



**Мета статті** – висвітлити роль фізичної культури в якості інструменту впливу на формування та укріплення здоров'язбережувального потенціалу офіцерів ризиконебезпечних професій.

**Методологія дослідження** базується на аналізі, узагальненні та систематизації інформаційних джерел, нормативних документів із проблематики підготовки офіцерів ризиконебезпечних професій – правоохоронців, рятувальників, військовослужбовців.

**Наукова новизна.** Виконано комплексне дослідження, результати якого дозволили визначити мобілізаційні цінності фізичної культури та її вплив на формування здоров'язбережувальної компетентності та здоров'язбережувального потенціалу офіцерів ризиконебезпечних професій.

**Висновки.** Авторами статті подані пропозиції щодо запровадження інноваційних методів підготовки офіцерів ризиконебезпечних процесів з метою підвищення ролі та впливу фізичної культури на формування їх здоров'язбережувального потенціалу.

**Ключові слова:** здоров'язбережувальна компетентність, здоров'язбережувальний потенціал, інноваційні методи навчання, підготовка офіцерів, офіцери ризиконебезпечних професій, фізична культура.

**Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями.** Сучасні умови службово-професійної діяльності майбутніх офіцерів ризиконебезпечних професій вимагають володіння ними глибокого розуміння не тільки сутності понять «фізична культура», «здоров'я», «здоров'язбережувальна компетентність», «здоров'язбережувальний потенціал», «психологічна стійкість», «життєстійкість», та інших, але й високого володіння ними вмій та навичок збереження особистого здоров'я та укріплення здоров'язбережувального потенціалу.

Особливо актуальним питанням на теперішній час є укріплення фізичного та ментального здоров'я людини, формування здорового способу життя, оскільки відбувається процес переоцінки цінності в цілому, в тому числі формування нового свідомого відношення до розуміння цінності особистісного здоров'я, необхідності його підтримки, піклування про особистий здоров'язбережувальний потенціал за рахунок пропагування ролі фізичної культури, створення відповідних умов для вдосконалення системи фізичного виховання особистості.

Важливо наголосити, що в умовах війни піклування про здоров'язбережувальний потенціал офіцерами ризиконебезпечних професій є основою забезпечення їх працездатності, психологічної стійкості та готовності до застосування професійних навичок в умовах дії ризикованих ситуацій. Без належного рівня фізичної підготовки та здоров'язбережувальної компетентності неможливо уявити спроможність офіцерів ризиконебезпечних процесів захистити, охороняти та надавати різні види допомоги тим, хто її потребує – своїм колегам, цивільному населенню.

Необхідність формування здоров'язбережувальної компетентності та здоров'язбережувального потенціалу офіцерів ризиконебезпечних професій є одним з основних пріоритетних завдань освітньої політики в сфері підготовки та підвищення рівня професіоналізації офіцерів різних структур, які забезпечують обороноздатність нашої країни, підтримку рівня безпеки та охорони цивільних громадян в різних, в тому числі екстремальних та надзвичайних ситуаціях.

**Аналіз основних досліджень і публікацій.** Триваючі процеси трансформації Збройних Сил України, Національної поліції, Державної кримінально-виконавчої служби, Державної служби України з надзвичайних ситуацій, Державної прикордонної служби України та інших структур, професійна діяльність яких пов'язана з підтримкою життєдіяльності країни, охороною та захистом її кордонів від зовнішнього ворога, забезпеченням внутрішньої безпеки зумовлюють потребу у підвищенні ролі фізичної культури як інструменту формування здоров'язбережувальної компетентності та здоров'язбережувального потенціалу офіцерів ризиконебезпечних професій.

