



Методика формування у військовослужбовців навичок в ході занять з бойової підготовки

Андрій Романишин*

Кандидат педагогічних наук, доцент, науковий співробітник
Науково-дослідний центр гуманітарних проблем Збройних сил України
<https://orcid.org/0000-0003-3115-5999>

Алла Неурова

Кандидат психологічних наук, доцент
Національна гвардія України
<https://orcid.org/0000-0002-1220-8613>

♦ **Анотація.** Невідповідність між наявними ресурсами та завданнями, обмежений час підготовки та потреба в якісному відпрацюванні дій роблять критично важливою оптимізацію методик формування бойових навичок з урахуванням індивідуальних темпів засвоєння й безпекових обмежень. Мета статті полягала в доведенні необхідності вдосконалення методик бойової підготовки особового складу та визначенні найкращих методів її реалізації. На основі огляду нормативних документів і військових стандартів Міністерства оборони України виявлено недоліки чинної системи психологічної підготовки військовослужбовців та сформульовано засади її подальшого удосконалення. Шляхом аналізу науково-педагогічних джерел, було виокремлено основні закони формування навичок. Досліджено відмінності між навичкою та звичкою як різними рівнями опанування поведінкових дій, а також проаналізовано психологічні чинники, що визначають їх формування – насамперед роль мотивації та наполегливості у досягненні результату. Узагальнено етапи, форми, методи й прийоми навчання, спрямовані на підвищення ефективності засвоєння бойових умінь і навичок. Підкреслено важливість системного підходу до організації навчального процесу, узагальнено етапи, форми та методи навчання, спрямовані на підвищення ефективності засвоєння бойових умінь і навичок. Обґрунтовано доцільність поєднання модульного підходу, цілеспрямованих тренувальних сценаріїв і системного контролю результатів. Окремо охарактеризовано потенціал мікронавчання як сучасного підходу, що відзначається стислістю, практичною орієнтацією, адаптивністю до індивідуального темпу засвоєння, використанням цифрових засобів навчання та регулярним зворотним зв'язком, який забезпечує високу оперативну ефективність підготовки в умовах обмеженого часу. Виявлено вплив особистісного досвіду та мотивації на етапи та тривалість формування навичок. Результати дослідження можуть бути інтегровані в проєктування та модифікацію навчальних програм, розроблення методичних рекомендацій і тренінгових сценаріїв бойової підготовки підрозділів, що сприятиме підвищенню ефективності формування професійних навичок, раціоналізації навчального часу та зниженню оперативних ризиків, пов'язаних із недостатнім рівнем підготовки особового складу

♦ **Ключові слова:** психологічна підготовка; навчальна діяльність; мікронавчання; мотивація; звичка

♦ Вступ

Будь-яка підготовка, у тому числі бойова (психологічна), є навчальним процесом набуття знань і навичок, ефективність формування яких зумовлюється умовами

проведення занять, методикою навчання та індивідуально-психологічними характеристиками військовослужбовців. Згідно з оновленою програмою базової

Приклад цитування:

Romanyshyn, A., & Neurova, A. (2025). Methodology for developing combat skills in military personnel during combat training. *The Bulletin of National Defence University of Ukraine*, 20(6), 102-110. doi: 10.33099/2617-6858-25-20-6-102-110.

Історія статті: Отримано: 18.06.2025; Доопрацьовано: 03.11.2025; Прийнято: 27.11.2025



Copyright © The Author(s). This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License 4.0 (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

*Автор-кореспондент

загальновійськової підготовки (БЗВП), на підготовку мобілізованих військовослужбовців передбачено 372 години, що не забезпечує достатнього рівня психологічної стійкості для ефективних дій у бойових умовах (Cabinet of Ministers of Ukraine, 2025). Фактичний обсяг часу на відпрацювання значно менший за той, що потрібно для надійного формування службово-бойових умінь і навичок. Стандартні підходи часто не враховують індивідуальні темпи засвоєння та мотиваційні чинники, що знижує ефективність навчання. Внаслідок цього рівень бойової спроможності безпосередньо залежить від якості підготовки та ступеня сформованості навичок. Як було підкреслено N.V. Moskalenko *et al.* (2022), досвід збройних конфліктів, зокрема бойових дій на території України, демонструє, що від якості та швидкості формування бойових навичок залежить не лише успішне виконання поставлених завдань, але й збереження життя та здоров'я особового складу. Таким чином, розробка комплексної методики, спрямованої на прискорення та якісне формування навичок у військовослужбовців, є одним із пріоритетних завдань сучасної військової педагогіки та психології. Сучасні бойові умови вимагають від військовослужбовців високої мобільності, швидкості реакцій та здатності працювати з сучасними технологіями. Враховуючи швидкий розвиток технологій, значну роль відіграють тренування з використанням технічних засобів, таких як дрони, безпілотні літальні апарати та інші інноваційні системи.

Станом на 2025 р., у Силах оборони України у програмах бойової підготовки прописані не методики навчання, а порядок проведення занять, що, звичайно, не є тотожними поняттями (Law of Ukraine No. 4538-IX, 2025). Бойова підготовка є фундаментом боєздатності збройних сил та ключовим фактором досягнення перемоги в сучасному збройному конфлікті. Ефективність дій будь-якого підрозділу безпосередньо залежить від рівня індивідуальної підготовленості кожного військовослужбовця, його здатності швидко, точно та злагоджено виконувати свої обов'язки в умовах максимального фізичного та психологічного навантаження.

