

6. Mints M. O., Holovachenko I. V. (2017). Motyvatsiia do zaniat fizychnoiu kulturoiu i sportom studentiv vyshchoho navchalnogo zakladu [Motivation to engage in physical education and sports for students of a higher education institution]. *Naukova pratsia. Pedahohika – Scientific work. Pedagogy*, Vypusk 279, Tom 291, pp. 93-96 [in Ukrainian].
7. Osyka K. S. (2006). Psykholohichni osoblyvosti motyvatsii dosiahnennia u sportsmeniv-karatystiv [Psychological features of achievement motivation in karate athletes]. *Problemy zahalnoi ta pedahohichnoi psykholohii: zb. nauk. pr. In-tu psykholohii im. H. S. Kostiuka APN Ukrainy – Problems of General and Pedagogical Psychology: a collection of scientific papers of the H.S. Kostiuk Institute of Psychology of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine*, T. 8, pp. 192–197 [in Ukrainian].
8. Prudnikova M. S. (2019). Motyvatsiia do zaniat sportom na pochatkovykh etapakh trenuvannia [Motivation for sports in the initial stages of training]. *Osnovy pobudovy trenuvalnogo protsesu v tsyklichnykh ta ekstremalnykh vyidakh sportu – Basics of building a training process in cyclic and extreme sports*, 3, pp. 205-208 [in Ukrainian].
9. Khurtenko O. V., Bortun B. O. (2019). Strukturni osoblyvosti formuvannia motyvatsii do zaniat sportom u studentiv [Structural features of the formation of motivation for sports in students]. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii – Theory and practice of modern psychology*, 2, T. 1, pp. 119-123 [in Ukrainian].
10. Shabolts A. (2004). Motyvy zaniat sportom [Motivations for doing sports]. Kyiv: Olimpiiska literatura [in Ukrainian].
11. Shapar V. B. (2007). Suchasnyi tлумachnyi psykholohichni slovnyk [A modern explanatory psychological dictionary]. Kharkiv: Prapor [in Ukrainian].
12. Shevchenko V. V. (2021). Osoblyvosti motyvatsiinoho komponenta profesiino-psykholohichnoi kompetentnosti viiskovosluzhbovtiv Natsionalnoi hvardii Ukrainy na etapi fakhovoi pidhotovky [Features of the Motivational Component of the Professional and Psychological Competence of the National Guard of Ukraine at the Stage of Professional Training]. *Teoretychni i prykladni problemy psykholohii ta sotsialnoi roboty – Theoretical and applied problems of psychology and social work*, 3 (56), Tom 3, pp. 220-232. DOI: <https://doi.org/10.33216/2219-2654-2021-56-3-3-220-232> [in Ukrainian].
13. Ovcharuk, V., Maksymchuk, B., Ovcharuk, V., Khomenko, O., Khomenko, S., Yevtushenko, Y., Rybalko, P., Pustovit, H., Myronenko, N., Syvokhop, Y., Sheian, M., Matviichuk, T., Solovyov, V., & Maksymchuk, I. (2021). Forming Competency in Health Promotion in Technical Specialists Using Physical Education. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, 13(3). Retrieved from <https://lumenpublishing.com/journals/index.php/rrem/article/view/2669> [in English].
14. Palamarchuk, O., Gurevych, R., Maksymchuk, B., Gerasymova, I., Fushtey, O., Logutina, N., Kalashnik, N., Kylivnyk, A., Haba, I., Matviichuk, T., Solovyov, V., & Maksymchuk, I. (2020). Studying Innovation as the Factor in Professional Self-Development of Specialists in Physical Education and Sport. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, 12(4), 118-136. <https://doi.org/10.18662/rrem/12.4/337> [in English].

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.2\(174\).29](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.2(174).29)

УДК: 796.062.4:355.237.3

Первачук О.І.

аспірант Львівського державного університету
фізичної культури імені Івана Боберського

Первачук Р.В.

доктор філософії з фізичного виховання і спорту, доцент,
доцент кафедри атлетичних видів спорту

Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського

ПРОГРАМА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ – ОСНОВА ГОТОВНОСТІ ДО ВІЙСЬКОВО-ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Враховуючи події сьогодення, поставки озброєння та військової техніки країнами-партнерами та стрімкий її розвиток у повсякденному військовому житті, характер ведення бойових дій проти агресора рф, можемо зробити висновок, що сучасний бій не виключає виникнення між військовослужбовцями, підрозділами (групами) ближнього бою з противником, який може переходити в рукопашну сутичку. Аналіз ведення бойових дій та досвід показав, що більша частина ведення ближніх бойових сутичок в умовах війни ведуться у приміщеннях, населених пунктах, лісистій місцевості, на обмеженій площі, в траншеях тощо. Окрім згаданого, використання рукопашних сутичок можливе у випадках відсутності або втрати особистої зброї та за умов, коли застосування її з будь-яких причин неможливе або недоцільне.

