

ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА У ВИКОНАННІ ЗАВДАНЬ ВІЙСЬКОВО-ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Сергій Бойко¹

<https://orcid.org/0009-0005-3809-2590>

Микола Данилюк²

<https://orcid.org/0009-0006-5691-732X>

Тетяна Людовик³

<https://orcid.org/0000-0002-2407-0447>

Андрій Балдецький⁴

<https://orcid.org/0000-0001-6979-066X>

Володимир Климович⁵

<https://orcid.org/0000-0003-4678-5002>

Олег Небожук⁶

<https://orcid.org/0000-0001-7747-2098>

Олександр Большаков⁷

<https://orcid.org/0000-0002-2049-6678>

¹ Національний університет оборони України, м. Київ, Україна

² Військовий інститут Київського національного університету імені Тараса Шевченка, м. Київ, Україна

^{3,5,6} Національна академія сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного, м. Львів, Україна

³ Львівський національний університет ветеринарної медицини та біотехнологій імені С. З. Гжицького, м. Львів, Україна

⁷ Військовий інститут танкових військ Національного технічного університету «Харківський політехнічний інститут», м. Харків, Україна

⁴ Військовий інститут телекомунікацій та інформатизації імені Героїв Крут, м. Київ, Україна

кореспондент-автор – А. Одеров: stroyova@ukr.net

doi: 10.32626/2309-8082.2024-29(4).202-208

Фізична підготовка у Збройних силах України була і залишається одним з основних компонентів бойової підготовки, важливою і невід'ємною частиною військового навчання і виховання особового складу, одним із напрямів підвищення боєздатності Збройних сил. Основною метою фізичної підготовки залишається забезпечення фізичної готовності військовослужбовців до бойової діяльності, виконання бойових та інших завдань відповідно до їхнього призначення, навчання та виховання. Досвід ведення бойових дій проти агресора РФ показав, що підтримання належного рівня фізичної підготовленості та формування необхідних для служби у силових структурах основних фізичних якостей – є важливою умовою успішного виконання бойового завдання та збереження здоров'я військовослужбовців. *Мета дослідження* – дослідити та запропонувати впровадження в освітню програму військовослужбовців загальну фізичну та спеціальну військово-прикладну підготовку для підвищення боєздатності Збройних Сил, враховуючи умови сучасного бою російсько-української війни. *Матеріал і методи дослідження*. Для вирішення поставлених завдань застосували ряд загальнонаукових методів – аналіз науково-методичної літератури, тестування фізичної підготовленості курсантів з використанням контрольних вправ, анкетування, фізіологічні методи оцінки функціонального стану курсантів, психологічні методи та методи математичної статистики. Було задіяно 40 респондентів, з яких 20 курсантів (КГ) спеціальності «наземна артилерія», які займалися заочною програмою базової загальної фізичної підготовки майбутніх офіцерів (середнє фізичне навантаження) та 20 (ЕГ) – курсанти спеціальності «механізовані підрозділи», які займалися заочною програмою з фізичної підготовки військовослужбовців згідно розкладу навчальних занять (4 години на тиждень). Вік респондентів був у межах 20.8±0.2 років. *Результати*. Встановлено, що в процесі навчання перевагу слід надавати комплексним заняттям, які включають вправи з різних розділів фізичної культури. Введення в систему навчання курсантів додаткових занять фізичними вправами дасть змогу поліпшити якість професійної підготовки майбутніх офіцерів. *Висновки*. Проведене дослідження та аналіз результатів показав, що заняття фізичними вправами позитивно позначаються на стані здоров'я та фізичній підготовленості курсантів. Отримані результати підтверджують позитивну динаміку, що характеризує збільшення фізіологічних можливостей організму, а отже, значення фізичної підготовки в умовах сьогодення відіграє важливу роль у процесі виконання завдань військово-професійної діяльності.

Ключові слова: курсант, фізична підготовка, бойова готовність, військово-професійна діяльність, фізичні вправи, фізична готовність.