D. Grossman & L. Christensen (2023) зазначав, що через зростання технологічної складності та інформаційного навантаження сучасна бойова діяльність вимагає від військовослужбовця високої цифрової та технічної грамотності, оперативної когнітивної адаптивності й витривалості під стресом. У цих умовах просте засвоєння теоретичних знань є недостатнім. Вирішального значення набуває формування стійких, доведених до автоматизму практичних навичок – від володіння особистою зброєю та надання першої психологічної допомоги, домедичної допомоги до складних тактичних дій у складі підрозділу. За висновками I. Neminsky *et al.* (2023), саме навички дозволяють військовослужбовцю діяти рефлекторно та ефективно під вогнем противника, в умовах стресу, втоми та обмеженого часу на прийняття рішень. А. Romanyshyn & A. Neurova (2025) підкреслювали, що основним завданням є формування

не лише фізичних, а й психічних якостей військовослужбовців, що мають визначальне значення для успішного виконання бойових завдань. Проблеми, пов'язані з адаптацією до умов служби, стресовими ситуаціями, психологічною стабільністю та прийняттям правильних рішень у критичних умовах, часто є основними темами в дослідженнях. У дослідженні Z.A. Khan *et al.* (2023) увагу зосереджено на важливості використання інноваційних методів навчання, які базуються на психологічних та когнітивних теоріях. Одним із таких напрямків є використання принципів когнітивного навчання, яке передбачає інтеграцію нових знань через осмислення і рефлексію досвіду. O.V. Sagan (2022) також відзначила досягнення в застосуванні гейміфікації у військовій підготовці, коли елементи гри використовуються для підвищення мотивації та залучення військовослужбовців до активного засвоєння знань і навичок. Огляд вищезазначених досліджень виявив потребу у вдосконаленні підходів до підготовки військовослужбовців. Метою статті стало обґрунтування концептуальних засад модернізації методик підготовки особового складу та розробка рекомендацій для підвищення ефективності формування бойових умінь і навичок.

♦ Матеріали та методи

Для забезпечення всебічності, об'єктивності та достовірності отриманих результатів було застосовано комплекс взаємодоповнювальних методів дослідження. Провідну роль відігравали методи аналізу науково-педагогічних джерел, що включали порівняння, узагальнення, класифікацію та систематизацію наукових підходів, концепцій і практичних рішень у сфері бойової та психологічної підготовки військовослужбовців. Вони дозволили визначити сучасний стан проблеми формування професійних навичок, з'ясувати ключові педагогічні, психологічні та військово-прикладні підходи до навчання дорослих (зокрема, в умовах високого стресу та обмеженого часу). Порівняльний аналіз педагогічних систем дозволив розкрити їхні функціональні переваги та структурні обмеження, що послужило підставою для критичної оцінки існуючих підходів. Узагальнення та систематизація емпіричних і теоретичних даних забезпечили формування концептуальної рамки дослідження та чітке визначення його термінологічного апарату. На теоретико-методологічному етапі для вивчення офіційної нормативної основи бойової підготовки застосовувалися методи аналізу нормативних документів у поєднанні з контент-аналізом, що забезпечило системне відтворення регламентуючих положень і їх методичну інтерпретацію.

Нормативно-правовою базою цього дослідження стали документи та стандарти, серед яких Military Publication 1-(18-21)160(13).01 (2021), Military Publication 1-00(160)03.01 (2021), Military standard STI 000G(V).58A (2019), Military standard STI 101A.26V (2019), огляд яких дозволив оцінити відповідність існуючої практики сучасним вимогам оборонного сектора,

виявити прогалини та невідповідності у чинній нормативно-методичній базі, що впливають на рівень підготовки військовослужбовців. На підставі офіційних матеріалів Ministry of Defence of Ukraine (2025), здійснено систематизацію особливостей проведення БЗВП у закладах вищої освіти. Задля визначення таких понять як «навичка», «звичка», «вміння», «майстерність», були застосовані дані психологічного словника V.V. Syniavsky & O.P. Sergeenkova (2007). Огляд таких новітніх навчальних практик, серед яких геймінг та мікронавчання дав можливість розробити ряд рекомендацій щодо підвищення ефективності засвоєння інформації військовослужбовцями в умовах військової підготовки. Рекомендації зазначених посібників і збірників стандартів слугували джерелом для визначення підходів і практик, впроваджених у підготовці особового складу Збройних Сил України.

◆ Результати та обговорення

Основний показник компетентності людини в будь-якій сфері – це кількість та якість навичок, якими вона володіє. Результатом БЗВП мають стати не нові теоретичні знання, а саме сформовані навички, які можна застосувати у реальних бойових умовах. W. Pruchnicki *et al.* (2022) визначили, що навичка формується в результаті спеціальних вправ – цілеспрямованих та систематичних повторів дій. Обов'язковою умовою для формування навички є інтерес і мотивація людини до навчання. Якщо на попередньому етапі військовослужбовець усвідомлює призначення навички та алгоритм її застосування, то темпи проходження наступних етапів навчання значно зростають. Тому важливу роль відіграє ознайомлення з прийомами і алгоритмами виконання дій. Наприклад, при опануванні рухів полем бою спочатку здійснюється демонстрація та засвоєння алгоритмів руху шляхом наочного спостереження за діями досвідчених військовослужбовців; надалі виконуються репетиційні (орієнтовні) рухи, у ході яких можливі грубі помилки, які розглядаються як етап навчальної траєкторії та підлягають систематичній корекції. Аналітичним етапом передбачено, що на основі отриманої інформації військовослужбовець має освоїти окремі елементи дій. Наприклад, у навчанні дитини читанню спочатку послідовно демонструються букви, потім – склади, а згодом – слова; аналогічно при опануванні нової дії в бойовій підготовці необхідно свідомо відпрацьовувати всі проміжні етапи: механізм виконання дій має бути усвідомлений, хоча на початкових стадіях їхня реалізація може характеризуватися неточністю та збільшеним часом виконання. На синтетичному етапі (етапі усвідомленої компетентності) окремі дії об'єднуються в єдине ціле, скорочується час виконання. Утворюється поєднання теоретичних знань та практики. Воїн формує чітке уявлення про дію і може усвідомлено ним користуватися. Деякі кроки починають виконуватися автоматично без свідомого контролю. На автоматичному етапі (етапі несвідомої компетенції) закріплена навичка

не вимагає контролю і повністю виконується несвідомо. Сигналом того, що навичка сформована, вважається автоматичне виконання дії без попереднього аналізу (Pruchnicki *et al.*, 2022). Ознаками сформованої навички є поєднання окремих елементарних рухів у цілісну, координовану дію та поступове усунення зайвих, нерациональних рухів, що знижує загальну напруженість. У процесі виконання увага переміщується з контролю за технікою руху на досягнення кінцевого результату. Дії набувають ритмічності, що сприяє економії зусиль і зменшенню втоми. Крім того, військовослужбовець набуває здатності довільно регулювати темп роботи – уповільнювати чи прискорювати виконання залежно від ситуаційних умов (Romanyshyn & Neurova, 2025).