Використання засобів рукопашного бою являє собою зброю, яку неможливо бачити, але яка завжди у наявності з військовослужбовцем. Вміння володіти прийомами рукопашного бою за певних ситуацій при зустрічі з противником може стати єдиним засобом та фактором досягнення успішного результату у бою, збереження життя та здоров'я підлеглого особового складу, особистою та товаришам по службі.

Актуальним питанням сучасного бою залишається підготовка військовослужбовців та структурних підрозділів в цілому до ведення рукопашного бою у ближньому бою з метою підвищення боєздатності військ. Адже, саме засоби рукопашного бою є ефективним фактором та елементом розвитку та удосконалення фізичної, психологічної та бойової готовності військовослужбовців.

Таким чином, доцільно розробити, обґрунтувати та експериментально перевірити ефективність впливу програми психологічної підготовки до військово-професійної діяльності на основі

використання засобів рукопашного бою, яка забезпечить успішне виконання завдань відповідно до займаної посади у процесі ведення ближнього бою.

Ключові слова: програма, військово-професійна діяльність, фізична підготовка, військовослужбовців, психологічна підготовленість.

O.Pervachuk, R.Pervachuk. The program of psychological preparedness of servicemen is the basis of readiness for military and professional activities. Given the current events, the supply of weapons and military equipment by partner countries and its rapid development in everyday military life, the nature of combat operations against the Russian aggressor, we can conclude that modern combat does not exclude the occurrence of close combat between military personnel, units (groups) and the enemy, which may turn into hand-to-hand combat. The analysis of combat operations and experience has shown that most close combat engagements in wartime are conducted indoors, in populated areas, in wooded areas, in a limited area, in trenches, etc. In addition to the above, hand-to-hand combat is possible in cases of absence or loss of personal weapons and in conditions where the use of personal weapons is impossible or inappropriate for any reason.

The use of hand-to-hand combat means is a weapon that cannot be seen, but is always available to the soldier. The ability to master hand-to-hand combat techniques in certain situations when facing the enemy can be the only means and factor in achieving a successful outcome in combat, preserving the life and health of subordinate personnel, personal and fellow soldiers.

The training of military personnel and structural units in general for hand-to-hand combat in close combat in order to increase the combat capability of troops remains an urgent issue in modern combat. After all, hand-to-hand combat is an effective factor and element in the development and improvement of the physical, psychological and combat readiness of military personnel.

Thus, it is expedient to develop, substantiate and experimentally test the effectiveness of the program of psychological preparedness of servicemen for military and professional activities based on the use of hand-to-hand combat.

Key words: program, military professional activity, physical training, military personnel, psychological preparedness.

Постановка проблеми та її взаємозв'язок з важливими науковими та практичними дослідженнями.

Постійне залучення військовослужбовців до виконання завдань сучасного бою проти РФ вимагають від них не тільки значних фізичних, а й психічних навантажень, що на сьогоднішній день пред'являють максимальні вимоги до фізичної готовності військовослужбовців [2, 6, 10, 19]. Тому постійне ведення бойових дій структурними підрозділами ЗС України пред'являють високі вимоги до підготовки кожного захисника.

Низка науковці [1, 3, 9, 16] та бойовий досвід вказують на те, що ближній бій передбачає собою безпосереднє зіткнення з противником, результатом якого є рукопашна сутичка. В залежності від поставленого завдання, рукопашна сутичка характерна фахівцям механізованих, десантно-штурмових підрозділів, особовому складу морської піхоти, які діють у пішому порядку при знищенні противника в опорних пунктах, уночі, в лісистій місцевості, в населених пунктах, приміщеннях тощо. Саме засоби рукопашного бою. За даних умов є завершальним етапом атаки підрозділів для досягнення спільної мети.

Одерів А., Романчук С., Климович В., Гусак О. та ін. [7, 8, 11, 13] вважають, що ефективним засобом для успішного виконання бойового завдання у першу чергу є належна морально-вольова та психологічна підготовленість кожного воїна, а також правильна організація психологічної підготовки у процесі занять з рукопашного бою.

Таким чином, розвиток та удосконалення будь-якої якості, у тому числі й психічної, відбувається у процесі її появи. Саме це положення передбачає застосування на практичних заняттях засобів та методів фізичного вдосконалення військовослужбовців, які забезпечують ефективне вирішення завдань фізичної та військово-професійної підготовки.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. У дослідженнях низки науковців [3, 5, 14, 17] зазначається, що формування психологічної та фізичної готовності військовослужбовців до військово-професійної діяльності відбувається у процесі навчальних занять з предметів бойової підготовки, обслуговування закріпленого озброєння та техніки, під час заходів командно-штабних навчань на навчально-польовій базі тощо. Встановлено, що психологічна підготовленість є недостатньою, якщо підрозділ в умовах психічної напруженості за результатами перевірки отримав нижчу оцінку, ніж в нормальних умовах [16, 18].

