботах Г. П. Коробейникова сформовано професійну модель тренера, що надає характеристики якісного фахівця з рукопашного бою, а саме це технічно компетентний фахівець, методично грамотний організатор, психологічно стійкий наставник, лідер і вихователь, носій прикладного досвіду [6, 7].

О. М. Лесько, А. П. Петрук, С. В. Романчук вважають, що важливим завданням професійного розвитку й саморозвитку різних категорій фахівців із рукопашного бою є визначення основних особливостей, що впливають на ефективність їхньої діяльності. У якості основного напрямку до виконання цього завдання застосовано підхід, який передбачав самооцінку компетентності фахівців фізкультурно-спортивної сфери із провідних компонентів професійної діяльності [1]:

- основних напрямів професійної діяльності (адміністративно-педагогічна робота, спортивно-методична робота, виховна робота, організаторська робота);
- психолого-педагогічних особливостей структури професійної діяльності спеціаліста (гностичного, конструктивного, організаторського);
- структури управлінської діяльності (стратегічної, оперативної, аналітичної).

В. О. Пономарьов, М. В. Корчагін доводять у своїх дослідженнях, що фахівець із рукопашного бою є ключовою фігурою у формуванні в підлеглих фізичної готовності, психологічної стійкості, бойової впевненості, особистісної зрілості [4].

Отже, якість підготовки фахівця прямо визначає рівень ефективності тренувального процесу та прикладної готовності підлеглих до дій у рукопашній сутичці. На нашу думку, актуальним і відкритим залишається дослідження питання особистісно-професійного розвитку й саморозвитку фахівців рукопашного бою.

Мета дослідження – визначити специфічні особливості професійної діяльності фахівців із рукопашного бою та основні напрями їх саморозвитку для підвищення ефективності тренувального процесу.

Матеріал та методи дослідження. Респондентами є суб'єкти фізкультурно-спортивних організацій різного рівня: 7 керівників спортивних клубів із рукопашного бою, 9 спортивних менеджерів, 12 осіб тренерського складу. Крім того, до експертного опитування залучено також фахівців, які за своїм функціональним призначенням більшою мірою відповідали статусу об'єкта управління (14 викладачів, 8 співробітників управлінського апарату, 22 спортсмени).

Усього до дослідження залучено 72 респондентів. Усіх учасників проінформовано про мету дослідження. Вони надали письмову згоду. Дослідження відповідало етичним нормам, прийнятим у галузі фізичного виховання та спорту.

У дослідженні застосовано низку **методів**, а саме: метод теоретичного аналізу та узагальнення матеріалів попередніх досліджень, соціологічні методи (опитування), методи математичної статистики.

Метод теоретичного аналізу й узагальнення матеріалів попередніх досліджень використовували задля вивчення та аналізу літературних джерел, нормативних документів, постановки проблеми, теоретичного узагальнення з метою формування методичних підходів до її розв'язання.

Опитування включало оцінку знань своєї спеціалізації, комунікативної культури, організаторських здібностей, готовності до самоосвіти та саморозвитку, схильності до науково-дослідної роботи, сприйнятливості до спортивних новацій тощо. Комплексний аналіз успішності професійної діяльності фахівців рукопашного бою здійснювали, застосовуючи методiku оцінки професійних компетенцій фахівця, яка докладно описана в роботах D. McClelland (2003) [8]. У нашому дослідженні зміст цієї методики піддано певному коригуванню відповідно до характеру й специфіки діяльності фахівців із рукопашного бою.

Здійснено перехресне оцінювання на суб'єктно-суб'єктній основі, що дало змогу отримувати більш об'єктивну інформацію про характер та особливості процесу професійного розвитку й саморозвитку фахівців рукопашного бою різного профілю.

Методи математичної статистики застосовували з метою доведення закономірностей, виявлених у процесі дослідження. Статистичне спостереження стало першою стадією, що характеризувалася широким спектром одиниць спостереження, які фіксували в ході угруповання, графічного подання даних, перевірки й аналізу результатів сукупності, що тестується на однорідність.

Результати дослідження. Дані самооцінки рівня професійного розвитку та саморозвитку фахівців рукопашного представлено в табл. 1.