Сформована навичка стає складовою ширшого поняття – уміння, що передбачає здатність виконувати дію з певним рівнем якості в різних, змінюваних умовах. Формування уміння вимагає поетапного ускладнення завдань і варіювання умов діяльності, що забезпечує гнучкість і стійкість дії. Найвищим рівнем розвитку уміння є майстерність, за якої військовослужбовець здатен швидко, точно та ефективно виконувати складні дії навіть у стресових або нестандартних ситуаціях (Syniavsky & Sergeenkova, 2007). Важливим аспектом організації навчання особового складу є забезпечення умов, за яких теоретичний матеріал подається у максимально зрозумілій формі, а процес навчання передбачає можливість оперативного отримання та надання зворотного зв'язку між інструктором і військовослужбовцем. V.L. Zlyvkov & S.O. Lukomska (2019) визначили основні рекомендації з формування навичок. Передусім, формування навичок здійснює стресовий вплив на психіку військовослужбовця. Чим більша кількість нових навичок засвоюється одночасно, тим вищим є психічне навантаження на військовослужбовця, що знижує ефективність навчального процесу. Одночасне опанування кількох професійних дій може призвести до утворення між ними штучних асоціативних зв'язків, навіть за відсутності логічного взаємозв'язку. У результаті такі навички набувають комплексного характеру прояву й можуть втрачатися не вибірково, а сукупно. Поширене твердження про перевагу лекцій як основи навчання є помилковим, адже теоретична частина відіграє допоміжну роль і відповідає лише першому етапу формування навички. Вона допомагає задати напрямок руху та уникнути помилок у ключовій частині навчання – практиці. На думку Y.L. Bryndikov (2018), у процесі передачі інформації вагому роль відіграє саме форма навчання. Найефективнішою формою підготовки є індивідуальне навчання, коли інструктор безпосередньо працює з військовослужбовцем і адаптує матеріал до його рівня підготовленості. Однак через значні ресурси цей підхід використовується рідко, тоді як групові та дистанційні формати є більш поширеними. Для підвищення ефективності таких занять доцільно застосовувати елементи мікронавчання, що сприяють кращому засвоєнню матеріалу та індивідуалізації процесу

навчання (Pruchnicki *et al.*, 2022; Romanyshyn & Neurova, 2025). Мікронавчання – це підхід до навчання, який передбачає засвоєння знань у невеликих дозах, з постійним повторенням та ускладненням. Ефективність полягає у коротких та швидких заняттях, кожне з яких має конкретну мету і навчає виконанню окремої дії. Всі ці мікроелементи утворюють повну картину теми, що вивчається. До прикладу, якщо довге відео поділити на відеоролики невеликі, курс не стане мікронавчанням. Мікроодиниці мають бути цілеспрямованими; кожен етап навчання має на меті навчити виконанню конкретної дії. Шляхом поєднання цих занять утворюється

повна картина теми або навички, що вивчаються (Romanyshyn & Neurova, 2025). Цей підхід є важливим для усіх аспектів базової військової підготовки під час мобілізації. З огляду на обмежені терміни підготовки, основною метою навчального процесу є формування у військовослужбовця готовності до виконання конкретних бойових завдань, характерних для реальних умов фронту, а не засвоєння базових принципів військової діяльності, розрахованих на мирний час. У Таблиці 1 представлено ключові особливості та принципи мікронавчання, які забезпечують ефективне засвоєння матеріалу в умовах інтенсивної бойової підготовки.

Таблиця 1. Основні принципи мікронавчання

Назва	Зміст
Цілеспрямованість	Мікронавчання має бути спрямоване на опрацювання однієї конкретної проблеми, а не широкого кола питань, що забезпечує його практичну спрямованість
Стислість	Пояснення у середньому триває 2-7 хв. Підготовка такого заняття передбачає вилучення нефункціональної інформації, яка відволікає увагу. Орієнтація на релевантний, підтверджений бойовим досвідом контент підвищує залученість і ефективність навчання
Самодостатність та цілісність	Одиниця навчального контенту має бути самодостатньою, водночас інтегрованою в загальну систему підготовки й спрямованою на досягнення запланованих результатів
Доступність	Зміст занять повинен бути доступним, як з точки зору розуміння пересічною людиною, так і з точки зору можливості отримання їх електронних та друкованих версій з будь-яких пристроїв
Можливість застосування на практиці	Навчальний контент має бути візуально демонстративним та практично орієнтованим, щоб забезпечити негайну застосовність здобутих знань у бойових умовах
Безперервність	Навчання має проводитись комплексно та поетапно
Мультиформатність	Щоб утримувати увагу людини, потрібно постійно змінювати форму викладання навчальних матеріалів
Повторення	Важливо реалізувати багаторазове інтервальне повторення нової теми для її закріплення в пам'яті. Найлегша реалізація здійснюється шляхом комплексного моделювання питань з різних предметів навчання
Набуття навички	Важливо розбити навичку на кілька простих дій і організувати для кожної окремі тренування
Швидкість виконання	Спочатку військовослужбовець виконує дії в уповільненому темпі, зосереджуючи увагу на окремих елементах для виявлення й усунення помилок. Тривала робота лише в повільному темпі може гальмувати інтеграцію рухових елементів у єдину систему; отже, тренування має поступово переводитись до нормативного темпу з дозволом на епізодичні помилки як частину процесу автоматизації
Якість виконання	Після визначення ключових навичок, що підлягають опануванню, необхідним етапом є систематичний контроль їх виконання. Ефективність формування навичок забезпечується поступовим ускладненням завдань і послідовним підвищенням вимог до якості виконання дій
Використання тренажерів	Тренажер – це симулятор певних дій та умов. Його використовують, щоб змодельовати ситуації та виробити адекватні реакції на них
Коригуючий зворотний зв'язок	Під час виконання тренувальних дій необхідним є надання своєчасного та конструктивного зворотного зв'язку, що дає змогу виявити допущені помилки, оцінити правильність виконаних дій і ступінь досягнення поставленої мети. Несвоєчасна корекція дій може призвести до закріплення помилкових навичок, тоді як усвідомлення власних результатів і неточностей є ключовою умовою ефективного формування професійної майстерності. Джерелом такого зворотного зв'язку можуть бути викладач, інструктор, товариші по службі або самоконтроль військовослужбовця