Науковці Макаревич О.П., Одерів А.М., Реан А.А., Стасюк В.В. доводять, що низький рівень нервово-психічної витривалості в умовах тривалих психічних і фізичних навантажень негативно позначається на професійній готовності захисників [12, 14, 16]. що у свою чергу доводить прямий взаємозв'язок між нервово-психічною, бойовою та фізичною витривалістю. Адже, бойова готовність вимагає від військовослужбовців не тільки знань та вмінь успішно володіти озброєнням та військовою технікою, але й вміння протистояти значним нервово-психічним та фізичним навантаженням [10, 11].

Таким чином, з метою визначення ефективності взаємозв'язку між психологічною, бойовою та фізичною підготовкою у подальшому виконанні поставленого завдання, актуальним питанням залишається розробка та впровадження програми психологічної підготовленості військовослужбовців з використання засобів рукопашного бою, яка б забезпечувала успішне виконання бойових завдань на високому морально-вольовому рівні.

Мета дослідження – розробити та проаналізувати ефективність впливу авторської програми на формування та удосконалення психологічної підготовленості військовослужбовців до дій під час військово-професійної діяльності за допомогою засобів рукопашного бою.

Організація та методи дослідження. З метою вирішення завдань дослідження було використано педагогічні методи (аналіз та узагальнення наукової та навчально-методичної літератури з питань планування психологічної підготовки), тестування; педагогічний експеримент; метод математичної статистики – критерій Стьюдента.

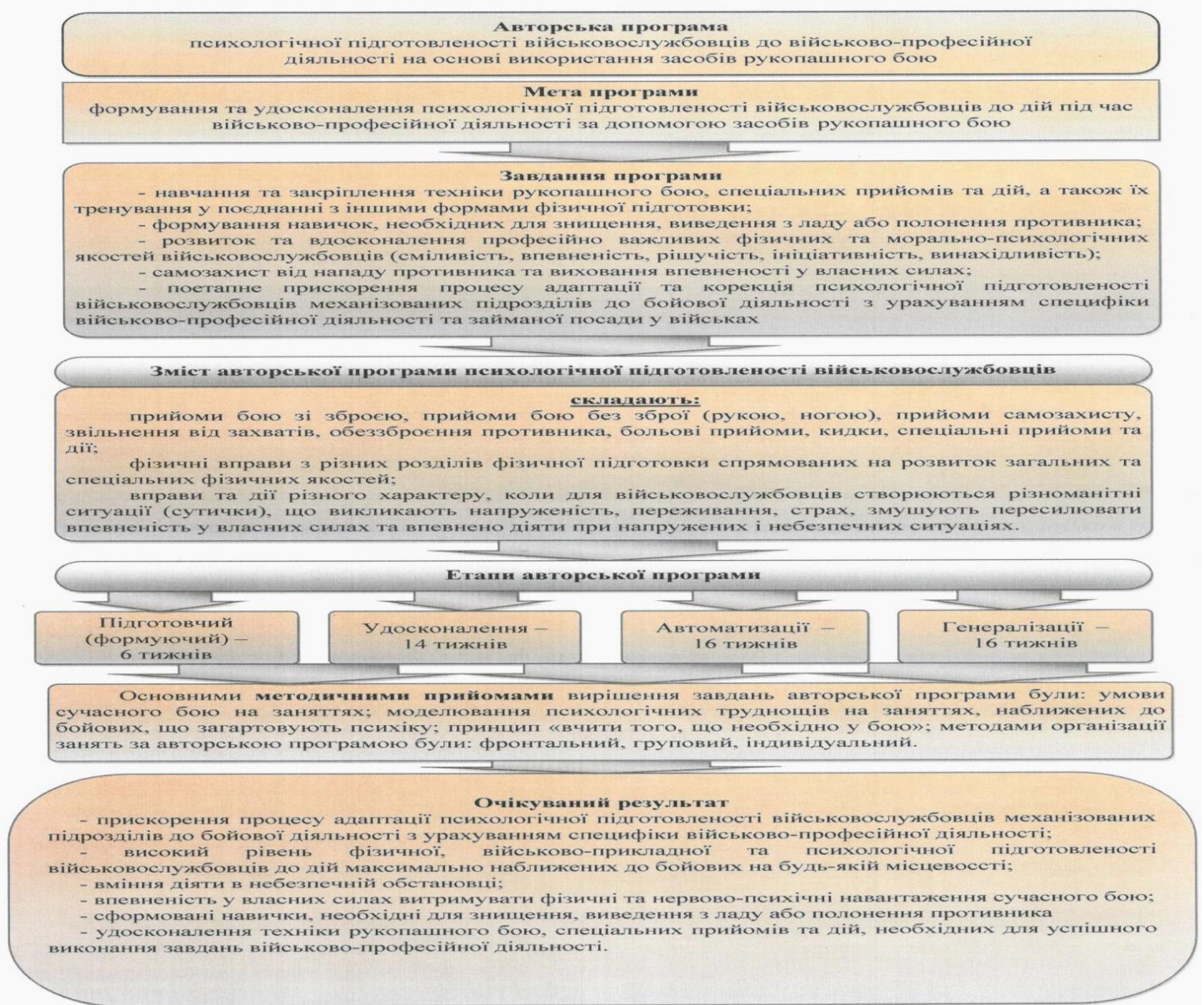


Рис. 1. Блок-схема авторської програми психологічної підготовленості військовослужбовців до військово-професійної засобами рукопашного бою

