

**Виживання (курс
індивідуальної підготовки). За
програмою базової
загальновійськової
підготовки (для підготовки
мобілізаційних ресурсів,
версія 5, термін навчання 1,5
місяці)**

До даного курсу входить блок знань з забезпечення життєдіяльності та особистої гігієни військовослужбовця ЗСУ. Зокрема порядок організації побуту особового складу в районі розміщення (на позиції, в тилівій смузі, з урахуванням умов місцевості (лісиста, урбанізована, степова). Профілактичні заходи основних захворювань та запобігання поширених пошкоджень нижніх кінцівок.

Також вміщено блок щодо формування психологічної стійкості військовослужбовців до можливого потрапляння у примусову ізоляцію (полон): типи, стадії та фази протікання військового полону; кодекс поведінки в полоні (принципи поводження з військовополоненими відповідно до норм Міжнародного гуманітарного права); способи уникнення потрапляння в полон та психологічні аспекти перебування в умовах примусової ізоляції (полону).

ДЛЯ ПІДГОТОВКИ
МОБІЛІЗАЦІЙНИХ РЕСУРСІВ,
ВЕРСІЯ 5

ТЕРМІН НАВЧАННЯ
1,5 МІСЯЦІ

ВИЖИВАННЯ

КУРС ІНДИВІДУАЛЬНОЇ ПІДГОТОВКИ

**ЗА ПРОГРАМОЮ
БАЗОВОЇ
ЗАГАЛЬНОВІЙСЬКОВОЇ
ПІДГОТОВКИ**

Видавництво
«Центр учбової літератури»
Київ — 2025

В 41 **Вживання (курс індивідуальної підготовки). За програмою базової загальновійськової підготовки (для підготовки мобілізаційних ресурсів, версія 5, термін навчання 1,5 місяці).** — Київ: «Центр учбової літератури», 2025. — 66 с.

ISBN 978-966-370-208-7

До даного курсу входить блок знань з забезпечення життєдіяльності та собистої гігієни військовослужбовця ЗСУ. Зокрема порядок організації побуту особового складу в районі розміщення (на позиції, в тилловій смузі, з урахуванням умов місцевості (лісисто, урбанізована, степова). Профілактичні заходи основних захворювань та запобігання поширених пошкоджень нижніх кінцівок.

Також вміщено блок щодо формування психологічної стійкості військовослужбовців до можливого потрапляння у примусову ізоляцію (полон): типи, стадії та фази протікання військового полону; кодекс поведінки в полоні (принципи поводження з військовополоненими відповідно до норм Міжнародного гуманітарного права); способи уникнення потрапляння в полон та психологічні аспекти перебування в умовах примусової ізоляції (полону).

ISBN 978-966-370-208-7

ВИЖИВАННЯ

(КУРС ІНДИ ВІДУАЛЬНОЇ ПІДГОТОВКИ)

1. До завдання 000Г(Б).53Л.01 (підрозділ 2.1 – Тема № 1)

Тема 1. Забезпечення життєдіяльності. Особиста гігієна (1 година).

Заняття 1. Порядок організації побуту особового складу в районі розміщення (на позиції, в тилівій смузі, з урахуванням умов місцевості (лісисто, урбанізована, степова) (1 година).

Умови:

практичне;

навчальне тактичне поле (ділянка місцевості);

Методичні рекомендації:

Заняття організовується на тактичному полі (ділянці місцевості) в складі навчального взводу (навчальної групи) під керівництвом викладача (командира роти, взводу, інструктора).

В ході занять військовослужбовців ознайомлюються з:

порядком організації побуту особового складу в районі розміщення (на позиції, в тилівій смузі, з урахуванням умов місцевості (лісисто, урбанізована, степова)

принципами особистої гігієни військовослужбовця, в тому числі в польових умовах.

профілактичними заходами основних захворювань (кишкових захворювань, захворювань шкіри та її придатків тощо);

профілактикою та запобіганням поширених пошкоджень нижніх кінцівок (траншейна стопа, мозоль та ін.);

обладнанням та маскуванням відхожого місця, вигрібних ям, місць зберігання харчових та інших видів відходів в окопах та траншеях;

способами забезпечення догляду за тілом в умовах обмеженої кількості води, а також використання сучасних засобів гігієни (сухий душ, вологі серветки, антисептичні засоби та ін);

використанням різного роду присипок для місць, що часто потіють (місця виділення поту) (дитячі присипки), мазі для ніг для запобігання натиранню та грибка;

Наприкінці заняття підбиваються підсумки

1.1. Порядок організації побуту особового складу в районі розміщення (на позиції, в тилівій смузі, з урахуванням умов місцевості (лісисто, урбанізована, степова). Профілактичні заходи основних захворювань та запобігання поширених пошкоджень нижніх кінцівок

1.1.1. Виходячи із сьогоденних особливостей надзвичайних ситуацій військових дій, певний історичний досвід гігієни праці військовослужбовців удосконалюється. З метою забезпечення здорових умов служби і побуту

військовослужбовців повсякденна їх діяльність у будь-якій обстановці має здійснюватися з дотриманням вимог режиму дня та особистої і громадської гігієни. При цьому враховуються специфіка завдань, що виконують військовослужбовці, кліматичні умови, екологічна обстановка в районі дислокації військової частини, стан матеріального забезпечення і казармового житлового фонду.