Джерело: розроблено авторами на основі А. Romanyshyn & А. Neurova (2025)

Аналіз наведеної таблиці засвідчив, що мікронавчання у військовій підготовці ґрунтується на принципах цілеспрямованості, практичної орієнтованості та безперервності освітнього процесу. Система таких занять забезпечує поетапне, усвідомлене та контрольоване формування навичок, сприяє швидкому перенесенню знань у практичну діяльність і підвищує якість засвоєння матеріалу за рахунок індивідуалізації та зворотного зв'язку. Доповненням до вивчення теорії може стати спостереження за досвідченим воїном, який виконує дію на практиці. Як було підкреслено К. Derera (n.d.), спостереження не замінить тренування, але буде результативніше простого читання або прослуховування. Набуття

навички – це результат тривалих тренувань, тому важливо розбити навичку на кілька простих дій і організувати для кожної окремі тренування. Перші тренування повинні бути орієнтовані на кількість, а не якість. Краще зробити за день 40 повторень із помилками, ніж 15 повторень без помилок. Поступово слід збільшувати інтервал між вправами. Під час перерв воїн аналізує свої дії, важливо, що перерви не повинні бути тривалими, важливо дотримуватися балансу. Наприклад, за тиждень воїн без тренувань забуде про нову навичку. Швидкість виконання є одним із ключових чинників формування навички. На початковому етапі доцільним є повільне відпрацювання дій із концентрацією уваги на кожному

елементі та виявленні помилок. Водночас надмірне затягування цього етапу може уповільнити інтеграцію окремих дій у цілісну систему, тому темп виконання слід поступово підвищувати, допускаючи контрольовані помилки як елемент навчального процесу. Якість виконання також є визначальним критерієм ефективності формування навички (Grossman, 2024). На початкових етапах навчання доцільно обмежитися контролем найсуттєвіших параметрів дії, поступово ускладнюючи завдання та підвищуючи вимоги до точності та злагоженості виконання. Відсутність цілеспрямованого контролю та прагнення до вдосконалення може призвести до закріплення неефективних або помилкових способів дії, що знижує загальний рівень підготовленості. У випадках, коли обсяг практичних занять обмежений, зокрема в умовах БЗВП, доцільно передбачати можливість самостійного тренування військовослужбовців. Такий підхід сприяє закріпленню отриманих знань і розвитку навичок за межами формального навчального процесу, що підвищує ефективність засвоєння матеріалу навіть за браку навчальних годин.

Відповідно до Military standard STI 000G(V).58A (2019) та Military standard STI 101A.26V (2019) використання тренажерів забезпечує можливість моделювання реальних бойових умов і відпрацювання практичних дій у контрольованому середовищі. Тренажери, що відтворюють типові ситуації та фактори бойової обстановки, сприяють формуванню стійких, автоматизованих реакцій військовослужбовців. До ефективних форм тренажерної підготовки належать також ділові ігри та спеціалізовані тренінги, які дозволяють поєднати теоретичні знання з практичним відпрацюванням навичок (Military Publication 1-(18-21)160(13).01, 2021; Military Publication 1-00(160)03.01, 2021). Коли військовослужбовець виконує тренувальну дію, важливо надати йому оперативний конструктивний зворотний зв'язок – вказати, якої помилки він припустився, які дії були правильними і наскільки загалом досяг поставленої мети. Важливо своєчасно коригувати дії військовослужбовця, інакше у нього може сформуватися та закріпитися неправильна навичка. Розуміння результатів та помилок у діях – одна з головних умов успішного формування навички. Цю інформацію воїн може отримати від викладача, інструктора, інших військовослужбовців або за рахунок самоконтролю. У процесі формування навички особливу увагу необхідно приділяти розвитку самоконтролю, який полягає у здатності військовослужбовця самостійно оцінювати результати власної діяльності, визначати недоліки, встановлювати їх причини та шукати шляхи усунення. Це вміння не є вродженим і формується поступово під впливом досвіду та систематичної практики. З часом, у міру виконання навчальних завдань, здатність до самоконтролю вдосконалюється, що підвищує ефективність засвоєння навичок і якість виконання бойових дій. Відповідно до дослідження D. Grossman, (2024), на початковому етапі формування нової навички недоцільно залучати

військовослужбовця до виконання складних чи відповідальних завдань. Попри зовнішню впевненість у володінні новою дією, недостатній практичний досвід, психологічна напруга та стрес, спричинений новизною, можуть суттєво знизити ефективність засвоєння навички. Тому доцільним є поступове впровадження її у практичну діяльність – від відпрацювання елементарних дій до виконання комплексних завдань, із поетапним ускладненням умов відповідно до зростання професійного досвіду та впевненості військовослужбовця. За обмеженого часу навчання ефективне формування навички забезпечується чітким розумінням алгоритму дій, інтенсивною практикою та систематичним отриманням зворотного зв'язку, що сприяє внутрішньому засвоєнню та закріпленню досвіду.

На основі праць J.D. Fletcher & P.R. Chatelier (2000) та V.V. Syniavsky & O.P. Sergeenkova (2007) розроблено модель методики навчання, спрямовану на підвищення ефективності формування навичок у військовослужбовців за обмежених умов БЗВП. Основою моделі є формування послідовних завдань, у першому з яких потрібно прибрати все зайве і коротко донести воїнам алгоритм виконання дії. Воїн повинен запам'ятати алгоритм, зрозуміти його та прояснити те, що незрозуміло. Після теоретичної частини з прикладами можна надати індивідуальне завдання і надати зворотний зв'язок (рекомендований час виконання – 10-12 хв.). Мета другого завдання – потренувати алгоритм та усвідомити його можливості. На цьому етапі воїн повинен повторити дію якнайбільше разів, і отримати зворотний зв'язок. Важливо забезпечити військовослужбовців підказками, які допоможуть правильно виконати завдання. Наприклад, відобразити алгоритм у вигляді короткої схеми або дати чек-лист, технологічну карту за якими вони зможуть перевірити себе. Мета воїна на заключному завданні – використовувати набуті навички та знання в умовах, максимально наближених до реальних. Для відпрацювання доцільно моделювати взаємодію в парах або групах (рекомендований час виконання – 20 хв. у два підходи). Процес формування навички залежить від кількох ключових чинників: цілеспрямованості, внутрішньої мотивації та зовнішнього інструктування, які формують відповідну установку; правильного планування вправ відповідно до етапів навчання; включення навички в реальні та значущі навчальні ситуації; надання зворотного зв'язку щодо результатів виконання; а також усвідомлення військовослужбовцем загального принципу або схеми дії, в контексті якої виконується тренувальна дія (Pruchnicki *et al.*, 2022). Сформованість навички оцінюється за об'єктивними показниками: точністю і якістю виконання (відсутністю критичних помилок), швидкістю виконання окремих операцій або їх послідовностей, відсутністю потреби у свідомому контролі виконання та ознак напруження, швидкої втомлюваності або випадіння проміжних елементів дії. В умовах мобілізаційної підготовки критично важливо встановити нормативні часові інтервали й порогові