Таблиця 1

Результати самооцінки рівня професійного розвитку й саморозвитку фахівців військово-спортивних єдиноборств

Компонент професійної підготовки	Оцінка, %			
	висока	швидше висока	швидше низька	низька
Знання своєї спеціалізації	31,6	45,8	13,2	0
Методична підготовка	22,8	41,8	35,4	0
Загальна культура	35,1	41,5	22,4	0
Комунікативна культура	26,3	49,5	24,12	0
Організаційні здібності	24,5	48,2	27,3	0
Підготовленість до виховної роботи	34,7	38,5	26,8	0
Сприйняття спортивних інновацій	28,7	36,5	29,4	5,4
Готовність до самоосвіти й саморозвитку	38,7	36,6	10,5	14,2
Здібність до науково-дослідної роботи	16,0	28,8	39,8	15,4

Отримані дані свідчать про те, що більшість фахівців високо оцінили рівень своєї професійної підготовленості в таких розділах, як знання спеціалізації, загальна та комунікативна культура, а також організаторські здібності. Дещо скромніше респонденти оцінили методичну підготовленість (22,8 %), схильність до науково-дослідної роботи (16,0 %) і сприйнятливість до новацій (28,7 %).

Порівняльний аналіз особливостей професійної діяльності за результатами самооцінки фахівців рукопашного бою різного профілю дає підставу виокремити загальне й особливе, тобто характерні риси кожного профілю.

Основні особливості професійної діяльності, що визначаються їхньою специфікою, можна простежити за такими п'ятьма позиціями, як провідні види професійної діяльності, зазначені самими фахівцями на основі ранжирування; соціальний престиж спеціальності; задоволеність професійною діяльністю та провідною мотивацією; основні труднощі в роботі, що відзначається самими фахівцями; інформаційна, юридична й економічна грамотність.

Розглядаючи провідні види професійної діяльності, ми відзначили, що керівники спортивних клубів рукопашного бою як провідну виділяють організаторську діяльність, тренерський склад –

організаторську та навчально-тренувальну, спортивні менеджери – організаторську й змагальну, спортсмени – навчально-тренувальну та змагальну.

Отже, більшість фахівців відзначили основним видом діяльності організаторську. Однак, незважаючи на схожість вибору, характер та умови професійної діяльності цих фахівців мають суттєві відмінності, а саме:

- 82 % керівників спортивних клубів рукопашного бою вважають основним своїм завданням залучення до заняття спортивною діяльністю якнайбільше населення, організацію й проведення спортивних змагань, координацію робіт із різних аспектів функціонування клубів;
- 97 % тренерського складу як провідну діяльність виокремлюють організацію навчально-тренувального та виховного процесу зі спортсменами, підготовку перспективних спортсменів, успішний їх виступ у змаганнях;
- 86 % спортивних менеджерів головну ланку своєї організаторської діяльності вбачають у забезпеченні якісного тренувального й змагального процесів, підготовку суддівського та спортивного активу, проведення роботи серед тренерів і спортсменів;
- 99 % спортсменів основним своїм завданням вважають підготовку та успішний виступ у змаганнях.

Серйозний вплив на ефективність професійної діяльності має соціальний престиж спеціальності. Результати досліджень свідчать, що всі групи опитаних досить високо оцінюють престиж обраної професії, проте 58 % респондентів при цьому відзначають деяку незадоволеність своєю роботою у зв'язку з проблемами соціально-економічного характеру.

Крім труднощів, викликаних економічними причинами, більшість фахівців (82 %) відзначають труднощі інноваційного характеру: недолік своєчасної інформації, великий обсяг незапланованої роботи, недостатні можливості підвищення кваліфікації тощо.

Найважливішою умовою ефективного професійного саморозвитку 71 % респондентів вважають необхідність оволодіння сучасними інформаційними й телекомунікаційними технологіями, а також інформаційну грамотність фахівців фізкультурного профілю.

Дискусія. Нами підтверджено висновки робіт А. М. Одерова, що темпи третього тисячоліття несуть із собою напруженість і суттєві зміни у всіх сферах життя людини. У результаті цих змін особливої актуальності набуває проблема професійно-особистісного саморозвитку фахівців [2].

Під час дослідження нами підтримано та взято за основу твердження А. А. Чернозуба, що професійно-особистісний саморозвиток фахівців – це свідомий цілеспрямований процес підвищення рівня своєї професійної компетентності й розвитку професійно значущих якостей відповідно до зовнішніх соціальних вимог, умов професійної діяльності та особистої програми розвитку [5].