Serhii Boiko, Mykola Danyliuk, Tetiana Liudovik, Andriy Baldetskiy, Volodymyr Klymovych, Oleh Nebozhuk, Oleksandr Bolshakov. Physical training in the performance of tasks of military professional activity of servicemen

Abstract. Physical training in the Armed Forces of Ukraine has been and remains one of the main components of combat training, an important and integral part of military training and education of personnel, and one of the ways to improve the combat capability of the Armed Forces. The main purpose of physical training is to ensure the physical readiness of servicemen for combat activities, combat and other tasks in accordance with their assignment, training and education. The experience of combat operations against the aggressor of the Russian Federation has shown that maintaining an adequate level of physical fitness and developing the basic physical qualities necessary for service in the security forces is an important. *The purpose of the study* is to study and propose the introduction of general physical and special military-applied training into the educational program of military personnel to increase the combat capability of the Armed Forces, taking into account the conditions of modern combat in the Russian-Ukrainian war. *Material and methods of the research.* To solve the tasks, a number of general scientific methods were used: analysis of scientific and methodological literature, testing of physical fitness of cadets using control exercises, questionnaires, physiological methods of assessing the functional state of cadets, psychological methods and methods of mathematical statistics. Forty respondents were involved, including 20 cadets (CG) majoring in ground artillery who were engaged in the current program of basic general physical training of future officers (medium physical activity) and 20 (EG) cadets majoring in mechanized units who were engaged in the current program of physical training of military personnel according to the schedule of training sessions (4 hours per week). The age of the respondents was 20.8±0.2. *Results.* It has been established that in the process of training, preference should be given to comprehensive classes that include exercises from various sections of physical education. The introduction of additional physical exercises into the system of cadets' training will improve the quality of professional training of future officers. *Conclusions.* The study and analysis of the results showed that physical exercises have a positive effect on the health and physical fitness of cadets. The obtained results confirm the positive dynamics characterizing the increase in the physiological capabilities of the body, and therefore, the importance of physical training in today's conditions plays an important role in the process of performing the tasks of military and professional activity.

Keywords: cadet, physical training, combat readiness, military professional activity, physical exercises, physical readiness.

Вступ

Фізична підготовка є одним з елементів бойової підготовки структурних підрозділів Збройних Сил України, адже сприяє підвищенню стійкості організму до впливу несприятливих факторів військово-професійної діяльності та навколишнього середовища; вихованню психічної стійкості, впевненості у своїх силах, цілеспрямованості, сміливості та рішучості, ініціативи та винахідливості, наполегливості та завзятості, витримки та самовладання; формуванню готовності військовослужбовців до перенесення екстремальних фізичних та психічних навантажень у період підготовки та ведення бойових дій [1; 2; 3].

Проблема формування й удосконалення фізичної підготовки військовослужбовців в умовах виконання бойових завдань є актуальною, а підготовка майбутніх захисників до виконання бойового завдання за призначенням вимагає особливих вмінь роботи з картою, ведення прицільного вогню, освоєння новітньої техніки та озброєння, швидкого прийняття рішення при зустрічі з противником, мати загальновійськову підготовку і володіти певними фізичними якостями відповідно до специфіки військово-професійної діяльності конкретного роду військ [4]. Саме від такої підготовки воїна залежить ефективне виконання завдань військово-професійної діяльності військовослужбовцями та підрозділом у цілому [5; 6]. Проте, умови сьогодення та збройна агресія з боку РФ вимагають пошуку новітніх шляхів з питань якісної фізичної підготовки військовослужбовців Збройних сил України, підтримання на високому рівні їхньої боєздатності, а також удосконалення вмінь та навичок військово-професійної діяльності, що у подальшому забезпечать успішне виконання бойових завдань. Це і зумовило вибір теми дослідження.

Наукову роботу виконано відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи на 2024 рр. Міністерства оборони України в межах теми «Удосконалення організації фізичної підготовки військовослужбовців ВВНЗ (НЦ) з урахуванням особливостей сучасних бойових дій», (номер державної 0124U002547).

Мета дослідження – дослідити дієвість та запропонувати впровадження в освітню програму військовослужбовців загальну фізичну підготовку, враховуючи умови сучасного бою російсько-української війни.