рівні компетентності для кожної ключової навички та зіставити їх із фактичним часом підготовки, щоб обґрунтовано визначити, чи є відведений період достатнім для надійного засвоєння базових бойових умінь (Melnychenko *et al.*, 2024). Необхідно чітко розмежовувати поняття «навичка» та «звичка», які часто помилково ототожнюються. Навичка формується свідомо та цілеспрямовано в процесі навчальної діяльності, тоді як звичка виникає мимовільно і не обов'язково має позитивний функціональний ефект. Відповідно до V.V. Syniavsky & O.P. Sergeenкова (2007) звичка – особлива форма поведінки людини, яка виявляється у схильності до повторення однотипних дій у подібних ситуаціях. Дослідження А. Romanyshyn & А. Neurova (2025) зазначило, що формування звички в середньому займає близько 66 днів. Однак цей термін може значно змінюватися – від 18 до 254 днів – залежно від індивідуальних особливостей людини, складності самої звички, умов її формування та інших факторів. Таким чином, звичка може сформуватися як за 21 день, так і за 18, 70 чи навіть 200 днів. Швидкість цього процесу визначається як природою звички, так і зовнішніми обставинами. Тривалість формування навичок має значні індивідуальні коливання. Отже, час для проходження БЗВП мобілізованих військовослужбовців є недостатнім для належного формування бойових навичок. Це негативно впливає на морально-психологічний стан особового складу та його стійкість до стресових факторів бойової обстановки. Ситуацію ускладнюють недостатня мотивація відповідальних осіб, обмеженість матеріально-технічної бази, нестача кваліфікованих інструкторів, а також використання неефективних методів навчання та зміст занять, що не повною мірою відповідає реальним умовам ведення бойових дій (Zlyukov & Lukomska, 2019). Виходячи з вищенаведеного, виникає необхідність внесення змін до Програми БЗВП, що використовується для підготовки мобілізаційних ресурсів. Якщо раніше тривалість курсу у 30 днів обґрунтовувалася складністю бойової обстановки, то з урахуванням визнання довготривалого характеру війни виправданим є подовження періоду БЗВП щонайменше до 60 днів. Запропоноване подовження слід розглядати як пріоритетне порівняно з попередніми змінами – до 49 днів у листопаді 2024 р. та до 51 дня у липні 2025 р. – з метою підвищення готовності мобілізаційних резервів та забезпечення належного рівня їхньої бойової підготовки (Cabinet of Ministers of Ukraine, 2025).

Мотивація та наполегливість є ключовими детермінантами формування професійних навичок. Як було підкреслено А.М. Vovna (2018), особистісна зацікавленість у набутті конкретного вміння детермінує частоту та якість виконання вправ, що впливає на швидкість і стабільність автоматизації моторних та когнітивних компонентів навички. Однією з найважливіших психологічних передумов ефективності бойової підготовки є формування, активація та стабільне підтримання системи мотивів, які регулюють навчальну

діяльність військового персоналу. Засвоєння дійсності відбувається пропорційно ступеню його зацікавленості в об'єктах і завданнях цієї дійсності. Отже, мотиваційний компонент слід розглядати як функціональний ресурс, що визначає ефективність тренувального процесу. Мотиви навчальної діяльності у дослідженні М. Marushchak (2023) визначені як внутрішні спонукальні сили, що зумовлюють спрямованість і активність військовослужбовця у процесі оволодіння знаннями та навичками, забезпечуючи постановку та досягнення навчальних цілей. У структурі мотиваційної системи навчальної діяльності військовослужбовців виокремлюється низка взаємопов'язаних компонентів, які відображають різні аспекти ціннісно-сміислової орієнтації особистості в освітньому процесі. Засвоєння змісту навчальної діяльності відбувається передусім завдяки використанню традиційних мотиваторів, передбачених методикою подання навчального матеріалу, зокрема підкресленню його значущості, актуальності та практичної важливості. Однак апеляція до навчання заради самого процесу навчання є недостатньо ефективною за умов зниження позитивного мотиваційного потенціалу. Враховуючи тісний взаємозв'язок між потребами й цілями освітньої діяльності, доцільно розглядати систему мотиваційних чинників комплексно, охоплюючи як внутрішні, так і зовнішні стимули до навчання. До загальносоціальних мотивів належать ті, що ґрунтуються на усвідомленні суспільної значущості військової професії, її престижу та ролі у забезпеченні національної безпеки. Такі мотиви формують у військовослужбовців відчуття причетності до важливої державної справи, що підвищує рівень відповідальності та стійкість у навчальному процесі. Професійні мотиви безпосередньо пов'язані з прагненням оволодіти знаннями й уміннями, необхідними для ефективного виконання службових завдань. Їхня роль полягає у формуванні розуміння того, що засвоєння відповідних навчальних дисциплін є критичною умовою професійного становлення, виживання та успішного функціонування у бойових умовах. Пізнавальні мотиви відображають інтерес військовослужбовця до самого процесу пізнання та оволодіння знаннями. Ефективність їх формування значною мірою залежить від педагогічної майстерності командира або викладача, здатного подати навчальний матеріал у логічній, доступній та змістовній формі, акцентуючи увагу на його практичній значущості для конкретних завдань військової служби. Мотиви соціальної ідентифікації виникають у процесі міжособистісної взаємодії в навчальному колективі та зумовлюють прагнення військовослужбовця співвідносити власні досягнення із результатами інших членів групи. Такі мотиви сприяють підвищенню рівня саморефлексії, змагальності та соціальної активності, особливо коли індивідуальні цілі можуть бути реалізовані через групову взаємодію. Вони стають найбільш ефективними, коли навчальна група набуває для воїна особистісного значення – стає джерелом підтримки, визнання та авторитету. Прагматичні