Кожний командир зобов'язаний забезпечити у підпорядкованому йому підрозділі дотримання військовослужбовцями правил особистої і громадської гігієни, які включають:

а) підтримання чистоти в наметах (спорудах для розміщення особового складу), туалетах та інших місцях загального користування;

б) регулярне провітрювання приміщень та підтримання чистоти на території розташування табору. У випадку педикульозу весь особовий склад підрозділу підлягає позачерговому миттю з одночасною камерною дезінфекцією обмундирування, натільної білизни і постільного приладдя. Територія табору та прилеглі до нього ділянки місцевості повинні утримуватися в чистоті. Ділянки території для прибирання в таборі закріплюються за підрозділами. Для збирання і тимчасового зберігання сміття та твердих побутових відходів на відстані 50 – 70 м від житлових наметів обладнується відповідні місця. Зовнішні туалети розміщуються на відстані не менш 100 м від житлових наметів та продовольчих пунктів. Вони повинні мати надземну частину і вигріб. Надземна частина споруджується з розрахунку одне очко на 10 – 12 чоловік і виготовляється з щільно підігнаних матеріалів (дошок, цегли тощо), з обов'язковим перекриттям від опадів (дощу і снігу). Вигріб повинен щільно закриватися кришкою і бути водонепроникним. Його глибина залежить від рівня ґрунтових вод, але не повинна бути більше 3 м. Вигреби повинні регулярно чиститись і дезінфікуватись. Не допускається наповнення вигребу вище позначки, розташованої на 0,35 м – нижче рівня поверхні землі. Туалети повинні мати природне і штучне освітлення та вентиляцію. Доріжки до зовнішніх туалетів в нічний час можуть освітлюватися. Помийні ями для збирання рідких побутових відходів повинні складатися з вигребу і надземної частини з кришкою та решіткою для уловлювання твердих відходів. Тверді і рідкі відходи вивозяться щодня, у місця, погоджені з місцевими органами санітарно-епідеміологічного нагляду (удосконалені звалища, поля асенізації тощо). Стічні води відводяться в поглинальні колодязі або вигребу достатньої ємності на відстань не менше 10 м від місць миття. Стічні води від умивальників та лазні по відповідним канавкам направляються в милоулавлювачі (ящики з ґратчастим дном, заповнені соломною, стружкою, сухою травою тощо), а потім в поглинальні колодязі, заповнені шлаком або щебнем. У теплу пору року зовнішні туалети, сміттєзбірники і ґрунт навколо них, в цілях боротьби з паразитами, регулярно обробляються спеціальними засобами. Знищення гризунів на території і в приміщеннях БТ проводиться за допомогою пасток і отруйних приманок.

1.1.2. Правила особистої гігієни у польових умовах

В польових умовах захворіти легко. Адже доступ до чистої води, рушників та засобів особистої гігієни – або сильно обмежений або відсутній зовсім. Озноб, слабкість у м'язах, діарея, висока температура – перші симптоми інфекційних захворювань, які можна отримати в умовах відсутності цивілізації.

Це може викликати тяжкі захворювання як дизентерія та педикульоз, що значно ускладняють перебування в польових умовах.

Для того щоб час, проведений на природі, запам'ятався позитивом, потрібно підготуватися.

1.1.3. Одяг та взуття

Оберіть вільну одяг з міцної натуральної тканини. Взуття має бити вашого розміру або на розмір більше. Але ні в якому разі не тісне.

Натерті ноги – це нестерпний біль, який значно ускладнює піший хід. При будь-якій можливості, взуття та одяг потрібно сушити та витрушувати від сміття. Голову потрібно захищати завжди: взимку найбільші тепловтрати йдуть через голову; влітку – велика ймовірність перегріву.

1.1.4. Продукти

Їжа та вода не повинні викликати ніяких сумнівів щодо якості. Харчове отруєння у польових умовах – може стати смертельним. М'ясо та рибу краще зберігати в ямах, прикриваючи гіллям, овочі та ягоди - закопати в прохолодний пісок. Воду необхідно очищати спеціальними таблетками та фільтрувати. Запаси продуктів та води зберігайте в місцях недоступних для комах та гризунів.

1.1.5. Особливості військової гігієни

У важких умовах надзвичайно дбати про захист свого тіла від потенційно небезпечної мікрофлори. Здебільшого за даними досвіду розвинених країн, втрати через небойові причини майже вдвічі перевищують кількість загиблих на полі бою. Ця проблема зумовлена недостатньою увагою до військової гігієни. Ризик отримати травми від куль у значно меншій мірі, ніж від небойових ушкоджень, і найчастіше порушена гігієна вважається головною причиною високої смертності.