Матеріал та методи дослідження

Для досягнення мети використовували комплекс загальнонаукових методів дослідження [7; 8]. Формування кола літературних джерел здійснювали після їхнього пошуку у базі даних Scopus, SPORT Discus, Web of Science тощо. Було опрацьовано понад 55 джерел інформації та виокремлено 20, матеріал яких опрацьовували за допомогою адекватних методів, а саме: аналізу, систематизації, узагальнення,

теоретичного моделювання. За допомогою таких методів вивчали друковані літературні джерела та офіційні документи з питань організації фізичної підготовки, досвід застосування військ, зокрема інформацію статей журналів, монографій, дисертацій та списки використаної авторами цих друкованих праць літератури, у тому числі враховуючи часовий аспект появи цієї інформації.

Вивчали фізичну підготовленість за допомогою тестів та поведінку за зовнішніми ознаками курсантів після перенесення фізичного і психологічного навантаження у процесі військово-професійної діяльності як в пункті постійної дислокації, так і на навчально-польовій базі вищого військового навчального закладу (ВВНЗ).

Для оцінювання рівня загальної фізичної підготовленості використовували традиційні тести: підтягування на перекладині; біг на 100 м; біг 3000 м; метання гранати на дальність. Як тест військово-прикладного характеру, що вимагає комплексного прояву фізичних якостей, було використано загальну контрольну вправу на єдиній смузі перешкод (ЗКВ).

Для оцінки психофізіологічних, психологічних властивостей і функцій організму на початковому етапі експерименту було застосовано комп'ютерний комплекс «НС-Психотест». Для визначення мотивації до занять фізичною підготовкою та ведення здорового способу життя, а також вивчення основних закономірностей, що лежать в основі формування відповідних мотивацій, було організовано та проведено анкетне опитування. Запропонований перелік питань нашої анкети (перевірена на валідність) дав змогу отримати більше інформації про рецензентів, виявити суб'єктивну думку військовослужбовців про ті якості, які необхідні майбутнім офіцерам у подальшій військовій службі, виявити причини, які не дають змоги мати вищі результати у процесі освітньої діяльності та виявити осіб, які до вступу у ВВНЗ та під час навчання у закладі виконували вправи для розвитку фізичних якостей (ранкова фізична зарядка тощо), відвідували секції у вільний від навчання час. Допомогу у розрахунках та обробки результатів надавали фахівці морально-психологічного забезпечення Національної академії сухопутних військ (НАСВ).

Електрокардіографічне дослідження використовували з метою вивчення реакції на стандартне фізичне навантаження та виявлення початкових стадій і прихованих форм ішемічної хвороби серця, а також визначення індивідуальної толерантності до фізичного навантаження. Допомогу у розрахунках та обробки результатів надавали фахівці медичної служби НАСВ.

Для опрацювання одержаних емпіричних даних використовували адекватні методи математичної

статистики. Зокрема, за їх допомогою визначали середнє арифметичне (\bar{x}), стандартне відхилення (s), помилку середнього (m).

Запропонована нами програма фізичної підготовки була розрахована на один навчальний рік (4-й курс) та передбачала оволодіння матеріалом визначених розділів. Так, протягом осіннього (весняного) періоду реалізовували розділи програми, що містили прискорене пересування та легкоатлетичні вправи, з подолання перешкод та метання гранати. Протягом зимового періоду акцент було зроблено на виконанні гімнастичних вправ, вправ рукопашного бою та лижної підготовки. Крім цього, незалежно від періоду навчання авторська програма фізичної підготовки передбачала використання комплексну заняття, змістом яких були такі вправи: біг у різному темпі, біг по пересіченій місцевості; вправи на перекладині, на силових тренажерах; подолання елементів смуги перешкод, вправи військово-прикладного характеру; спортивні та рухливі ігри. Ефективність розробленої програми перевіряли в процесі педагогічного експерименту.