мотиви визначаються практичною користю отриманих знань для військовослужбовця. Йдеться про усвідомлення конкретних переваг, які забезпечує навчання – від підвищення ефективності виконання бойових завдань до зростання шансів на професійне просування та успіх у майбутній кар'єрі. Військовослужбовець, який чітко розуміє прикладну цінність навчального матеріалу, демонструє вищу залученість, дисциплінованість і відповідальність у процесі підготовки (Marushchak, 2023). Цілісна взаємодія мотивів визначає ефективність процесу формування знань, умінь і навичок, що становлять основу боєздатності особового складу. У навчальній діяльності відсутнє розмежування мотивації на «хорошу» чи «погану» – існують лише чинники, що безпосередньо зумовлюють активність воїна в процесі навчання. Ідеальною вважається ситуація, за якої одночасно функціонують усі групи мотиваційних стимулів, однак на практиці це спостерігається не завжди. Тому під час проведення кожного заняття командир (викладач, інструктор) повинен орієнтуватися не на формальну, а на реальну мотивацію військовослужбовців, яка забезпечує ефективне засвоєння навчального матеріалу (How to increase..., 2022). При цьому необхідно враховувати динамічний характер мотивів, що змінюються під впливом зовнішніх умов і факторів, таких як тривалість служби, матеріально-побутове забезпечення, рівень бойового духу, особливості організації навчального процесу та управління ним. Головне завдання посадових осіб навчальних центрів – постійно мотивувати військовослужбовців на необхідність опанування знаннями. Основний акцент роботи на тому, що наявність знань і відповідних навичок допоможе вижити у бою.

A. Romanyshyn & A. Neurova (2025) було сформульовано три основні принципи приведення психологічної підготовки особового складу збройних сил. Перший принцип полягає в тому, що під час тренувань не можна «вбивати» воїна. Керівник заняття (інструктор або викладач) не повинен оголошувати військовослужбовців «мертвими» в ході тренувань. Імітація бою, яка викликає стрес, ставить воїна перед психологічним вибором під час «ураження» зброєю. Якщо на тренуванні учасник зупиняється після «влучання» (ніби сценарій завершено), це закладає у свідомість небажану і потенційно шкідливу модель поведінки. Незалежно від того, «підстрілили» його чи ні, тренувальний сценарій не повинен закінчуватися, доки воїн не зможе успішно продовжити бій, зайняти вигідну позицію, викликати допомогу і, очікуючи її прибуття, контролювати ситуацію на полі бою. Інші результати не забезпечують формування конструктивного досвіду виживання в реальних умовах. Відповідно до другого принципу заняття або тренування ніколи не повинні закінчуватися для військовослужбовця невдачею. Спочатку керівник заняття проводить воїна через сценарій, де він зазнає поразки, щоб виявити слабкі місця у його підготовці. Потім, у ході тренування, інструктор допомагає подолати ці недоліки та досягти успіху. Таким чином, після завершення

заняття перед нами буде більш підготовлений і впевнений борець. Третій принцип – критика повинна бути конфіденційною, а публічні зауваження – недопустимі. Основне правило військового керівника – зауваження робити приватно, а похвалу висловлювати відкрито. Корекційні зауваження доцільно здійснювати індивідуально, тоді як позитивні результати й досягнення варто відзначати відкрито для формування позитивного мотиваційного клімату в колективі. Слід враховувати, що рівень дій військовослужбовця у бойових умовах відповідає рівню його підготовленості, а не потенційним можливостям. Відсутність базових знань і навичок значно ускладнює або унеможливорює засвоєння складніших елементів підготовки. Важливим чинником ефективності навчального процесу є якісний професійно-психологічний відбір особового складу. Наявність серед учасників навчання осіб, які через індивідуально-психологічні особливості не здатні опанувати базовий курс підготовки, справляє негативний вплив на групову динаміку, погіршує морально-психологічний клімат у колективі та підвищує ризик виникнення міжособистісних конфліктів. Усвідомлення структури навички, її компонентів і можливостей поетапного засвоєння кожного елемента істотно прискорює процес формування професійної компетентності (Buczko & Kowalczyk, 2025). Разом із цим постає проблема належного рівня психолого-педагогічної підготовки командного, викладацького та інструкторського складу навчальних підрозділів. Слід підкреслити, що наявність значного бойового досвіду не завжди є достатньою умовою для ефективного виконання функцій інструктора, оскільки така діяльність потребує спеціальних знань у галузі педагогіки, психології та методики навчання. A. Romanyshyn & A. Neurova (2025) виокремили сім основних законів формування навички, що відображають психологічні та нейрофізіологічні механізми цього процесу:

1. Нерівномірність темпів формування навички. Засвоєння будь-якої навички відбувається з нерівномірною швидкістю: на початковому етапі спостерігається інтенсивне зростання, яке поступово сповільнюється у процесі подальшого тренування. На графіку цей процес може мати форму кривої із різким підйомом на початку та поступовим вирівнюванням. Критичним моментом є перехід від швидкого прогресу до уповільненого закріплення, особливо у випадках формування навичок, що пов'язані з потенційним ризиком для життя чи безпеки військовослужбовця.

2. Тимчасове погіршення результатів є нормальним етапом розвитку навички. Після початкового прогресу настає фаза «плато» або навіть часткового регресу. Це зумовлено перебудовою когнітивних структур і не свідчить про втрату ефективності навчання. Такі коливання є закономірними та відображають процес адаптації психіки до нових форм діяльності.

3. Відсутність меж досконалості. Розвиток навички не має статичної межі, удосконалення можливе безперервно за рахунок подальшої перебудови когнітивних і

нейронних структур. Автоматизація підвищує ефективність діяльності. Ефективність дій зростає в міру переходу від свідомого контролю до автоматизованого виконання. Автоматизація зменшує когнітивне навантаження, дозволяючи свідомості зосереджуватись на складніших аспектах діяльності. Чим більша частка дій виконується автоматично, тим ефективніша діяльність загалом.