Може здатися дивним, але найбільш вразливою є сечостатева система, яка вимагає щоденного миття теплою проточною водою. Наступною за вразливістю є шкіра, а потім ротова порожнина. Втім, недотримання правил миття рук може призвести до проблем з кишківником. Зрозуміло, що в деяких випадках жири, мастила і навіть кров (якщо на шкірі немає ран) можна видалити забрудненням, а пил можна змити водою. Такий підхід може бути ефективним, але не застосовується, якщо є пошкодження на шкірі, а також перед прийомом їжі. У таких випадках необхідно мати дезінфікуючі серветки, губки та рушники під рукою.

Експерти рекомендують завжди носити з собою пачку антисептичних вологих серветок і сухий душ для військових. Незважаючи на очевидність цього заходу, постійна обробка рук значно зменшує ризик інфекційних захворювань, особливо в умовах, коли може бути присутній хоча б один хворий.

1.1.6. Типові захворювання у польових умовах

1.1.6.1. Дизентерія

Це гостре інфекційне захворювання, яке характеризується запаленням слизової оболонки товстої кишки. У випадку цього захворювання бактерія в кишечнику виділяє токсин, відомий як шигатоксин, який призводить до інтоксикації організму. Це може спричинити враження сильною нездужанням та слабкістю, а також викликати інтенсивну діарею.

1.1.6.2. Траншейна стопа

Траншейна стопа, також відома як окопна стопа — це різновид відмороження, яке в першу чергу вражає стопи ніг, особливо коли вони тривалий час перебувають у вологих та одночасно холодних умовах при вимушеній малорухливості. Цей стан почали відмічати під час Першої світової війни, коли солдати в окопах тривалий час перебували у вологих та антисанітарних умовах. Хоча історично окопна стопа пов'язана з військовими конфліктами, вона може виникати в різних місцях, де люди піддаються впливу подібних умов навколишнього середовища. До клінічних проявів належить накопичення води у стопах, найбільш виражене на підшвах. При подальшому впливі вологи розвивається гіперемія, плямистість, біль та набряк стопи, що поступово переходять у пухири, гіпоперфузію, виникнення виразок та гангрени.



Рисунок 1 – Траншейна стопа

Профілактика траншейної стопи

Правильна профілактика — ключ до збереження здоров'я ніг. Ось основні рекомендації, які допоможуть уникнути розвитку цього небезпечного стану:

а) оглядайте стопи щодня, щоб вчасно помітити оніміння, почервоніння або інші тривожні ознаки;

б) регулярно змінюйте мокрі шкарпетки, навіть якщо це здається незручним. Тримайте запасну пару завжди під рукою;

в) щоденна гігієна ніг має включати ретельне миття і висушування, з особливою увагою до проміжків між пальцями;

г) носіть утеплене і водонепроникне взуття, яке забезпечує захист від вологи та холоду;

д) м'який масаж стоп і короткі вправи допоможуть покращити циркуляцію крові;

е) уникайте травм стоп, які можуть стати воротами для інфекції.

Грибок стопи – грибкове ураження ніг, яке часто виявляється між пальцями і викликає сильний біль при ходьбі. Його поява часто пов'язана з недотриманням правил гігієни ніг, зокрема регулярного миття.



Рисунок 2 – Грибок стопи

1.1.6.3. Педикульоз – це захворювання, яке може виникнути в умовах складного наближення людей і недостатнього миття голови. Укуси вошей дуже сверблять і можуть спричинити утворення гнійників.



Рисунок 3 – Педикульоз

Педикульоз (або вошивість) є паразитарним захворюванням, яке впливає на шкіру та волосся людини. Ця недуга може бути спричинена наступними видами вошей:

Головна воша (*Pediculus humanus capitis*).

Платяна воша (*Pediculus humanus corporis*).

Лобкова воша (*Phthirus pubis*).

Відповідно до виду вошей розрізняють головний, платяний і лобковий педикульоз. Воші живляться кров'ю свого господаря, що може викликати неприємні відчуття, такі як свербіж, біль та дискомфорт.

Захворювання на педикульоз спостерігається частіше, коли люди проживають у складних гігієнічних умовах, таких як під час військових дій або катастроф. Воші передаються від людини до людини через контактну-побутові шляхи.

Важливо відзначити, що неможливо заразитися вошами або блохами від тварин, оскільки ці паразити належать до різних видів і можуть існувати лише на людях.

Симптоми педикульозу можуть включати:

Свербіж шкіри на місці укусу вошей.

Дрібні сірувато-блакитні плями на шкірі.

Розчісування (екскоріації).

Наявність гнід (ячок вошей) у волоссі.

Від моменту зараження до появи перших симптомів може пройти кілька тижнів. При недостатньому лікуванні можуть виникати гнійничкові ускладнення шкіри.