Для досягнення мети та визначення ефективності авторської програми нами було організовано та проведено формувальний експеримент з респондентами ЕГ (n=29) та КГ (n=31) Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного (м. Львів), які навчаються за спеціальністю “Управління діями підрозділів механізованих військ” у пункті постійної дислокації та на навчально-польовій базі. Під час дослідження було враховано індивідуальний контроль розвитку основних фізичних якостей військовослужбовців, рівень психологічного стану та психологічної підготовленості піхотинців, основні показники бойової підготовки експериментальної та контрольної груп, відповідно до Збірника нормативів бойової підготовки Сухопутних військ та “Курсу стрільб з стрілецької зброї та бойової техніки”. Ефективність програми визначалася за критеріями та приростом результатів ЕГ та КГ, а також за вірогідністю розбіжностей даних результатів за період проведення експерименту. Достовірність відмінностей у рівнях розвитку фізичної якості визначали за t-критерієм Стьюдента.

Виклад основного матеріалу дослідження. Зміст авторської програми психологічної підготовленості військовослужбовців полягав у виконанні вправ максимально наближених до умов сучасного бою із застосуванням засобів рукопашного бою, імітаційних засобів протягом чотирьох етапів (52 тижні). Навантаження навчальних занять з фізичної підготовки було розподілено відповідно до ІФП [4], згідно розрахунку (15 % загального часу на ФП): практичні заняття – 20 годин, СМР – 45 годин, РФЗ – 26 годин. Усі вправи виконувалися за різних обставин, що передбачали побоювання, страх, переживання напруженість, впевненість виконання дій, наближених до умов бойової обстановки.

Виконання вправ розподілено на певні етапи, які включали виконання певних завдань:

I етап – ознайомлення та навчання основ техніки прийомів рукопашного бою, що характеризується виконанням прийомів рукопашного бою в стандартних умовах (на майданчику, в залі, трав'янистому покритті, у полі, поєднуючи з найпростішими вправами професійної підготовки);

II етап – здійснюється вивчення основ бойових дій та основ тактики рукопашного бою, виконання спеціальних бойових вправ, які моделюють фрагменти рукопашних сутичок та єдиноборств. За допомогою цього етапу покращуються прості і складні рухові реакції та просторова орієнтація;

III етап – ситуативне навчання в умовах, максимально наближених до реальних (бойових), у процесі яких

потрібно досягнути розвитку у військовослужбовців здатності приймати швидкі та самостійні рішення на фоні психічної та фізичної втоми. На цьому етапі формуються вміння вести усі види рукопашного бою (дії в обороні, атаці, засідці, робота в колективі, згуртування підрозділів);

IV етап – моделювання на практичних заняттях з фізичної та предметах бойової підготовки умов, наближених до бойових, які у подальшому забезпечать ефективне формування фізичної, військово-прикладної та психологічної готовності військовослужбовців до дій у бойовій обстановці на будь-якій місцевості, приміщеннях тощо; формування вміння діяти у стресових та небезпечних ситуаціях; забезпечить розвиток впевненості у власних силах та здібностей протистояти фізичним та нервово-психічним навантаженням бойової обстановки.

Підготовка кожного етапу авторської програми включала психологічну готовність та послідовне формування основних важливих фізичних, психічних, морально-вольових вмінь та навичок для успішного виконання бойових завдань в різноманітних умовах та ситуаціях.

З метою подальшого впровадження авторської програми та її впливу на ефективність завдань військово-професійної діяльності визначено вихідний рівень розвитку фізичних якостей загальної та фізичної підготовленості, рівня НПС, реактивної, особистісної тривожності та бойової готовності респондентів сформованих ЕГ та КГ до виконання завдань військово-професійної діяльності. (табл.1).