Така думка відслідковується у працях багатьох вчених, чий дослідження пов'язані з пошуком дієвих технологій формування фізичної, психофізичної підготовки офіцерів ризиконебезпечних професій (В. Аніщенко [1, 2], В. Бондаренка [3], О. Гнідюк [4], І. Донця [2], К. Пантелєєва [5], А. Турчинова [6], О. Шеремети [7] та ін.), а також у відповідних нормативно-правових документах національного законодавства у зазначеній сфері:

– Законі України «Про фізичну культуру і спорт» від 24 грудня 1993 року № 3808-XII, де чітко зазначено, що: а) фізична культура – діяльність суб'єктів сфери фізичної культури і спорту, спрямована на забезпечення рухової активності людей з метою їх гармонійного, передусім фізичного, розвитку та ведення здорового способу життя; б) фізичне виховання різних груп населення – напрям фізичної культури, пов'язаний з процесом виховання особи, набуттям нею відповідних знань та умінь з використання рухової активності для всебічного розвитку, оздоровлення та забезпечення готовності до професійної діяльності та активної участі в суспільному житті; в) фізична підготовка – складова фізичного виховання різних груп населення, яка полягає у формуванні рухових умінь та навичок людини, розвитку її фізичних якостей і здібностей з урахуванням особливостей професійної діяльності;

– Концепції розвитку фізичної підготовки і спорту в системі Міністерства оборони України (наказ Міністерства оборони України № 452 від 28.12.2022), де зазначено, що існує нагальна потреба у створенні належних умов для формування кадрового потенціалу галузі фізичної культури і спорту особового складу для потреб системи Міноборони та інших складових сил оборони держави; необхідності популяризації фізичної культури і спорту та здорового способу життя серед особового складу та ін.;

– Інструкції з фізичної підготовки в системі Міністерства оборони України (наказ Міністерства оборони України № 225 від 05.08.2021), в якій чітко визначено, що: а) загальна фізична підготовка – є частиною фізичної підготовки, яка спрямована на розвиток основних фізичних якостей, поліпшення фізичного розвитку та зміцнення здоров'я військовослужбовців; б) процес фізичного вдосконалення військовослужбовців представляє собою сукупність засобів, методів та форм фізичної підготовки, які реалізуються шляхом застосування функцій навчання, розвитку, виховання та злагодження підрозділів; в) стан фізичної підготовки – характеристика, що визначається оцінкою рівня фізичної готовності (підготовленості) військовослужбовців, фізичної підготовки підрозділів і військової частини та якістю управління нею та ін.

**Мета статті** – висвітлити роль фізичної культури в якості інструменту впливу на формування та укріплення здоров'язбережувального потенціалу офіцерів ризиконебезпечних професій.

**Методологія дослідження** базується на аналізі, узагальненні та систематизації інформаційних джерел, нормативних документів із проблематики підготовки офіцерів ризиконебезпечних професій – правоохоронців, рятувальників, військовослужбовців.

**Результати дослідження.** Фізична культура, як і культура в цілому – є продуктом, що динамічно видозмінюється в залежності від можливостей, потреб та цінностей кожної людини і суспільства в цілому. Для підготовки життєздатної особистості офіцера ризиконебезпечної професії має значення освоєння мобілізаційних цінностей фізичної культури, до яких відносяться такі, як:

– розуміння того, що здоров'я та життя людини є найвищою цінністю та залежать від її особистого ставлення та любові до себе й свого тіла у поєднанні з розумом;

– поєднання фізичного та ментального здоров'я – є основою життєздатності та психологічної стійкості організму людини, оскільки це основа здоров'язбережувального потенціалу та спроможності людини вижити самій та допомогти вижити іншим;

– формування та розвиток професійно важливих якостей особистості під час фізичних та спортивних занять, серед яких важливим є раціональна організація бюджету свого часу, внутрішня дисципліна, зібраність та спроможність до мобілізації сили тіла та духу, швидкість оцінки ситуації, вміння психологічно виважено сприймати та переживати невдачі, втрати, поразки тощо.

Фізична культура та спорт укріплює здоров'я, підвищує фізичну та розумову працездатність, створюючи основу для успішного освоєння знань, набуття важливих професійних вмінь та подальшої високоефективної службово-професійної діяльності. У вирішенні завдань підвищення рівня стійкості організму до негативного впливу факторів на здоров'я, формування здорового способу життя та в цілому формування, розвитку та укріплення здоров'язбережувального потенціалу офіцерів ризиконебезпечних професій важлива роль належить фізичній культурі.