Лікування педикульозу включає в себе використання спеціальних шампунів, спреїв, лосьйонів та термічну обробку одягу. В деяких випадках, для радикального позбавлення від головних вошей, може бути рекомендоване гоління волосся.

1.1.6.4. Шкірна мозоль

Мозолі виникають в результаті тривалого тертя або тиску на шкіру. Вони можуть мати вигляд ороговілих ділянок (як наслідок відмерлих клітин епітелію), відомих як сухі мозолі, або мозольних міхурів, які містять рідину у верхніх шарах шкіри, і це називається мокрою мозоллю.

Для того щоб запобігти утворенню мозолів, варто вчасно наклеїти пластир на область, яка піддається тертю або тиску.

Якщо виникла мокра (водяна) мозоль, можна використовувати стерильну голку з шприца для проколу мозолі, попередньо дезінфікувавши область мозолі, за бажанням, спиртом. Після видалення рідини, наклейте антибактеріальний пластир з м'яким тампоном в центрі.

ЗАПАМ'ЯТАЙТЕ! Всі ці процедури важливо виконувати у рукавичках!

1.1.6.5. Харчове отруєння

Симптоми отруєння відомі кожному: слабкість, нездужання, діарея і блювання.

У звичайному побутовому житті ці проблеми не викликають серйозних незручностей, оскільки регулярне миття та застосування простих антисептиків

для обробки зовнішніх частин тіла допомагають видалити патогенну мікрофлору, збалансувати жировий шар і підтримувати оптимальний рівень рН. Це свідчить про те, що дотримання основних правил особистої гігієни може запобігти більшості захворювань, які можуть серйозно нашкодити здоров'ю людини.

У звичайному житті головною причиною отруєння часто є низькоякісні або зіпсовані продукти. У польових умовах, крім проблем з харчовими продуктами, існує високий ризик харчового отруєння через несвоєчасне дотримання елементарних правил гігієни, які були описані раніше.

Якщо виникне захворювання, важливо негайно звернутися до медичних фахівців, оскільки неправильний діагноз і самолікування можуть призвести до серйозних наслідків.

Для запобігання отруєнням важливо дотримуватися таких профілактичних заходів, як обробка рук після відвідування туалету чи перед прийомом їжі, термічна обробка продуктів, правильне зберігання і готування їжі з дотриманням санітарно-гігієнічних стандартів.

1.1.7. Правила польової гігієни

1.1.7.1. Перед їжею, після відвідування туалету, контакту з грошима або тваринами, важливо обов'язково мити руки за допомогою мила. У випадку, якщо вода та мило недоступні, можна використовувати вологі серветки для видалення бруду з долонь. Після цього слід обробити руки дезінфікуючим засобом, який містить не менше 60% спирту. Для цього підходять засоби у формі спрею або пінні губки на основі гелю, які мають антибактеріальну дію, але при цьому не висушують шкіру та не пошкоджують її захисний ліпідний шар.

Як правильно мити руки?

Саме перше правило, яке слід запам'ятати - це регулярно мити руки з використанням мила.

Миття рук в польових умовах критично важливо робити регулярно та з використанням миючих засобів (мила, гелю, серветок), так слідувати наступним рекомендаціям.

Відкриваєте кран або в разі відсутності під проточною водою, наносите мило на долоні, ретельно терете як внутрішні, так і тильні сторони рук, змиваєте мило і закриваєте кран.

Якщо вам не доступна вода і мило, використовуйте дезінфекційний засіб для рук, який містить принаймні 60% спирту. Ретельно розтирайте його в руки протягом 20-30 секунд, доки руки повністю не висохнуть.

Додатково, для очищення рук можна використовувати антисептичні або спиртові вологі серветки.

Як використовувати посуд?

Умови, в яких нам доводиться використовувати посуд, можуть бути надзвичайно різними: це може бути кемпінг у горах, виїзд на природу або військові операції.

Незалежно від ситуації, дотримання гігієнічних норм є надзвичайно важливим аспектом збереження нашого здоров'я та попередження захворювань. В даній статті ми розглянемо основні правила гігієни використання посуду в польових умовах.

1.1.7.2. Миття посуду: Перш і найважливіше правило - це ретельне миття посуду. Навіть у важких умовах, старайтеся використовувати миючий засіб та гарячу воду для очищення посуду від залишків їжі та бруду. Миття допомагає вберегти вас від захворювань, які можуть бути передані через забруднений посуд.

1.1.7.3. Дезінфекція: У деяких ситуаціях, таких як польові умови в армії, дезінфекція посуду може бути надзвичайно важливою. Використовуйте засоби для дезінфекції або окрім миття також прокип'ятіть посуд, якщо це можливо.

Використання чистої води: Пам'ятайте про важливість чистої води. Використовуйте її для миття та змиву посуду, оскільки вода з нечистим джерелом може бути джерелом інфекцій.

Перевірка на пошкодження: Періодично перевіряйте посуд на наявність тріщин або інших пошкоджень, оскільки це може призвести до накопичення бруду і бактерій.