Дослідження проводилось у пункті постійної дислокації НАСВ та на навчально-польовій базі цього ВВНЗ. У дослідженні взяло участь 40 курсантів, із них 20 (КГ) оволодівали спеціальністю «наземна артилерія» та займалися за чинним змістом програми базової загальної фізичної підготовки майбутніх

офіцерів (середнє фізичне навантаження). Інші 20 курсантів (ЕГ) опановували спеціальність «управління діями механізованих підрозділів», займалися за чинним змістом програми фізичної підготовки військово-службовців згідно розкладу навчальних занять (4 години у тиждень). Вік респондентів – 20.8 ± 0.2 років. Усі учасники дослідження дали свою згоду на участь в експерименті, враховували положення Гельсінської декларації (1982) щодо дотримання етичних стандартів при проведенні досліджень за участі людей.

Результати дослідження

Тестування курсантів 4-го курсу навчання на початку експерименту засвідчило низький рівень фізичного розвитку, відсутність навичок професійно-прикладної підготовки та, як наслідок, невідповідність виявлених показників нормативним вимогам, які висуваються до офіцерського складу у ЗС на теперішній час. Дослідження показало, що середній показник з виконання вправи на силу (підтягування на перекладині) в контрольній та експериментальній групах становив 13 повторень, що відповідає оцінці «задовільно»; вправи на витривалість (біг на 3000 м) – 13.54 хв. («незадовільно»); вправи на швидкість (біг на 100 м) – 14.78 с («задовільно»); подолання ЗКВ на ЄСП – 3.02 хв («незадовільно»). Така сама ситуація спостерігалась у виконанні метання гранати на дальність (табл. 1).

Таблиця 1 – Зміна у показниках фізичної підготовленості в дослідних групах військовослужбовців

Статистична характеристика	КГ (n=20)			ЕГ (n=20)		
	1	2	3	1	2	3
<i>біг 100 м, с</i>						
\bar{x}	14.78	p>0.05	14.60	14.78	p<0.05	14.00
m	0.5		0.5	0.5		0.4*
<i>біг 3000 м, хв., с</i>						
\bar{x}	13.50	p>0.05	14.00	13.54	p<0,05	12.50
m	1.07		1.10	1.07		0.03*
<i>ЗКВ на єдиній смугі перешкод, хв., с</i>						
\bar{x}	3.02	p>0.05	3.05	3.02	p<0.05	2.15
m	0.15		0.15	0.14		0.7*
<i>підтягування на перекладині, к-сть</i>						
\bar{x}	13.7	p>0.05	13.0	13.4	p<0.05	14.4
m	3.1		3.0	3.1		2*
<i>метання гранати на дальність, м</i>						
\bar{x}	34,4	p>0.05	32.8	35.4	p<0.05	38.7
m	3.78		5.0	3.8		2.3*

Примітка. Позначено: «*» – статистично значущу розбіжність двох середніх (експериментальної та контрольної груп) у кожному показнику ($p < 0.05$); «1» - результати на початку експерименту, «2» – характер достовірності різниці двох середніх, «3» – результати наприкінці експерименту

Для підвищення рівня фізичної підготовленості необхідний комплекс умов, до числа яких можна зарахувати й мотиваційно-ціннісну складову, що сприяє усвідомленню необхідності та значущості фізичного вдосконалення.

Для виявлення мотивації до занять фізичною підготовкою та ведення здорового способу життя, вивчення основних закономірностей, що лежать в основі формування відповідних мотивацій, було застосовано метод анкетного опитування військовослужбовців ЕГ та КГ. 95 % опитаних до вступу до ВВНЗ мали повну загальну середню освіту. Проведене дослідження показало, що серед особистісних якостей, необхідних майбутнім офіцерам, 74 % відзначили цілеспрямованість, 68 % – відповідальність, 63 % – працьовитість і дисциплінованість. Серед причин, що не дають змоги мати вищі результати у навчанні більше половини опитаних (58 %) вказали погані умови організації навчання. На запитання «Чи задоволені ви вибором професії офіцера?» 52 % досліджуваних відповіли «так», 42 % не змогли відповісти, 6 % відповіли «ні», 42 % опитаних на запитання «Чи виконують систематично фізичні вправи (ранкову фізичну зарядку)?» – регулярно роблять ранкову фізичну зарядку, такий ж самий відсоток респондентів на запитання «Чи відвідують секції за видами спорту?» відповіли, що систематично грають у спортивні ігри у вільний від навчання час.