Всім відомо, що фізична культура має позитивний оздоровчий та профілактичний ефект, що пов'язаний з розумними заняттями фізичними навантаженнями, підтримкою фізичної активності, посиленням функцій опорно-рухового апарату, активізацією обміну речовин в організмі. Регулярні заняття фізичною культурою позитивно впливають на всі системи життєзабезпечення організму – серцево-судинну, дихальну, нервову, опорно-рухову та травлення.

Фізична культура багатофункціональна, оскільки під час фізичних навантажень в активну роботу залучаються практично всі органи і системи організму людини. Змінюючи характер і кількість тренувальних навантажень, можна цілеспрямовано впливати на перебіг адаптаційних процесів і тим самим, укріплювати різні органи, розвивати важливі фізичні та психофізичні якості, володіння якими надає можливості офіцерам ризиконебезпечних процесів формувати готовність до дій у непередбачуваних ситуаціях та складних умовах виконання завдань службово-професійної діяльності.

Сприятливий вплив регулярних занять фізичними навантаженнями на здоров'я та фізичний стан організму відбувається в результаті підвищення тону центральної нервової системи та покращенню властивостей нервових процесів, посилення діяльності серцево-судинної та дихальної систем, збільшення загального об'єму крові, що циркулює, підвищення числа еритроцитів і вмісту гемоглобіну, розвитку м'язової системи та удосконалення рухових якостей м'язів: швидкості, сили, спритності та витривалості. Також відбувається розвиток рухової активності й координації рухів, покращення кровообігу м'язових волокон, розвиток адаптаційних властивостей організму, потовщення й ущільнення кісткової тканини та більшої її пружності, покращення рухливості суглобів, нормалізація обміну речовин в організмі, вдосконалення регуляції функцій організму, профілактика гіподинамії, позбавлення зайвої ваги при систематичних заняттях в поєднанні з раціональним харчуванням, а також покращення функціонального стану організму, позитивний вплив на самопочуття, настрій, працездатність.

Регулярні фізичні навантаження приводять організм в стан тренуваності, в основі якого лежить процес психофізіологічної адаптації, тобто пристосування функцій різних органів та діяльності мозку до нових умов взаємодії та узгодженого функціонування. Цей процес координується центральною нервовою системою, тонус якої поступово під впливом систематичних фізичних навантажень підвищується, покращується життєздатність нейронів та рухомість нервових процесів. Це в подальшому сприяє чіткій регуляції всього організму, а в поєднанні з інтелектуально-вольовими процесами впливає на розвиток професійно-важливих якостей, а саме: врівноваженості, мужності, витривалості, виваженості, емоційному самовладанні тощо. Фізичні заняття в молодому віці спрямовані на формування культури створення особистісної системи фізичного розвитку, тренування організму людини та формування системи профілактики та підтримки здоров'я в умовах психофізіологічного впливу факторів, що виникають під час або внаслідок дії на організм екстремальних ситуацій. У більш старшому віці сформована система культури турботи про тіло й дух потребує підтримки та турботливого ставлення, оскільки вже можуть бути певні відхилення в здоров'ї.

Фізична культура прямопропорційно впливає на формування здоров'язбережувального потенціалу офіцера ризиконебезпечної професії, що:

1) відображає рівень комплексності та системності знань, умінь, навичок та ціннісних орієнтацій, які забезпечують здатність офіцера дбати про власне здоров'я, застосовувати відповідні вміння та навички для уникнення факторів ризику та прийняття раціональних рішень стосовно убезпечення життя та здоров'я в умовах екстремальних ситуацій;

2) відбиває його особистісну певну життєву позицію, відображає рівень його мотивації та спрямованості на збереження і зміцнення фізичного та ментального здоров'я;

3) сформований психофізіологічний ресурс офіцера, що включає не тільки культуру здоров'я, але й навички формування й вдосконалення здорового способу життя, відповідний рівень здатність до гармонійного розвитку у фізичному, психічному й соціальному вимірах та готовності до виконання складних завдань службово-професійної діяльності, в тому числі в екстремальних умовах.