Зберігання посуду: Зберігайте посуд у чистому і сухому стані. Захищайте його від бруду та шкідливих мікроорганізмів. Використовуйте спеціальні сумки або контейнери для зберігання.

1.1.7.4. Особиста гігієна: Завжди мийте руки перед та після роботи з посудом. Це допоможе уникнути передачі інфекцій та захворювань.

Зберігання гігієни під час використання посуду в польових умовах може врятувати вас від численних проблем і незручностей. Незважаючи на складні умови, дотримання цих простих правил допоможе зберегти ваше здоров'я і зробить ваше перебування в польових умовах більш комфортним і безпечним.

1.1.7.5. Польовий душ

В стеку або серед лісу можна провести швидку гігієнічну процедуру, використовуючи невелику кількість води та спеціальні засоби на губці. Це називається сухим душем.

Необхідні матеріали:

Пакет з 50 грамами води.

Губка, змочена в безпечному засобі для видалення бруду зі шкіри.

Рушник з матеріалу, який залишає шкіру сухою і чистою, без липкості.

Зволожуючий крем для тіла (за бажанням).

Переваги сухого душу:

Простий у використанні, не потрібно доступу до води чи ванної кімнати.

Відмінно підходить для туристичних походів, далеких подорожей, кемпінгу, а також догляду за хворими.

Безпечний для шкіри, засіб на губці має дерматологічні тести та не викликає алергічних реакцій.

Зручний для транспортування, всі компоненти легко поміщаються в упаковку розміром з зошит.

Має тривалий строк придатності - 3 роки.

Недоліки включають можливість забути комплект вдома та обмежений запас води. Після використання всі матеріали слід зібрати в упаковку і віднести в смітник.

1.1.7.6. Жіноча військова гігієна

Часто жінки мають запитання щодо інтимного догляду, особливо в умовах війни або полів. Для збереження здоров'я і зручності, деякі поради варто враховувати:

Використовуйте прокладки під час менструації для збереження гігієни та зручності.

Підбирайте бавовняні труси-шорти, які комфортно використовувати в будь-якій ситуації.

Вибирайте спортивні ліфи, які зручно одягати та знімати та надійно фіксують груди.

Під час туалету намагайтеся використовувати стоячі процедури для зручності.

Ці поради безпосередньо впливають на жіноче здоров'я та можуть попередити грибкові та бактеріальні захворювання, такі як молочниця, кандидоз, цистит і запалення нирок. Гігієнічні процедури повинні включати використання нейтрального мильного засобу з водою для очищення, а при відсутності доступу до води - використання антисептичних серветок без спирту.

Догляд за волоссям також важливий - рекомендується стригти довге волосся або заплітати його. Для миття волосся можна використовувати сухі шампуні або звичайні шампуні, якщо є доступ до теплої води.

ВАЖЛИВО! Військова гігієна може бути простою і ефективною завдяки правильному вибору засобів та заходів. Здорова людина – це головний ресурс для досягнення перемоги і врятування країни.

“У людини можна відібрати все, окрім одного: останньої волі людини – вибирати власне ставлення до будь-яких обставин, вибирати власний шлях”.

(Віктор Франкл, психотерапевт)

2. До завдання 000Г(Б).53Л.02 (підрозділ 2.2 – Тема № 2)

Тема 2. Формування психологічної стійкості військовослужбовців до можливого потрапляння у примусову ізоляцію (полон) (1 година).

Заняття 1. Психологічні аспекти перебування в примусовій ізоляції (полоні). Способи уникнення та мінімізації ризиків потрапляння в полон (1 година).

Умови:

теоретично;

навчальний клас / ділянка місцевості.

Головні наративи:

“Будьте готові до жорстокого поводження з вами, як з військовополоненим”;

“Ворог буде намагатися різними методами зламати ваш опір”;

“Пам’ятайте, що ви не одні! Чимало людей задіяно у вашому визволенні”;

“Це нормально метатися між надією та відчаєм, будучи в заручниках”.

Методичні рекомендації:

Заняття проводиться у складі взводу (навчальної групи) під керівництвом викладача (командира роти, взводу, інструктора), інструктора з психологічної підготовки або інструктора з поведінки в ізоляції та/або полоні.

Під час проведення занять використовуються методи: інформування, пояснення, показу, розбір конкретних ситуацій тощо.

ВАЖЛИВО! Військовослужбовці мають зрозуміти, що **полон** – один з професійних ризиків військовослужбовця. Необхідно докладати максимум зусиль, щоби уникнути його, але у випадку уполонення виживання стає виконанням свого військового обов'язку в надзвичайно екстремальних умовах.

Військовослужбовцям доводяться:

історичні аспекти змін у ставленні до військовополонених, формування та встановлення правил війни;

сутність і зміст основних термінів та понять з питань ізоляції та/або полону, зокрема: “полон”, “полонений”, “військовополонений”, “ізоляція”, “вимушена ізоляція”, “примусова ізоляція”;

типи полону, стадії та фази протікання військового полону;

Кодекс поведінки в полоні.