Таблиця 1

Показники фізичної, професійної та психологічної підготовленості військовослужбовців-піхотинців ЕГ та КГ (вихідний рівень)

Показник	Результати				t
	КГ (31)		ЕГ (29)		
	X	m	X	m	
Вік, років	19,94	0,15	19,76	0,20	0,72
Зріст, см	177,20	0,97	177,50	0,90	0,23
Вага, кг	74,23	0,49	74,21	0,51	0,03
Підтягування на перекладині, разів	13,55	0,48	13,34	0,46	0,32
Біг на 100 м, с	14,93	0,20	14,69	0,14	0,98
Біг на 400 м, с	79,81	1,82	80,79	1,92	0,37
Біг на 5 км, хв., с	24,15	8,90	24,56	5,37	0,04
Човниковий біг 6 x 100 м з автоматом та сумкою для магазинів з двома магазинами, с	170,26	5,13	168,93	5,37	0,18
Загальна контрольна вправа на смузі перешкод, с	156,84	1,55	155,97	2,49	0,30
Біг на 1100 м з перешкодами, с	336,26	1,08	339,52	1,78	1,57
Рукопашний бій, бал	3,65	0,14	3,86	0,15	1,02
Висадка з техніки, вибуття на вихідний рубіж та зайняття району оборони або вказаного місця перебіжками (не менше 50 м від техніки), марш-кидок на 3 км, виконання нормативу з вогневої підготовки (стрільба з автомата), % виконання	33,3		35,5		
Висадка з техніки, вибуття на вихідний рубіж та зайняття району оборони або вказаного місця перебіжками (не менше 50 м від техніки), марш-кидок на 3 км, виконання нормативу з тактичної підготовки (обладнання пункту спостереження), % виконання	28,6		25,1		

Висадка з техніки, вибуття на вихідний рубіж та зайняття району оборони або вказаного місця перебіжками (не менше 50 м від техніки), марш-кидок на 3 км, виконання нормативу з фізичної підготовки (необумовлена рукопашна сутична з противником), % виконання	32,1		32,0		
Тривожність особиста, бал	45,68	0,44	48,34	0,21	5,46
Тривожність реактивна, бал	60,94	0,38	60,03	0,25	2,00
Нервово-психічна стійкість, бал	18,87	0,31	18,71	0,31	0,36

Примітка. достовірність відмінностей між показниками курсантів КГ та ЕГ на рівні $p > 0,05$; $t_{\text{крит.}} = 2,000$.

Встановлено, що за результатами порівняльного аналізу показників фізичної, професійної та психологічної підготовленості ЕГ та КГ після проходження первинної військово-професійної підготовки не виявлено достовірної різниці за усіма перевірюваними показниками ($p > 0,05$).

З метою визначення впливу авторської програми на формування та удосконалення психологічної підготовленості за допомогою засобів рукопашного бою було організовано проведення тестування індивідуальних якостей ЕГ та КГ за допомогою опитувальника Спігбергера-Ханіна. Результати експерименту вказують на різну динаміку: на початку експерименту у КГ показник становить $45,68 \pm 0,44$ ум.од. (високий рівень тривожності). Крім того, показники наприкінці експерименту ($43,15 \pm 0,28$ ум.од.) показники особистісної тривожності військовослужбовців КГ достовірно не змінюються та є достовірно рівними з даними вихідного рівня ($t=4,83$; $p < 0,001$).

Тестування особистісної тривожності ЕГ показав, що показники I етапу авторської програми ($46,0 \pm 0,34$ ум.од.) достовірно не відрізняються від ВД ($48,34 \pm 0,21$ ум.од.) ($t=5,86$; $p < 0,001$) та відповідають показнику рівня тривожності «високий». Разом з тим, починаючи з II етапу програми відбувається покращення результатів, а наприкінці четвертого етапу ($34,48 \pm 0,40$ ум.од.) показники достовірно кращі за вихідні дані ($t=30,68$; $p < 0,001$).

Результати порівняльного аналізу показників сформованих груп вказують на відсутність достовірної різниці ($t_1=0,17$; $t_2=0,82$; $p > 0,05$). Разом з тим, показники виконання на III та IV етапі достовірно відрізняються ($t_3=3,27$; $p < 0,01$; $t_4=5,51$; $p < 0,001$).

Дослідження якісної характеристики ЕГ показало, що до середній рівень тривожності притаманний 71,4% військовослужбовцям, до низького рівня належить 27,8% фахівців механізованих підрозділів (табл. 2).

Таблиця 2

Результати якісної характеристики особистісної тривожності респондентів механізованих підрозділів ЕГ та КГ на наприкінці експерименту, %

Рівні особистісної тривожності	КГ (n=31)	ЕГ (n=29)
низький	11,4	27,8
середній	61,2	71,4
високий	27,4	0,8

У свою чергу, як видно з таблиці, показники військовослужбовців КГ мають гірші результати. Упродовж експерименту показники знаходяться на однаковому рівні у порівнянні з вихідними даними.

Висновки. Отже, результати дослідження вказують на те, що корективи, внесені у показники особистісної тривожності військовослужбовців ЕГ, використовуючи засоби рукопашного бою за авторською програмою удосконалення психологічної підготовленості та умови, наближені до бойових, надали змогу знизити певне емоційне напруження, яке відчувають фахівці механізованих підрозділів у процесі виконання бойових нормативів, дій під час проходження адаптації до умов військової служби. Окрім того, програма психологічної підготовленості військовослужбовців на основі застосування засобів рукопашного бою забезпечує психологічну готовність до військово-професійної діяльності.