За результатами дослідження показників особистісно-професійного розвитку й саморозвитку фахівців рукопашного бою нами доповнено висновки робіт Г. В. Коробейникова, який стверджує, що аналіз стану проблеми професійно-особистісного саморозвитку різних категорій спортивних фахівців на основі інформаційно-педагогічних технологій свідчить про наявність низки суперечностей, які не можуть бути вирішені в рамках наявних форм організації освітнього процесу [6].

Отримані результати підтверджують, що найбільш значущими є протиріччя між:

- наявністю суттєвих досягнень в інформаційно-телекомунікаційній сфері та методологічною невпорядкованістю їх застосування в системі підвищення кваліфікації й ліцензування фахівців із фізичної культури та спорту;
- зростаючими вимогами до рівня професійної компетентності фахівців і відсутністю належного інформаційно-телекомунікаційного забезпечення їхньої практичної діяльності;
- необхідністю постійного використання в процесі професійної діяльності різних категорій фахівців із фізичної культури сучасних знань та відсутністю реальних можливостей отримання цих знань в умовах підвищення кваліфікації.

Нами доведено, що все це повною мірою стосується й сфери професійно-особистісного саморозвитку різних категорій фахівців рукопашного бою.

Нині в Україні функціонує значна кількість спортивних організацій (клубів) із рукопашного бою. Відповідно, у них на професійній основі працює велика кількість фахівців фізкультурно-спортивного профілю. Тому, на нашу думку, вирішення зазначених протиріч можливе лише за умови концептуального обґрунтування й розробки інформаційно-педагогічної системи професійного саморозвитку фахівців спортивних організацій (спортивних клубів, федерацій за видами спорту, асоціацій тощо

структур) на основі ефективного використання сучасних інформаційно-телекомунікаційних досягнень.

Висновки. Виявлені в ході дослідження специфічні особливості професійної діяльності різних категорій спеціалістів рукопашного бою дають підставу говорити про своєрідність її профілю, який потрібно враховувати в підготовці фахівців певної категорії.

Аналіз професійної діяльності фахівців із рукопашного бою конкретного профілю засвідчив, що розроблена структура професійної ефективності, яка включає десять інтегративних показників, що розглядаються з позиції стратегічного, організаторського й комунікативного аспектів, може бути спільною для всіх суб'єктів структур рукопашного бою.

Биокремлення загального та особистісного в характері професійної діяльності фахівців із рукопашного бою дає змогу переконалися в правомірності побудови єдиної моделі професійного розвитку й саморозвитку фахівців, заснованої на інтеграції окремих модельних характеристик.

Джерела та література

1. Лесько О. М., Петрук А. П., Романчук С. В. Функціональний стан військовослужбовців, які займаються армійським рукопашним боєм. *Впровадження армійського рукопашного бою в систему фізичної підготовки військовослужбовців: матеріали наук.-практ. семінару*. 2016. С. 92–96.
2. Одеров А. М., Первачук О. В., Романчук С. В. Засоби рукопашного бою в системі військово-прикладної фізичної підготовки. *Наука, освіта, технології і суспільство в умовах глобалізації: зб. тез доп. Міжнар. наук.-практ. конф. (Біла Церква, 10 черв. 2023 р.)*. 2023. С. 49–51.
3. Первачук О., Одеров А., Романчук С. [та ін.]. Вплив засобів рукопашного бою на розвиток фізичних якостей військовослужбовців. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. 2023. (28(1)). С. 38–44. [https://doi.org/10.32626/2309-8082.2023-28\(1\).38-44](https://doi.org/10.32626/2309-8082.2023-28(1).38-44)
4. Пономарьов В. О., Корчагин М. В. Напрями вдосконалення психологічної готовності спортсменів одноборців до змагань. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*. 2025. Вип. 8(195). С. 47–55. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08\(195\).24](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08(195).24)
5. Савенко А., Чернозуб А., Альошина А. Відповідність рівня резистентності кваліфікованих спортсменів з різних видів єдиноборств змагальним навантаженням MIXED MARTIAL ARTS. *Rehabilitation & Recreation*. 2025. 19(3). 160–170. <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2025.19.3.13>
6. Korobeinikova I., Raab M., Laborde S. [et al.]. Post-traumatic stress disorder among elite athletes affected by war. *Journal of Physical Education and Sport*. 2024. Vol. 24 (5). Art 128. P. 1118–1123. <https://doi.org/10.7752/jpes.2024.05128>.
7. Korobeinikova I., Raab M., Potop V. [et al.]. Comparative analysis of states among Croatian and Ukrainian wrestling. *Journal of Physical Education and Sport*. 2022. Vol. 22 (8). Art 230. P. 1832–1838. <https://doi.org/10.7752/jpes.2022.08230>.
8. McClelland D. C., Boyatzis R. E. Leadership motive pattern and long-term success in management. *Journal of Applied Psychology*. 1982. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.67.6.737>.