У ході заняття здійснюється контроль за засвоєнням навчального матеріалу у формі контрольного опитування або тестування.

Наприкінці заняття проводиться аналіз проведених дій.

2.1. Історичні аспекти полону змін у ставленні до військовополонених, формування та встановлення правил війни

Перша літописна згадка про полон у вітчизняних історичних джерелах, про викуп полонених дається у відомому договорі Русі з Візантією, укладеному в 911 році, в якому про долю полонених говориться, що полоненого можна викупити. Договори князів Олега й Ігоря із греками відрізнялися опрацюванням юридичних норм, особливо перших норм міжнародного права. У документах немає жодного зневажливого слова про так звану ганьбу полону, а говориться про героїзм полонених як жертвах і мучениках війни. Нові риси в описах набігів та оцінки полону з'являються під час військових конфліктів із кочівниками. Це були кочові, рухливі племена, і для них бранці як такі були тягарем, а обмін, викуп у силу відсутності договорів і невизначеної грошової системи був виключений. Полон був страшно важкий, полонених називали колодниками й у більшості випадків вони гинули.

Після хрещення Київської Русі Володимиром Святославовичем в 988-989 роках викуп із полону набув ще й релігійного забарвлення, став називатися “загальною милостинею”, за яку “велика винагорода від Бога буде”. На території сучасної України з'явився закон про єдиний порядок збору грошей для викупу полонених визначалися розміри викупу для різних категорій населення, від князів до селян, а також взятих у бою і не в бою.

Під час Наполеонівської й Кримської війни 1853–1856 років, коли людські втрати обох сторін обчислювалися сотнями тисяч вбитих, поранених і полонених, змусили звернутися до проблеми хворих, поранених і полонених, що опинилися в руках противника, вже на міжнародному рівні.

У 1864 році в Женеві збирається міжнародна конференція Червоного Хреста, що прийняла конвенцію “Про поліпшення участі поранених і хворих воїнів під час сухопутної війни”. На ній уперше був визначений юридичний статус військовополоненого.

Російсько-японська (1904–1905 рр.) і особливо Перша світова війна (1914–1918 рр.) породила низку на той час практично невідомих військових феноменів пов'язаних із демографією. А саме – переміщення величезних мас населення (і комбатантів, і мирних громадян) у часі і просторі. Одним із таких феноменів став масовий полон, який обчислювався мільйонами людей, у тому числі й цивільного населення.

Мільйони полонених із числа багатомільйонних армій – це річ, небачена у війнах минулого, коли всього лише десятки тисяч полонених ставали результатом програшу всієї війни (наприклад, загибель армії Наполеона в царській Росії в 1812 році). Тепер же війна тривала, незважаючи на мільйони ворожих солдатів усередині свого геополітичного простору, до повної перемоги.

Відповідно, ведення бойових операцій за умов сучасної техніки відбувалося не стільки на смертоносне знищення солдатів і офіцерів противника, скільки на знищення їх як таких. Такою формою і став полон, що зберігав життя сотень тисяч людей, але послаблював армії на суму людей, які

здалися ворогові.

Однак, саме Перша світова війна принесла у вжиток поняття “табір для військовополонених”. Адаптація до умов перебування в полоні відбувалася в екстремальних умовах продовольчого дефіциту, різноманітних утисків із боку табірної адміністрації та супроводжувалася суттєвими змінами свідомості та фізичного стану військовополонених, більшість яких (психічні розлади, різноманітні хвороби тощо) мали незворотній характер.

У середовищі бранців з’явився особливий вид душевної хвороби, що отримав у Німеччині назву “психоз колючого дроту” (“Stacheldrahtpsychose”).

ІНФОРМАЦІЙНО! *Німці, ще в Першу світову війну дали загальну назву “психоз колючого дроту”. Кожен військовополонений усвідомлює, що його доля повністю знаходиться в руках противника, а також залежить від власної поведінки. Виходячи з цього, переважна більшість військовополонених, незалежно від їх національної і державної приналежності, займає нейтральну позицію у ставленні до навколишнього середовища, прагнуть досягти єдиної мети – вижити і повернутися додому.*

Її виникнення було пов’язане з низкою чинників:

утримання разом в основній масі молодих та здорових людей, які були змушені відмовитися від своїх довоєнних звичок і дотримуватися чітко визначених правил (час прийому їжі, написання звістки додому із вкрай обмеженим об’ємом та змістом, відсутність інтимного життя тощо);

невизначений у часі термін перебування в полоні;

обмеженість простору утримання колючим дротом.

Усе це в сукупності призвело до психічних порушень, нервозності, галюцинацій, частих сварок тощо.