Як бачимо здоров'язбережувальний потенціал офіцера ризиконебезпечної професії – це не лише фізична витривалість, а й освітньо-професійний ресурс, який забезпечує його психічну стійкість під час виконання завдань службово-професійної діяльності в умовах підвищеного ризику.

Здоров'язбережувальний потенціал офіцера ризиконебезпечної професії є інтегрованим ресурсом, завдяки якому відбувається процес підтримання високого рівня працездатності; формується здатність адаптуватися до стресових умов професійної діяльності; виявляється можливість обрання та реалізації стратегії самозбереження здоров'я через знання, навички та ціннісні орієнтації (Рисунок 1).

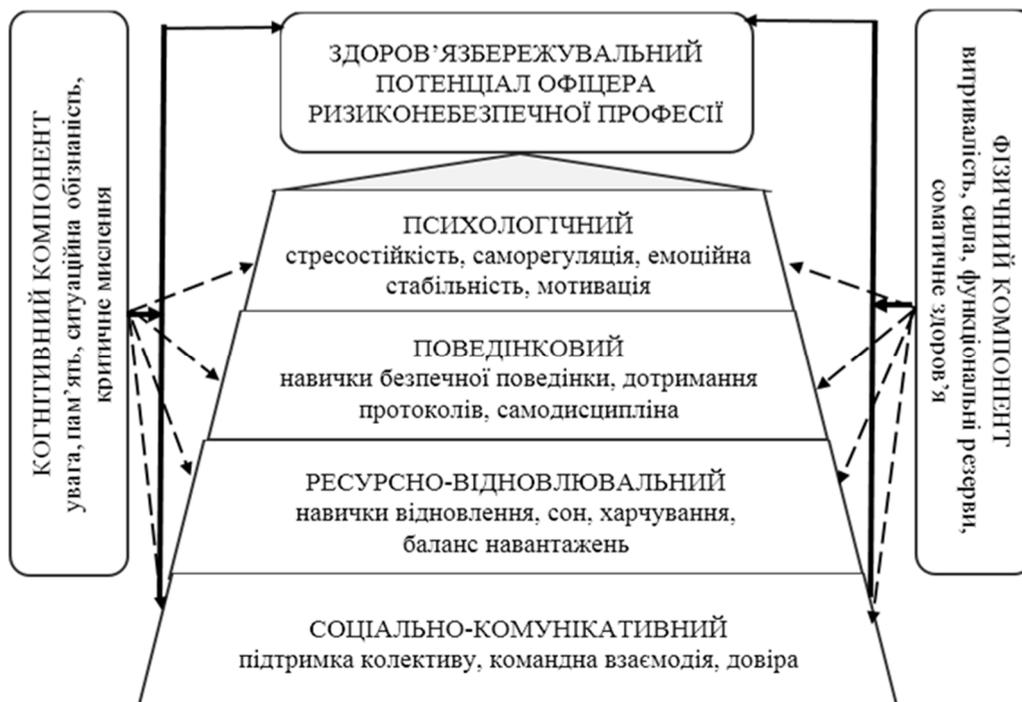


Рисунок 1 – Пірамідална модель здоров'язбережувального потенціалу офіцера ризиконебезпечної професії

Відповідно до багатомірності поняття «здоров'язбережувальний потенціал офіцера ризиконебезпечної професії» необхідно постійно відслідковувати та вносити зміни в дидактичне забезпечення оволодіння певними вміннями та навичками офіцерами для підтримки не тільки фізичної активності, алей самовдосконалення (Таблиця 1).