Література

- Бережна Т., Пономарьов В. Рукопашний бій як складова морально-психологічної стійкості співробітників силових структур в умовах ООС. *Тези доповідей XVII міжнародної наукової конференції Харківського національного університету Повітряних Сил імені Івана Кожедуба «Новітні технології – для захисту повітряного простору».* 14-15 квітня 2021 року. Х.: ХНУПС ім. І. Кожедуба, 2021. С. 691-692 [Ukrainian].
- Воронцов О., Романчук С., Ролюк О., Яворський А. Фізичні навантаження військовослужбовців у сучасному бою. *Український журнал медицини, біології та спорту.* 2017;(90):47-52. <http://dx.doi.org/10.26693/jmbs02.07.047> [Ukrainian].
- Єрьоменко Е. А. Формування бойової готовності та психологічне забезпечення успішної діяльності спортсмена-єдиноборця. *Збірник наукових статей.* Дніпропетровськ: ДДІФКІС, 1999. С. 56-72 с [Ukrainian].

4. Інструкція з фізичної підготовки в системі Міністерства оборони України. *Наказ Міністра оборони України від 05.08.2021 р. № 225*. Київ, 2021. 234 с [Ukrainian].
5. Кадочников О.О. Психологічна підготовка до рукопашного бою: [електронний ресурс]. Режим доступу: <https://ua-referat.com>.
6. Кокун О. М. Зміст та структура психологічної готовності фахівців до екстремальних видів діяльності. Проблеми екстремальної та кризової психології. *Збірник наукових праць*. 2010. Вип. 7. С. 182–190 [Ukrainian].
7. Колесніченко О. С. Психологічна готовність працівників МНС України до професійної діяльності в екстремальних умовах : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.09. Харків, 2011. 23 с [Ukrainian].
8. Корольчук М.С. Психофізіологічні особливості військово-професійної діяльності / [М.С. Корольчук, В.М. Крайнюк, Л.А. Ріпа, В.Б. Толубко]. – К.: НАОУ, 2005. – 420 с [Ukrainian].
9. О.Первачук, А.Одеров, С.Романчук, Р.Куцегол І.Сіроштан М.Бабич, О.Лещинський, Р.Феніч, А.Арабський, С.Андреев. Вплив засобів рукопашного бою на розвиток фізичних якостей військовослужбовців. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка*. 2023;. 28 № 1 (2023), С.38-44. <http://dx.doi.org/10.32626/2309-8082.2023-28.38-44> [Ukrainian].
10. Одеров А.М., Лещинський О.В., Первачук О.І., Бабич М.О. та ін. Якість військово-професійної підготовки курсантів - як складова успішного виконання спеціальних завдань. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова*. 2023;3(161): 131-135 [http://dx.doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.03\(161\).30](http://dx.doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.03(161).30) [Ukrainian].
11. Одеров А.М., Первачук О.І., Лесько О.М., Пилипчак В.В. Романів І.В. Андрейчук В.Я. Губа А.В. Тимочко О.І. Паєвський В.В. Аналіз показників психологічних якостей військовослужбовців під впливом чинників військово-професійної діяльності. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова*. 2023; 6(166)23: 113-117. [http://dx.doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.6\(166\).24](http://dx.doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.6(166).24) [Ukrainian].
12. Реан А.А. Психологія адаптації особистості. Аналіз, теорія, практика. / А.А.Реан, А.Р.Кудашев, А.А.Баранов. – СПб. : прайм-ЕВРО-ЗНАК, 2006. – 479, [1] с. – (Психологія – краще).
13. С.Романчук, А.Одеров, О.Небожук, В.Климович та ін. Формування військово-прикладних навичок студентів закладів вищої освіти в процесі фізичного виховання. *Волинський нац. ун-т ім. Лесі Українки*. 2023;1(61). 54-63. <http://dx.doi.org/10.29038/2220-7481-2023-01-54-63> [Ukrainian].
14. Стасюк В.В. Система соціально-психологічного забезпечення функціонування аеромобільних підрозділів в умовах збройних конфліктів : дис... д-ра психолог. наук: 19.00.05 / Стасюк Василь Васильович – К., 2005. – 435 с [Ukrainian].
15. Anderson W., Swenson D., Clay D. Stress management for law enforcement officers. Englewood Cliffs. New Jersey, 1995. P. 133–151.
16. Klytmovych V., Oderov A., Korchagin M., Olkhovyi O., Romanchuk S., Motivation of forming students healthcare culture on principles of interdisciplinary integration. *SportMont Journal*. 2019;17(3):79-83. <http://dx.doi.org/10.26773/smj.191017> [Montenegro].
17. M.Korchagin, Oderov A., S.Romanchuk, et.al. Correlation of Physical Fitness and Professional Military Training of Servicemen. *SportMont Journal*. 2020; 18(2): 79-82. <http://dx.doi.org/10.26773/smj.200612> [Montenegro].
18. Oderov A., Kuznetsov M., Romanchuk S., Pohrebniak D., Indyka S., Bielikova N.: Analysis of the level of physical fitness of cadets of the Military College of Sergeants at the stage of primary, *Sport i Turystyka. Środkowoeuropejskie Czasopismo Naukowe*. 2022; 5(1): 93-102 [Poland].
19. Romanchuk S., Oderov A., Nebozhuk O. et.al. Analysis of the dynamics of physical development of cadets as a result of the application of crossfit equipment. *Slobozhansky scientific and sports bulletin*. 2022; 26 (4): 133-140. <http://dx.doi.org/10.15391/snsv.2022-4.006> [Ukrainian].