За результатами оцінки психофізіологічних і психологічних властивостей і функцій організму на початковому етапі експерименту за допомогою комп'ютерного комплексу «НС-Психотест» можна зробити висновок про поточний психологічний стан досліджуваних, а саме: усі мають хороше суб'єктивне самопочуття і додаткових заходів не потребують; поточний психічний стан є помірним, повне емоційне

благополуччя; психологічних проблем не виявлено, психічних порушень не виявлено; позитивна самооцінка й оптимізм, відсутня схильність до тривоги; рівень схильності до суїцидальних реакцій нижчий за середній; всі курсанти готові до додаткових занять з фізичної підготовки, протипоказань немає.

Таким чином, тестування психофізіологічних показників і соціологічні дослідження переконали нас в необхідності розробки та впровадження в навчальну програму підготовки майбутніх офіцерів обов'язкового курсу з фізичної підготовки, виходячи з реалій сьогодення.

Результати дослідження показали, що за всіма показниками контрольних фізичних вправ відзначено достовірні зміни порівняно з результатами на початку експерименту, які були представлені вище (див. табл. 1). У військовослужбовців КГ відзначено тенденцію до позитивних змін показників розвитку фізичних якостей, більшою мірою зі знаком мінус, після закінчення експерименту порівняно з вихідними даними на початковому етапі дослідження, але в жодному з них не було зафіксовано достовірних відмінностей.

Поряд із фізичною підготовленістю на початку та наприкінці експерименту було досліджено фізіологічні можливості курсантів для оцінювання їхніх функціональних резервів, а також надано порівняльну оцінку отриманих результатів на початку і після закінчення дослідження. Для вивчення функціонального стану було використано велоергометрію. Електрокардіографічне дослідження використовували з метою вивчення реакції на стандартне фізичне навантаження та виявлення початкової стадії і прихованих форм ішемічної хвороби серця, а також визначення індивідуальної толерантності до фізичного навантаження (табл. 2).

Таблиця 2 – Зміна у фізичній працездатності військовослужбовців дослідних груп за результатом велоергометрії

Показник	Група досліджуваних	Початковий етап	Завершальний етап	Статистично значущі відмінності між показниками на початковому та на завершальному етапі
ЧСС до навантаження, уд./хв ⁻¹	ЕГ	74.0±7.0	70.0±5.0	p>0.05
	КГ	73.0±8.0	73.0±6.0	p>0.05
ЧСС при навантаженні 75 Вт, уд./хв ⁻¹	ЕГ	107.0±6.0	89.0±4.0*	p<0.05
	КГ	108.0±6.0	107.0±7.0	p>0.05
ЧСС при навантаженні 125 Вт, уд./хв ⁻¹	ЕГ	126.0±7.0	113.0±5.0*	p<0.05
	КГ	130.0±5.0	132.0±6.0	p>0.05
ЧСС при навантаженні 175 Вт, уд./хв ⁻¹	ЕГ	159.0±9.0	144.0±5.0*	p<0.05
	КГ	167.0±10.0	168.0±8.0	p>0.05
Хронотропний резерв	ЕГ	115.0±11.0	101.0±8.0*	p<0.05
	КГ	129.0±12.0	126.0±15.0	p>0.05

Примітка. «*» – статистично значуща розбіжність двох середніх (експериментальної та контрольної груп) у кожному показнику (p<0.05)

Дискусія

Результати дослідження підтвердили висновки наукових результатів А. Одерова, С. Романчука, О. Небожука, та ін. [9-12], які стверджують, що професійна працездатність військовослужбовців формується багаторазовим фізичним навантаженням, а термінова адаптація обумовлена наслідками окремого тренувального навантаження. Проблема забезпечення належного стану фізичної підготовленості військовослужбовців є одним із головних критеріїв оцінювання ефективності їхньої військово-професійної діяльності під час виконання бойового завдання. Висвітленню питань фізичної готовності військовослужбовців до виконання завдань за призначенням в умовах сучасного бою та застосування обґрунтованих засобів фізичної підготовки були присвячені наукові праці В. Климовича, І. Тичини, О. Ольхового та ін. [1; 3; 13-15].