У роки Другої світової війни полон став найжорстокішим фізичним, психологічним і моральним випробуванням для мільйонів військовополонених, більшості з яких він коштував життя. З усіх держав, втягнених у Другу світову війну, тільки СРСР заявив, що в нього немає полонених військовослужбовців, а є зрадники батьківщини. Сталін вважав, що навіть тяжкопоранений борець повинен померти, а хто все-таки опинився в полоні – той зрадник Батьківщини. Із розповідей людей, що пройшли фашистські табори, із численних джерел відомо, що полон для багатьох бійців і командирів виявився страшним випробуванням. Слід визнати, що не кожна людина могла спокійно переносити голод, холод, знущання й смерть товаришів. Після побаченого й пережитого люди зазнали психологічного стресу.

Незважаючи на жорстокість і насильство з боку німецьких властей, більшість полонених не бажали скоритися зі своєю долею. Основними формами внутрішньотабірної опору були: втеча, саботаж, порушення режиму, боротьба за моральне виживання, небажання співробітничати з ворогом і навіть повстання.

Бійці, що потрапили в полон, і командири червоної армії страждали не тільки в умовах неволі. На батьківщині вони несправедливо розглядалися як боягузи і зрадники. І це збільшувало їхню трагедію. Для перевірки “колишніх

військовослужбовців червоної армії, що перебували в полоні й оточенні противника”, була створена мережа перевірно-фільтраційних таборів. Ці спецтабори являли собою військові в’язниці суворого режиму, причому для ув’язнених, які в переважній більшості не чинили яких-небудь злочинів.

Тривалий час радянський люди, що вернулися з німецького полону, зустрічалися з обмеженням своїх прав. На місцях до них ставилися як до зрадників. Вони усувалися від участі в політичному житті, під час вступу до вищих навчальних закладів на них дивилися з побоюванням, їх не вважали учасниками війни.

Після введення збройних сил СРСР на територію Афганістану військовослужбовці стали брати безпосередню участь у бойових діях зі збройними угрупованнями, які за чинними нормами Міжнародного гуманітарного права можуть бути віднесені до сил внутрішнього опору, що виступають проти існуючого політичного режиму і присутності іноземної армії на території своєї держави.

Полон радянських військовослужбовців у період афганської війни носив одиничний, винятковий і надзвичайний характер (хоча моджахеди вели постійне полювання за радянськими військовослужбовцями). Із загальної кількості радянських військовослужбовців, зниклих безвісті й тих, що потрапили в полон, близько 30% становлять загиблі в бойових діях військовослужбовці, чий тіла не були знайдені (упав в ущелину, потонув, вибухнув у повітрі й ін.), близько 40% були вбиті під час взяття в полон або загинули в полоні, й тільки 30% вважалися такими, що залишилися в живих до виводу військ із Афганістану.

З перемогою Революції Гідності в Україні, як свого часу з острахом гіпотетично й припускали кремлівські політичні стратеги, усі багаторічні зусилля росії до гібридно-повзучого опанування Україною й перетворення її на свою державу-сателіта з керованим президентом та маріонетковим урядом зазнали невдачі. Проте dokonаний факт того, що Україна стала на шлях виходу з навколomosковської цивілізаційної орбіти, не здатен був усвідомити як нову геополітичну дійсність. Російська федерація на чолі з президентом рф путіним не могли змиритися не лише зі своєю геополітичною поразкою у боротьбі за “м’яким” опануванням Україною, але й з самим її існуванням як держави. Тож кремль вирішив застосувати у боротьбі з Україною не лише усі явні та приховані методи ведення гібридної війни, а й пряме збройне втручання у її внутрішні справи.

ООН визнала війну рф проти України найсерйознішим збройним конфліктом в Європі від часів Другої світової війни. Росія чинить геноцид українського народу. Країни заходу беруть участь у підтвердженні фактів масових убивств, загибелі цивільного населення. Серед усіх видів суворих випробувань у ході війни, особливе місце займає військовий полон. Росія систематично і грубо порушує міжнародні правила утримання полонених та блокує процес обміну полоненими.

Умовно історію обмінів можна поділити на три періоди:
найактивніший період від початку війни до 2016 року;

“штиль” у 2016-2017 роки, який закінчився “великим” обміном 27 грудня 2017 року;

вересень 2019 року по сьогоднішня.

ІНФОРМАЦІЙНО! *З 2014 року у російський полон потрапило більше 21 тис. військовослужбовців та цивільного населення.*

З жахів російського полону у період з березня 2022 року по серпень 2024 року було звільнено 3471 особу.

У культурно-історичному розвитку України відношення до полону та військовополонених формувалося під впливом двох протилежних систем ставлення до полону:

європейської (для якої характерне гуманне відношення до полонених, їх честі, гідності, прав та майна, катування та знищення полонених носило безсистемний характер);

азіатської (характерними рисами якої були приниження гідності, зневажання прав та присвоєння майна військовополонених, застосування тортур та знищення полонених мало масовий характер).

Чим більше суспільство, цивілізація втрачають загальнолюдські цінності, тим імовірніше масове насильство. З розвитком цивілізації та модернізації засобів ведення війни, як у самій Україні, так і в державах, до складу яких входила наша країна (Австро-Угорська імперія, російська імперія, СРСР) відношення до полонених та самого поняття “полон” схилялося більше до азіатської моделі.