References

1. Berezhna T., Ponomarov V. Rukopashnyi bii yak skladova moralno-psykholohichnoi stiikosti spivrobitynykh sylovykh struktur v umovakh OOS [Hand-to-hand combat as a component of the moral and psychological stability of law enforcement officers in the JFO]. *Tezy dopovidei XVII mizhnarodnoi naukovoї konferentsii Kharkivskoho natsionalnogo universytetu Povitrianykh Syl imeni Ivana Kozheduba «Novitni tekhnolohii – dlia zakhystu povitrianoho prostoru»*. 14-15 kvitnia 2021 roku. Kh.: KhNUPS im. I. Kozheduba, 2021. S. 691-692 [Ukrainian].
2. Vorontsov O., Romanchuk S., Roliuk O., Yavorskyi A. Fizychni navantazhennia viiskovosluzhbovtziv u suchasnomu boiu [Physical Exercise of Military Personnel in Modern Combat]. *Ukrainskyi zhurnal medytsyny, biolohii ta sportu*. 2017; (90): 47-52. <https://10.26693/jmbs02.07.047> [Ukrainian].
3. Yeromenko E. A. Fomuvannia bioivoi hotovnosti ta psykholohichne zabezpechennia uspishnoi diialnosti sportsmena-yedynobortsia [Formation of combat readiness and psychological support of successful activity of a martial artist]. *Zbirnyk naukovykh statei*. Dnipropetrovsk : DDIFKiS, 1999. pp. 56-72 [Ukrainian].
4. Instruksiiia z fizychnoi pidhotovky v systemi Ministerstva oborony Ukrainy [Instruction on physical training in the system of the Ministry of Defense of Ukraine]. *Nakaz Ministra oborony Ukrainy vid 05.08.2021. № 225*. Kyiv, 2021. p. 234 [Ukraine].
5. Kadochnikov O.O. Psykholohichna pidhotovka do rukopashnoho boiu [Psychological preparation for hand-to-hand combat]: [elektronnyi resurs]. Rezhym dostupu: <https://ua-referat.com>.
6. Kokun O. M. Zmist ta struktura psykholohichnoi hotovnosti fakhivtsiv do ekstremalnykh vydiv diialnosti. Problemy ekstremalnoi ta kryzovoi psykholohii [Content and structure of psychological readiness of specialists for extreme activities]. *Zbirnyk naukovykh prats*. 2010. Vyp. 7. pp. 182–190 [Ukrainian].