Результатами наших досліджень розширено знання [1; 16; 17] щодо організації та проведення занять фізичної підготовки, враховуючи умови та події сьогодення, що дало змогу визначити подальший напрямок дій у аспекті впровадження форм фізичного виховання курсантів – майбутніх офіцерів Сухопутних військ для підвищення ефективності цього педагогічного процесу щодо виконання завдань військово-професійної діяльності.

Окрім цього, одержані результати та досвід підготовки військовослужбовців до виконання завдань військово-професійної діяльності підтвердили висновок про наявність ряд проблем в організації форм фізичної підготовки із застосуванням вправ військово-прикладного характеру [3; 6; 18].

Військово-професійна діяльність військовослужбовців наземної артилерії значно поступається бойовій діяльності в рамках інтенсивності та напруженості ведення бойових дій, що у свою чергу проявляється у хибній думці про достатній рівень фізичної підготовленості військовослужбовців, який вони набули під час проходження військової служби для успішного виконання своїх професійних обов'язків, причому як у навчально-бойових, так і бойових, умовах.

Дослідження В. Домніцака (2012), В. Мельника (2017), Є. Анохіна (2020) доводять, що виконання бойових завдань в умовах сучасного бою військовослужбовцями Сухопутних військ продовжує мати чітко виражений руховий компонент [5; 10; 19].

В. Золочевський [20], А. Одеров [9], С. Романчук [3] доводять, що при застосуванні фізичних вправ не будуть мати позитивних змін рівня бойової готовності військовослужбовців. Науковці [2; 6; 14] доводять необхідність впровадження та застосування вправ у процесі занять фізичною підготовкою, які за своєю структурою та виконанням максимально наближені до реального бою, з метою фізичної готовності майбутніх захисників до подальшої професійної діяльності у військах.

На нашу думку, враховуючи реалії сьогодення та агресію з боку РФ, ефективним засобом розв'язання порушеної проблеми є впровадження новітніх вправ, які б відповідали діям та умовам, з якими стикається військовослужбовець на полі бою під час виконання завдань за призначенням, створюючи при цьому максимальні фізичні й психічні навантаження. Саме від такої підготовки залежить ефективне виконання військовослужбовцями завдань військово-професійної діяльності та підрозділом у цілому, а також збереження їхнього життя.

Отже, фізична підготовка є важливим чинником успішного виконання завдань військово-професійної діяльності військовослужбовців. Вона повинна бути спрямована на формування вміння діяти у несприятливих умовах бойової обстановки сучасного бою, приймати швидкі та правильні рішення на виконання бойового завдання, пов'язаного із протидією противнику, а також передбачати систематичне та постійне підтримання належного рівня фізичної готовності військовослужбовців, витривалості, швидкості в діях, впевненості та рішучості в умовах бойової обстановки.

Висновки

Проведене дослідження засвідчило, що заняття фізичними вправами позитивно позначаються на фізичній підготовленості курсантів у процесі військово-професійної діяльності.

Оцінки психофізіологічних, психологічних властивостей і функцій організму у процесі експерименту вказують на те, що більшість військовослужбовців має хороше суб'єктивне самопочуття, помірний психічний стан, відсутність психічних порушень та не потребують додаткових заходів. Усе це свідчить про відсутність протипоказань та готовність до участі у додаткових заняттях. Використання запропонованої програми сприяє зниженню хронотропного резерву серця і збільшенню його резистентності до фізичного навантаження, що засвідчує підвищення рівня тренуваності курсантів.

Підтверджено позитивну динаміку зміни фізіологічних можливостей курсантів, а також значущість і необхідність фізичної підготовки в їх освітньому процесі, як складової успішного виконання завдань військово-професійної діяльності.