4. Перенесення та взаємозв'язок подібних навичок. Освоєння нових дій відбувається швидше, якщо вони мають структурну схожість із уже сформованими навичками. Наявність попереднього досвіду у спорідненій діяльності сприяє прискоренню процесу навчання. Водночас для навичок із різною когнітивною чи моторною структурою цей принцип не діє, а зміна раніше закріпленої поведінки часто є складнішою, ніж формування нової. Необхідність систематичних тренувань. Будь-яка навичка за відсутності практичного використання поступово згасає. Швидкість втрати залежить від рівня складності дії, однак повторне відновлення раніше сформованих навичок відбувається швидше, ніж первинне навчання.

5. Результативність як ключовий мотиватор. Ефективне формування навички потребує наочності результатів. Усвідомлення власного прогресу підтримує мотивацію, забезпечує позитивне підкріплення та стимулює подальший розвиток.

Водночас важливо враховувати, що під час засвоєння навичок і їх закріплення на рівні м'язової пам'яті або автоматизованих дій («автопілоту») необхідно максимально обмежити кількість варіантів виконання вправи чи завдання. Дослідження S.-H. Woo & K.-M. Lee (2007) показало, що збільшення кількості можливих варіантів реагування навіть із одного до двох призводить до значного зростання часу реакції. Тобто збільшення кількості можливих варіантів дій у ситуації зумовлює пропорційне зростання часу, необхідного для прийняття рішення, що, у свою чергу, призводить до сповільнення реакції. Системність підготовки, мотиваційне забезпечення навчального процесу та підтримання сформованих навичок становлять ключові умови ефективності службово-бойової діяльності.

♦ Висновки

У ході дослідження було встановлено, що процес формування та розвитку навичок у військовослужбовців підпорядковується низці психологічних і педагогічних закономірностей. Було виявлено основні закономірності та принципи формування навичок, а також роль

наполегливості і мотивації в цьому процесі. Ефективне навчання є неможливим без наявності внутрішньої мотивації, тоді як її наявність істотно підвищує результативність. Формування мотивації можливе через створення ситуації пізнавального інтересу, коли військовослужбовець усвідомлює мету завдання, розуміє логіку дій і відчуває перші успіхи у їх виконанні. Це, у свою чергу, сприяє підвищенню рівня зацікавленості та залученості до навчального процесу. Виявлено, що стійке формування навичок забезпечується лише за умови систематичного повторення, яке сприяє автоматизації дій. При цьому навіть після досягнення високого рівня майстерності зберігається потенціал для подальшого вдосконалення. Водночас тривала перерва у застосуванні сформованих умінь може призвести до часткової втрати автоматизованих навичок, що негативно позначається на ефективності виконання службово-бойових завдань. Проте ці навички підлягають відновленню за умови проведення цілеспрямованих повторних тренувань. У незнайомих або екстремальних умовах, за відсутності необхідного рівня підготовки, воїн змушений здійснювати постійний свідомий контроль за своїми діями. Це супроводжується напруженням, негативними емоційними реакціями та, як наслідок, зниженням ефективності діяльності. Отже, системна підготовка, мотивація до навчання та підтримання набутого рівня навичок є критично важливими умовами ефективної службово-бойової діяльності. Було сформульовано низку рекомендацій та перспектив щодо проведення ефективної психологічної підготовки особового складу збройних сил. Перспективними напрямками подальших досліджень є обґрунтування та перевірка ефективності нових методів формування професійних навичок у військовослужбовців у процесі бойової підготовки. Зокрема, доцільним є вивчення впливу індивідуальних особливостей, сучасних тренажерних технологій і мотиваційних чинників на швидкість та якість засвоєння й відтворення навичок.

♦ Подяки

Немає.

♦ Фінансування

Немає.

♦ Конфлікт інтересів

Немає.

♦ Джерела

- [1] Bryndikov, Y.L. (2018). *Rehabilitation of combatant military personnel in the social services system: Theoretical and methodological foundations*. Khmelnytskyi: Khmelnytskyi National University.
- [2] Buczko, E., & Kowalczyk, J. (2025). Outline of military psychology – history, contemporary challenges, and educational implications. *Colloquium*, 17(2), 35-54. doi: 10.34813/20coll2025.
- [3] Cabinet of Ministers of Ukraine. (2025). *Focus on psychological resilience: The Armed Forces of Ukraine have updated their basic military training programme*. Retrieved from <https://surl.li/ucskeb>.
- [4] Derera, K. (n.d.). *Knowledge, skills and abilities: Everything you need to know*. Retrieved from <https://www.thehumancapitalhub.com/articles/knowledge-skills-and-abilities-everything-you-need-to-know>.