Таблиця 1

**Характеристика вимірів здоров'язбережувального потенціалу офіцера ризиконебезпечної професії**

Вимір	Сутність та інтерпретація	Ключові акценти
Освітній	Сукупність знань, умінь і навичок, що формуються у процесі навчання та виховання, професійного становлення офіцера протягом життя	Формування культури здоров'я, профілактика, розвиток ціннісних орієнтацій
Професійний	Потенціал діяльності, який дозволяє підтримувати працездатність та адаптуватися до стресових умов	Самозбереження здоров'я, професійна надійність, стійкість у ризиконебезпечних умовах
Соціальний	Комунікативні вміння та навички моделювання взаємодії офіцера з різними категоріями осіб, що сприяє збереженню психосоціальної складової здоров'я через колективні практики залучення до спільної діяльності	Командний дух, соціальна підтримка, здоровий спосіб життя як у професійній спільноті, так і цивільному середовищі
Психофізіологічний	Фізіологічні та психофізіологічні можливості організму, що забезпечують його життєздатність та життєстійкість	Фізична витривалість, стресостійкість, профілактика захворювань
Інтегрований	Комплексний психофізіологічний ресурс офіцера, що поєднує освітні, професійні, соціальні та біологічні складові	Гармонійний розвиток, баланс фізичного, психічного та соціального здоров'я

Здоров'язбережувальний потенціал офіцера ризиконебезпечної професії це не просто «стан здоров'я», а комплекс ресурсів, які дозволяють офіцеру: ефективно діяти в ризикованих ситуаціях, протистояти професійним ризикам, запобігати виснаженню, дезадаптації та швидко повертатися у врівноважений психоемоційний стан, підтримувати оптимальний рівень працездатності та зберігати психологічну стійкість і самоконтроль.

На нашу думку, фізична культура виступає базовим механізмом формування здоров'язбережувального потенціалу офіцера, оскільки забезпечує цілісну підтримку його фізичної, психофізіологічної та особистісної готовності до діяльності в умовах підвищеного ризику.

Фізична культура виховує у офіцерів потребу в організації здорового способу життя, що тісно пов'язано з вихованням їх ціннісного відношення до фізичної підготовки, сприяючи активізації їх творчої діяльності в оволодінні навичками продуктивної самостійної роботи в напрямку формування та контролю за станом тіла, емоцій та почуттів. Від цього відношення народжується мотивація до підтримки здоров'я протягом життя, розуміння важливості формувати здоров'язбережувальну компетентність.

**Висновки.** Вище викладене дає змогу зазначити, що фізична культура є основою формування відповідного рівня здоров'язбережувального потенціалу офіцерів ризиконебезпечних професій. Для посилення її впливу на процес формування здоров'язбережувального потенціалу необхідно вдосконалити дидактику створення системи фізичної культури особистості офіцера ризиконебезпечної професії. Це можливо досягнути за допомогою різні інтерактивні методи навчання під час виконання завдань навчальних дисциплін «Фізична підготовка», «Спеціальна фізична підготовка», а саме: 1) включення в навчальні програми ігрових компонентів фізкультурно-спортивної діяльності, що містять компонент змагання; це буде сприяти розвитку комунікаційних навичок, співпраці, лідерства, соціальної взаємодії та народжувати мотивацію до самовдосконалення; 2) використання новітніх технологій, що поєднують фізичні вправи з гейміфікацією (відео-ігри, відеоролики, платформи для дистанційного навчання, віртуальну реальність); такі вправи розроблені спеціально для фізичної активності і можуть забезпечити цікаві тренування та заняття, стимулюючи до активності та руху. Застосування віртуальної реальності дозволяють офіцерам виконувати фізичні вправи, які можуть бути складними або неможливими в реальному освітньому середовищі, однак віртуальні ігри та тренажери можуть допомогти розвивати реакцію, координацію, силу та інші фізичні навички, в також вміння психологічно правильно сприймати певні складні ситуації. Віртуальні технології можуть допомогти створити іммерсивне середовище для ознайомлення та вивчення тими видами спорту, які є недоступними. Включення елементів використання смарт-пристроїв для біометричних досліджень формує навичку систематичного слідування за рівнем фізичної активності та станом здоров'я; 3) запровадження комплексних навчальних кейсів, де поєднані спеціальні модулі тренінгових компонентів та практичного відпрацювання, під час яких відбувається набуття певних ідеомоторних навичок, розвивається увага і професійна спостережливність, укріплюється