References

1. Lesko, O. M., Petruk, A. P., & Romanchuk, S. V. (2016). Funktsionalnyi stan viiskovosluzhbovtiv, yaki zaimaiutsia armiiskym rukopashnym boiem [Functional state of servicemen engaged in army hand-to-hand combat]. In *Vprovadzhennia armiiskoho rukopashnoho boiu v systemu fizychnoi pidhotovky viiskovosluzhbovtiv: materialy naukovykh-praktychnoho seminaru*, 92–96 (in Ukrainian).
2. Oderov, A. M., Pervachuk, O. V., & Romanchuk, S. V. (2023). Zasoby rukopashnoho boiu v systemi viiskovo-prykladnoi fizychnoi pidhotovky [Means of hand-to-hand combat in the system of military-applied physical training]. In *Nauka, osvita, tekhnolohii i suspilstvo v umovakh hlobalizatsii: zbirnyk tez dopovidei mizhnarodnoi naukovykh-praktychnoi konferentsii* (Bila Tserkva, June 10, 2023), 49–51 (in Ukrainian).
3. Pervachuk, O., Oderov, A., Romanchuk, S. [et al.]. (2023). Vplyv zasobiv rukopashnoho boiu na rozvytok fizychnykh yakosteiv viiskovosluzhbovtiv [Influence of hand-to-hand combat means on the development of physical qualities of servicemen]. *Visnyk Kamianets-Podilskoho natsionalnoho universytetu imeni Ivana Ohienka. Fizyчне vykhovannia, sport i zdorovia liudyny*, 28(1), 38–44. [https://doi.org/10.32626/2309-8082.2023-28\(1\).38-44](https://doi.org/10.32626/2309-8082.2023-28(1).38-44) (in Ukrainian).
4. Ponomarev, V. O., & Korchagin, M. V. (2025). Napriamy vdoskonalennia psykhologichnoi hotovnosti sportsmeniv odno-bortsiv do zmahan [Directions for improving the psychological readiness of combat sports athletes for competitions]. *Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Seriya 15*, 8(195), 47–55. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08\(195\).24](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.08(195).24) (in Ukrainian).

5. Savenko, A., Chernozub, A., & Alosyna, A. (2025). Vidpovidnist rivnia rezystentnosti kvalifikovanykh sportsmeniv z riznykh vydiv yedynoborstv zmahalnym navantazhenniam mixed martial arts [Compliance of the resistance level of qualified athletes in various combat sports with competitive loads in mixed martial arts]. *Rehabilitation & Recreation*, 19(3), 160–170. <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2025.19.3.13> (in Ukrainian).
6. Korobeinikova, I., Raab, M., Laborde, S. [et al.]. (2024). Post-traumatic stress disorder among elite athletes affected by war. *Journal of Physical Education and Sport*, 24(5), Article 128, 1118–1123. <https://doi.org/10.7752/jpes.2024.05128> (in English).
7. Korobeinikova, I., Raab, M., Potop, V. [et al.]. (2022). Comparative analysis of states among Croatian and Ukrainian wrestling. *Journal of Physical Education and Sport*, 22(8), Article 230, 1832–1838. <https://doi.org/10.7752/jpes.2022.08230> (in English).
8. McClelland, D. C., & Boyatzis, R. E. (1982). Leadership motive pattern and long-term success in management. *Journal of Applied Psychology*, 67(6), 737–743. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.67.6.737> (in English).

Стаття надійшла до редакції 31.10.2025 р.