- [5] Fletcher, J.D., & Chatelier, P.R. (2000). *An overview of military training*. Alexandria, VA: Institute for Defence Analyses. doi: [10.21236/ADA408439](https://doi.org/10.21236/ADA408439).
- [6] Grossman, D. (2024). *Murder: The psychological cost of learning to kill in war and peace*. Lviv: Astrolabia Publishing.
- [7] Grossman, D., & Christensen, L. (2023). *On combat: The psychology and physiology of deadly conflict in war and in peace*. Lviv: Astrolabia Publishing.
- [8] How to increase the fighting spirit of our army? (2022). Retrieved from <https://hrg.in.ua/novini/409-yak-pidvishhitibojovij-dukhnashoyi-armiyi.html>.
- [9] Khan, Z.A., Adnan, J., & Raza, S.A. (2023). Cognitive learning theory and development: Higher education case study. In D. Ortega-Sánchez (Ed.), *Education annual volume 2023*. London: IntechOpen. doi: [10.5772/intechopen.110629](https://doi.org/10.5772/intechopen.110629).
- [10] Law of Ukraine No. 4538-IX "On Amendments to Article 11 of the Law of Ukraine 'On Military Duty and Military Service' Regarding Military Training of Ukrainian Citizens under the Reserve Medical Service Officer Training Programme" (2025, July). Retrieved from <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/4538-20#Text>.
- [11] Marushchak, M. (2023). Psychological foundations of the adaptation of Ukrainian armed forces military personnel to combat conditions. *Psychological and Pedagogical Problems of the Modern School*, 2(10), 35-44. doi: [10.31499/2706-6258.2\(10\).2023.290567](https://doi.org/10.31499/2706-6258.2(10).2023.290567).
- [12] Melnychenko, S., Ovchynnyk, V., Hudal, S., & Kulyk, M. (2024). Pedagogical aspects of the development of leadership qualities in cadets of higher military educational institutions. *Scientific Bulletin of Mukachevo State University. Series "Pedagogy and Psychology"*, 10(1), 87-97. doi: [10.52534/msu-pp1.2024.87](https://doi.org/10.52534/msu-pp1.2024.87).
- [13] Military Publication 1-(18-21)160(13).01. (2021). *Methodical recommendations on psychological training of naval personnel of the Naval Forces of the Armed Forces of Ukraine for developing stress resilience to act in conditions of sudden change in the combat situation*. Retrieved from <https://surl.li/sqogur>.
- [14] Military Publication 1-00(160)03.01. (2021). *Instruction on the protocols for providing psychological assistance to the servicemen of the Armed Forces of Ukraine in combat (extreme) conditions*. Retrieved from <https://surl.li/cheblu>.
- [15] Military standard STI 000G(V).58A. (2019). *Leader's reaction band (Leadership course)*. Retrieved from <https://surl.li/zulvaw>.
- [16] Military standard STI 101A.26V. (2019). *Special training (professional training)*. Retrieved from <https://surli.cc/aswvug>.
- [17] Ministry of Defence of Ukraine. (2025). *Essential information on Basic General Military Training in higher education institutions*. Retrieved from <https://mod.gov.ua/en/news/essential-information-on-basic-general-military-training-in-higher-education-institutions>.
- [18] Moskalenko, N.V., Otkydach, V.S., Korchagin, M.V., & Baldetskiy, A.A. (2022). Formation of psycho-physical readiness of military personnel by means of special physical training. *Scientific Journal of National Pedagogical Dragomanov University. Series 15 Scientific and Pedagogical Problems of Physical Culture (Physical Culture and Sports)*, 9(154), 63-67. doi: [10.31392/NPU-nc.series15.2022.9\(154\).15](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.9(154).15).
- [19] Neminsky, I., Roy, O., Romanyshyn, A., Olenchuk, V., Pshenychuk, G., Hyzhnyak, M., Kravchenko, K., Kvych, S., & Hoptiy, O. (2023). In V. Klochokov (Ed.), *Collection of standards for psychological training of the Armed Forces of Ukraine: Training manual*. Kyiv: Scientific and Research Centre of Humanitarian Issues of the Armed Forces of Ukraine.
- [20] Pruchnicki, W., Smal, T., & Tomaszewski, M. (2022). Shaping leadership in selected military academies. *Administration and Public Management*, 39, 170-188. doi: [10.24818/amp/2022.39-10](https://doi.org/10.24818/amp/2022.39-10).
- [21] Romanyshyn, A., & Neurova, A. (2025). *To the commander about the psychological training of personnel*. Kharkiv: Kafedra.
- [22] Sagan, O.V. (2022). Gamification as a modern educational trend. *Collection of Scientific Works "Pedagogical Sciences"*, 100, 12-18. doi: [10.32999/ksu2413-1865/2022-100-2](https://doi.org/10.32999/ksu2413-1865/2022-100-2).
- [23] Syniavsky, V.V., & Sergeenkova, O.P. (2007). In N.A. Pobirchenko (Ed.), *Psychological dictionary*. Kyiv: Scientific World.
- [24] Vovna, A.M. (2018). *Psychology of the mobilized: Essay*. Ternopil: Mandrivets.
- [25] Woo, S.-H., & Lee, K.-M. (2007). Effect of the number of response alternatives on brain activity in response selection. *Human Brain Mapping*, 28(10), 950-958. doi: [10.1002/hbm.20317](https://doi.org/10.1002/hbm.20317).
- [26] Zlyvkov, V.L., & Lukomska, S.O. (2019). *Theory and practice of psychological training*. Nizhyn: PE Lysenko M.M.

Methodology for developing combat skills in military personnel during combat training

Andriy Romanyshyn

PhD in Pedagogical Sciences, Associate Professor, Research Fellow
Research Centre for Humanitarian Problems of the Armed Forces of Ukraine
<https://orcid.org/0000-0003-3115-5999>

Alla Neurova

PhD in Psychological Sciences, Associate Professor
National Guard of Ukraine
<https://orcid.org/0000-0002-1220-8613>

◆ **Abstract.** The mismatch between available resources and tasks, limited training time, and the need for high-quality training make it critically important to optimise methods for developing combat skills, taking into account individual learning rates and safety restrictions. The aim of the article was to prove the need to improve combat training methods for personnel and to identify the best methods for their implementation. Based on a review of regulatory documents and military standards of the Ministry of Defence of Ukraine, the shortcomings of the current system of psychological training of military personnel were identified and the principles for its further improvement were formulated. Through the analysis of scientific and pedagogical sources, the basic laws of skill formation were identified. The differences between a skill and a habit as different levels of mastery of behavioural actions were studied, and the psychological factors that determine their formation were analysed, primarily the role of motivation and perseverance in achieving results. The stages, forms, methods and techniques of training aimed at improving the effectiveness of the acquisition of combat skills and abilities were summarised. The importance of a systematic approach to the organisation of the learning process is emphasised, and the stages, forms and methods of training aimed at improving the effectiveness of learning combat skills and abilities are summarised. The feasibility of combining a modular approach, targeted training scenarios and systematic control of results is justified. The potential of microlearning as a modern approach is described separately, noting its conciseness, practical orientation, adaptability to individual learning pace, use of digital learning tools, and regular feedback, which ensures high operational efficiency of training in conditions of limited time. The influence of personal experience and motivation on the stages and duration of skill formation has been identified. The results of the study can be integrated into the design and modification of training programmes, the development of methodological recommendations and training scenarios for combat training of units, which will contribute to improving the effectiveness of professional skills formation, rationalising training time and reducing operational risks associated with insufficient training of personnel

◆ **Keywords:** psychological training; learning activity; microlearning; motivation; habit