професійна пам'ять, правильного реагування на елементи несподіванки, шумові та вогневі ефекти, вміння тримати себе в руках та мобілізувати й зрівноважувати емоційні стани в ситуаціях, що пов'язані зі сприйняттям страждань, крові, поранень, травм, убитих; оволодіння навичками оцінки та обрання алгоритму дій в умовах дефіциту часу та ін.; 4) створення та впровадження кейсів тактико спеціальної повної фізичної готовності, що включає фізичну підготовленість до освоєння й виконання службово-професійної діяльності, військово-прикладні навички (способи пересування по важко-прохідній місцевості, виживання у воді, подолання природних та штучних перешкод, прийоми рукопашного бою) та оперативної фізичної готовності до дій у конкретних умовах навчання (практичні ситуаційні кейси, мета яких прийняти рішення та діяти відповідно до поставлених тактичних задач) або бойових, пошукових операцій.

## References

1. Аніщенко В. О., Разумейко Н. С. Формування професійної компетентності офіцерів сектору безпеки та оборони України на основі використання інтерактивних методів навчання. *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки.* 2022. Вип. 18 (174), С. 98–103.  
Anishchenko V. O., Razumeiko N. S. (2022). Formuvannia profesiinoi kompetentnosti ofitseriv sektoru bezpeky ta oborony Ukrainy na osnovi vykorystannia interaktyvnykh metodiv navchannia [Professional competence formation of officers of the security and defense sector of Ukraine based on interactive teaching methods]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu «Chernihivskiy kolehium» imeni T. H. Shevchenka. Serii: Pedagogichni nauky*, Vyr. 18 (174), 98–103.
2. Аніщенко В. О. Сорокопуд В. Б., Ткаченко І. В., Донець І. О. Методика прикладної фізичної підготовки персоналу ДКВС України: психолого-бойовий аспект. *Науковий вісник Сіверщини. Серія: Освіта. Соціальні та поведінкові науки.* 2023. № 2 (11), С. 9–25.  
Anishchenko V. O. Sorokopud V. B., Tkachenko I. V., Donets I. O. (2023). Metodyka prykladnoi fizychnoi pidhotovky personalu DKVS Ukrainy: psykhologo-boiovyi aspekt [Methods of applied physical training of the SCES personnel of Ukraine: the psychological and combat aspect]. *Naukovyi visnyk Sivershchyny. Serii: Osvita. Sotsialni ta povedinkovi nauky*, № 2 (11), 9–25.
3. Бондаренко О., Данильченко В., Ікаєв А. Формування здоров'язрозвивальної компетентності у майбутніх офіцерів поліції під час навчальних занять зі спеціальної фізичної підготовки. *Педагогічні інновації: ідеї, реалії, перспективи.* 2025. Т. 1. № 34. С. 67–73.  
Bondarenko O., Danylchenko V., Ikaiev A. (2025). Formuvannia zdoroviarozvyvalnoi kompetentnosti u maibutnikh ofitseriv politsii pid chas navchalnykh zaniat zi spetsialnoi fizychnoi pidhotovky [Formation of health-developing competence in future police officers during training classes in special physical training]. *Pedahohichni innovatsii: idei, realii, perspektyvy*, Т. 1, № 34, 67–73.
4. Гнидюк О. П. Розвиток здоров'язбережувальної компетентності майбутніх офіцерів-прикордонників: практичні аспекти фізичного виховання. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова.* 2022. Вип. 90, С. 37–41.  
Hnydiuk O. P. (2022). Rozvytok zdoroviazberezhivalnoi kompetentnosti maibutnikh ofitseriv-prykordonnykiv: praktychni aspekty fizychnoho vykhovannia [Development of health-preserving competence of future border guard officers: practical aspects of physical education]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Dragomanova*, Vyr. 90, 37–41.
5. Пантелєєв К. В. Формування культури здоров'язбереження як складової професійної діяльності офіцерів прикордонників. *Науковий огляд.* 2016. № 11 (32). С. 1–7.  
Pantielieiev K. V. (2016). Formuvannia kultury zdoroviazberezhennia yak skladovoi profesiinoi diialnosti ofitseriv prykordonnykiv [Formation of a culture of health and safety as a warehouse professional activity of border officers]. *Naukovyi ohliad*, № 11 (32), 1–7.
6. Турчинов А. В. Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх офіцерів Національної гвардії у процесі професійної підготовки : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Харків, 2016. 180 с.  
Turchynov A. V. (2016). Formuvannia zdoroviazberezhivalnoi kompetentnosti maibutnikh ofitseriv Natsionalnoi hvardii u protsesi profesiinoi pidhotovky [Formation of health and safety competence of future officers of the National Guard during the process of professional training]: dys. ... kand. ped. nauk : 13.00.04. Kharkiv, 180.
7. Шеремета О. П. Формування здоров'язбережувальної компетентності в майбутніх офіцерів кримінально-виконавчої служби : навч.-метод. посіб. Чернігів : Академія ДПтС, 2020. 87 с.  
Sheremeta O. P. (2020). Formuvannia zdoroviazberezhivalnoi kompetentnosti v maibutnikh ofitseriv kryminalno-vykonavchoi sluzhby [Formation of health preserving competence to future officers of the penitentiary service]: navch.-metod. posib. Chernihiv : Akademiia DPtS, 87.