7. Kolesnichenko O. S. Psykholohichna hotovnist pratsivnykiv MNS Ukrainy do profesiinoi diialnosti v ekstremalnykh umovakh [Psychological readiness of employees of the Ministry of Emergencies of Ukraine for professional activity in extreme conditions] : *avto-ref. dys. ... kand. psykoloh. nauk* : 19.00.09. Kharkiv, 2011: 23 [Ukrainian].
8. Korolchuk M.S. Psykhofiziologichni osoblyvosti viiskovo-profesiinoi diialnosti [Psychophysiological features of military professional activity]. / [M.S. Korolchuk, V.M. Krainiuk, L.A. Ripa, V.B. Tolubko]. – K.: NAOU, 2005. – 420 p. [Ukrainian].
9. O.Pervachuk, A.Oderov, S.Romanchuk, R.Kutsevol I.Siroshtan M.Babych, O.Leshchynskiy, R.Fenich, A.Arabyskiy, S.Andreiev. Vplyv zasobiv rukopashnoho boiu na rozvytok fizychnykh yakosti viiskovosluzhbovtsiv [Influence of hand-to-hand combat means on the development of physical qualities of military personnel]. *Visnyk Kamianets-Podilskoho natsionalnoho universytetu imeni Ivana Ohienka*. 2023. Vyp. 28, № 1 (2023), pp. 38-44. <http://dx.doi.org/10.32626/2309-8082.2023-28.38-44> [Ukrainian].
10. Oderov A.M., Leshchynskiy O.V., Pervachuk O.I., Babych M.O. ta in. Yakist viiskovo-profesiinoi pidgotovky kursantiv - yak skladova uspihnoho vykonannya spetsialnykh zavdan [The quality of military professional training of cadets as a component of successful performance of special tasks]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P.Drahomanova*. 2023; 3(161): 131-135 [http://dx.doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.03\(161\).30](http://dx.doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.03(161).30) [Ukrainian].
11. Oderov A.M., Pervachuk O.I., Lesko O.M., Pylypchak V.V. Romaniv I.V. Andreichuk V.Ia. Huba A.V. Tymochko O.I. Paievskiy V.V. Analiz pokaznykiv psykholohichnykh yakosti viiskovosluzhbovtsiv pid vplyvom chynnykiv viiskovo-profesiinoi diialnosti [Analysis of indicators of psychological qualities of servicemen under the influence of factors of military and professional activity]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P. Drahomanova*. 2023;6(166)23: 13-117. [http://dx.doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.6\(166\).24](http://dx.doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.6(166).24) [Ukrainian].
12. Rean A.A. Psykholohiia adaptatsii osobystosti [Psychology of personality adaptation]. Analiz, teoriia, praktyka. / A.A.Rean, A.R.Kudashev, A.A.Baranov. – SPb.: praim-EVRO-ZNAK, 2006: 479, [1]. – (Psykholohiia – krashche).
13. S.Romanchuk, A.Oderov, O.Nebozhuk, V.Klymovych ta in. Fomuvannya viiskovo-prykladnykh navychok studentiv zakladiv vyshchoi osvity v protsesi fizychnoho vykhovannya [Formation of Military Applied Skills of Students of Higher Education Institutions in the Process of Physical Education]. *Volyn. nats. un-t im. Lesi Ukrainky*. 2023;1(61): 54-63. <http://dx.doi.org/10.29038/2220-7481-2023-01-54-63> [Ukrainian].
14. Stasiuk V.V. Systema sotsialno-psykholohichnoho zabezpechennia funktsionuvannya aeromobilnykh pidrozdiliv v umovakh zbroinykh konfliktiv [The system of social and psychological support for the functioning of airmobile units in armed conflicts] : *dys...d-ra psykoloh. nauk*: 19.00.05 / Stasiuk Vasyl Vasylovych – K., 2005:435 [Ukrainian].
15. Anderson W., Swenson D., Clay D. Stress management for law enforcement officers. Englewood Cliffs. New Jersey, 1995. pp. 133–151.
16. Klymovych V., Oderov A., Korchagin M., Olkhovyi O., Romanchuk S., Motivation of forming students healthcare culture on principles of interdisciplinary integration. *SportMont Journal*. 2019;17(3):79-83. <http://dx.doi.org/10.26773/smj.191017> [Montenegro].
17. M.Korchagin, Oderov A., S.Romanchuk, et al. Correlation of Physical Fitness and Professional Military Training of Servicemen. *SportMont Journal*. 2020; 18 (2), 79-82. <http://dx.doi.org/10.26773/smj.200612> [Montenegro].
18. Oderov A., Kuznetsov M., Romanchuk S., Pohrebniak D., Indyka S., Bielikova N. Analysis of the level of physical fitness of cadets of the Military College of Sergeants at the stage of primary, *Sport i Turystyka. Środkowoeuropejskie Czasopismo Naukowe*. 2022; 5(1): 93-102 [Poland].
19. Romanchuk S., Oderov A., Nebozhuk O. et al. Analysis of the dynamics of physical development of cadets as a result of the application of crossfit equipment. *Slobzhansky scientific and sports bulletin*. 2022; 26 (4): 133-140. <http://dx.doi.org/10.15391/snsv.2022-4.006> [Ukrainian].

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.2\(174\).30](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.2(174).30)
УДК 796-053.7:616

Петрачков О.В.
*кандидат педагогічних наук, професор, заслужений працівник фізичної культури і спорту України,
начальник навчально-наукового
інституту фізичної культури та спортивно-оздоровчих технологій*
Беліков І.О.
*доктор філософії, викладач кафедри фізичного виховання,
спеціальної фізичної підготовки і спорту
Національний університет оборони України, м. Київ*

КОНЦЕПТУАЛЬНІ ПІДХОДИ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ОФІЦЕРІВ ФЕДЕРАЛЬНИХ СИЛ ОБОРОНИ НІМЕЧЧИНИ

Стаття розкриває концептуальні підходи до організації фізичної підготовки офіцерів Федеративних сил оборони Німеччини. Розглядаються сучасні стратегії та методи, чинники та закономірності, які впливають на забезпечення високого рівня фізичної готовності офіцерського корпусу. Висвітлюється важливість інтеграції фізичної активності в процес військово-професійної підготовки, а також аналізуються принципи, які впливають на успішну