2.2. Сутність і зміст основних термінів та понять з питань ізоляції та/або полону, зокрема: “полон”, “полонений”, “військовополонений”, “ізоляція”, “вимушена ізоляція”, “примусова ізоляція”

На початку 2014 року особовий склад Збройних Сил України вступив в активну фазу захисту своєї Батьківщини від агресора. У зв’язку із бойовими діями і відкритою агресією російської федерації до всього українського, наше суспільство стикнулося із таким фактором як полон.

ЗАПАМ’ЯТАЙТЕ! *Військовий полон – це продовження військової служби в інших умовах. Полон не припиняє виконання службових обов’язків, він їх змінює.*

Нині широкомасштабні бойові дії на території України призвели не тільки до фізичних, але і до тяжких психологічних людських втрат, як серед цивільного населення, так і серед військовослужбовців, які безпосередньо приймали участь у бойових діях й перебували в полоні.

УВАГА! *Військовослужбовці мають запам’ятати, що полон – один з професійних ризиків військовослужбовця. Необхідно докладати максимум зусилля, щоби уникнути його, але у випадку уполонення виживання стає виконанням свого військового обов’язку в надзвичайно екстремальних умовах.*

ЗМІСТ

Тема 1. Забезпечення життєдіяльності. Особиста гігієна	3
1.1. Порядок організації побуту особового складу в районі розміщення (на позиції, в тилловій смузі, з урахуванням умов місцевості (лісиста, урбанізована, степова). Профілактичні заходи основних захворювань та запобігання поширених пошкоджень нижніх кінцівок	3
Тема 2. Формування психологічної стійкості військовослужбовців до можливого потрапляння у примусову ізоляцію (полон)	12
2.1. Історичні аспекти полону змін у ставленні до військовополонених, формування та встановлення правил війни.....	13
2.2. Сутність і зміст основних термінів та понять з питань ізоляції та/або полону, зокрема: “полон”, “полонений”, “військовополонений”, “ізоляція”, “вимушена ізоляція”, “примусова ізоляція”	16
2.3. Типи, стадії та фази протікання військового полону	19
2.4. Кодекс поведінки в полоні. Принципи поводження з військовополоненими відповідно до норм Міжнародного гуманітарного права.....	23
2.5. Способи уникнення потрапляння в полон та психологічні аспекти перебування в умовах примусової ізоляції (полону)	25
2. ЗАВДАННЯ	48
3. ПОСИЛАННЯ НА ВІЙСЬКОВІ ПУБЛІКАЦІЇ	50
4. УМОВИ ВИКОНАННЯ.....	54
5. ПОРЯДОК ВИКОНАННЯ.....	56
6. ОЦІНОЧНИЙ ЛИСТ	58

НАВЧАЛЬНЕ ВИДАННЯ

ВИЖИВАННЯ

(КУРС ІНДИВІДУАЛЬНОЇ ПІДГОТОВКИ)

ЗА ПРОГРАМОЮ БАЗОВОЇ
ЗАГАЛЬНОВІЙСЬКОВОЇ ПІДГОТОВКИ
(ДЛЯ ПІДГОТОВКИ МОБІЛІЗАЦІЙНИХ РЕСУРСІВ,
ВЕРСІЯ 5, ТЕРМІН НАВЧАННЯ 1,5 МІСЯЦІ)

Підписано до друку 27.05.2025 р. Формат 60х84 1/16.
Друк цифровий. Папір офсетний. Гарнітура Times New Roman.
Ум. друк. арк. 4,25. Тираж 200 прим.

ТОВ «Центр учбової літератури»
вул. Лаврська, 20 м. Київ

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи
до державного реєстру видавців, виготівників і розповсюджувачів
видавничої продукції ДК № 2458 від 30.03.2006 р.

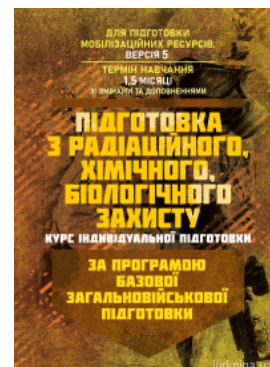
Книги, які можуть вас зацікавити



Індивідуальна підготовка (рівень командир та головний сержант загальновійськового взводу). Частина I – набуття оборонних спроможностей)



Міни як вони є.
Довідник по мінній безпеці. Частина друга



Підготовка з радіаційного, хімічного, біологічного захисту (курс індивідуальної підготовки). За програмою базової загальновійськової підготовки



Бойовий статут Сухопутних військ Збройних Сил України. Частина 2. Батальйон, рота. Алерта



Керівництво зі стрілецької справи до 73-мм станкового протитанкового гранатомета (СПГ-9М)



Міни як вони є.
Довідник по мінній безпеці. Частина перша

Перейти до галузі права
Військове право



Перейти на сайт →