**Anishchenko Victoria**

<https://orcid.org/0000-0002-5062-3789>  
ResearcherID AAC-5442-2021  
Scopus-Author ID57208032016

Doctor of Pedagogical Sciences, Professor,  
Head of the Department of Formation and Development of Professional  
Competence of Personnel of the State Penitentiary Service of Ukraine,  
Institute of Professional Development of the Penitentiary Academy of Ukraine,  
(Chernihiv, Ukraine) E-mail: oceansoulvik111@gmail.com

**Yevseienkov Timur**

<https://orcid.org/0000-0003-0801-3490>

Senior lecturer of the Department of Formation and Development of Professional  
Competence of Personnel of the State Penitentiary Service of Ukraine,  
Institute of Professional Development of the Penitentiary Academy of Ukraine,  
(Chernihiv, Ukraine) E-mail: bagira.rns@gmail.com

**Yermak Serhii**

<https://orcid.org/0000-0002-5069-1001>

PhD in Pedagogical Science, Associate Professor,  
Director of the Institute of Professional Development of the  
Penitentiary Academy of Ukraine,  
(Chernihiv, Ukraine) E-mail: sergey.yermak@gmail.com

#### PHYSICAL CULTURE AS A TOOL FOR FORMING AND STRENGTHENING THE HEALTH-PRESERVING POTENTIAL OF OFFICERS OF RISK OR DANGEROUS PROFESSIONS

*The article discusses the relevance of developing health-saving competence and health-saving potential of officers of risk or dangerous professions in the context of modern challenges, in particular war and extreme situations. It highlights the importance of physical culture as a key tool for ensuring the physical and psychological resilience, vitality, and professional readiness of officers to perform their official and professional duties in risky conditions.*

*It is determined that without an adequate level of physical training and health preservation skills, officers of risk or dangerous professions will not be able to provide effective protection, security, and assistance to the civilian population in extreme situations. The author's interpretation of the concept of «health-preserving potential of an officer in a high-risk profession» and the need to integrate health-preserving technologies into the system of professional education, training, and retraining of officers of risk or dangerous professions are substantiated.*

***The purpose of the article** is to highlight the role of physical culture as a tool for influencing the formation and strengthening of the health-saving potential of officers of risk or dangerous professions.*

***The research methodology** is based on the analysis, generalization, and systematization of information sources and regulatory documents on the training of officers of risk or dangerous professions – law enforcement officers, rescuers, and military personnel.*

***Scientific novelty.** A comprehensive study was conducted, the results of which made it possible to determine the mobilisation values of physical culture and its influence on the formation of health-saving competence and health-saving potential of officers of risk or dangerous professions.*

***Conclusions.** The authors of the article propose introducing innovative methods for training officers of risk or dangerous professions with the aim of increasing the role and influence of physical culture in developing their health-preserving potential.*

**Keywords:** health-saving competence, health-saving potential, innovative teaching methods, officer training, officers of risk or dangerous professions, physical culture.

Стаття надійшла до редакції 15.12.2025

Рецензент: доктор педагогічних наук, професор **Биконя О.П.**