Подальші наукові дослідження доцільно спрямувати на обґрунтування, розроблення й упровадження в освітній процес фізичного виховання вправ військово-прикладного характеру для перевірки рівня готовності військовослужбовців до виконання завдань за призначенням, що за спрямованістю й умовами є максимально наближеними до обставин реального бою та передбачають застосування засобів, які дозволяють імітувати можливі варіанти таких ситуацій.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

Джерела та література

1. Одеров А. М., Лешчинський О. В., Первачук О. І. та ін. Якість військово-професійної підготовки курсантів-як складова успішного виконання спеціальних завдань. *Науковий часопис Нац. пед. у-ту імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2023. Вип. 3 (161) 23. С. 131-135. doi: 10.31392/NPU-nc.series15.2023.03(161).30
2. Первачук О., Одеров А., Гунченко В., Пономарьов В., Небожук О., та ін. Взаємозв'язок військово-професійної підготовки та фізичної підготовленості військовослужбовців. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. Волинський національний університет ім. Лесі Українки*. 2024. Вип. 1(65). С. 10-17. doi: 10.29038/2220-7481-2024-01-10-17.
3. Oderov, A., Klymovych, V., Romanchuk, S., Dunets-Lesko, A., Liudovyk, T., Lishchuk, V., Baldetskiy, A. (2021). Combat army system – as a means of increasing and improving the physical fitness of servicemen of the armed forces. *Bulletin of Kamyanets-Podilskyi Ivan Ogiienko National University. Physical Education, Sports and Human Health*, Issue 22, pp. 5-10. doi: 10.32626/2309-8082.2021-22.15-10
4. Oderov, A., Romanchuk, S., Kuznetsov, M., Dunets-Lesko, A., Lesko, O., Olkhovyi, O. (2017). Innovative approaches for evaluating physical fitness of servicemen in the system of professional training. *J of Physical Education and Sport*, 17 (Suppl. Issue 1), 23-27.
5. Домніцак В. В. Удосконалення спеціальної фізичної підготовки курсантів ВНЗ України як компонента професійної готовності майбутніх офіцерів силових структур. *Право і безпека*. 2012. № 1. С. 222-225.
6. Первачук О., Одеров А., Гунченко В., Пономарьов В., Небожук О., та ін. Взаємозв'язок військово-професійної підготовки та фізичної підготовленості військовослужбовців. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. Волинський національний університет ім. Лесі Українки*. 2024. Вип. 1(65). С. 10-17. doi: 10.29038/2220-7481-2024-01-10-17.
7. Шиян Б. М., Єдинак Г. А., Петришин Ю. В. Наукові дослідження у фізичному вихованні та спорті : навч. посіб. Кам'янець-Подільський : «Друкарня Рута», 2012. 280 с.
8. Галаманжук Л. Л., Єдинак Г. А. Основи наукових досліджень : навч.-метод. посібник. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня Рута», 2019. 154 с.
9. Oderov, A., Romanchuk, S., Nebozhuk, O., Lesko, O., Pylpachak, I., Olkhovyi, O., Poltavets, A., Romanchuk, V. (2022). Analysis of the dynamics of physical development of cadets as a result of the application of crossfit equipment. *Slobozhansky scientific and sports bulletin*, 26(4), 133-140. doi: 10.15391/snsv.2022-4.006
10. Мельник В. О., Данилюк М. М., Поцілуйко П. В. Визначення рівня спеціальної фізичної підготовленості курсантів в польових умовах. *Науковий часопис Нац. пед. у-ту імені М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2017. 5К(86)17. С. 200-204.
11. Nebozhuk, O., Romanchuk, S., Iedynak, G., Oderov, A. et. al (2019). Factors that influence changes in cadets' physical preparation during the second half of study at a military academy. *Asian J of Science and Technolog. Revista dilemas contemporáneos: educación, política y valores*, Vol. 17(72), 2007-7890.
12. Oderov, A., Romanchuk, S., Yuriev, S., Babych, M. et. Al (2024). Dynamics of functional state of artillery reconnaissance cadets during training and combat activities. *J of Physical Education and Sport*, Vol. 24 (7), 1636-1646. doi: 10.7752/jpes.2024.07184
13. Тучына, І., Романчук, С., Одеров, А., Петрук, А., Хунченко, В., Откыдач, В., Понімаров, В., Корчагин, М., Гоманюк, С., Ішченко, Я., Зонов, О. (2024). Impact Of Military-Applied Sports On Cardiorespiratory Indicators Of Cadets In Military Higher Education Institutions. *J of Physical Education and Sport*, 2024, Vol. 24 (2), Art 40, pp. 338-345. doi: 10.7752/jpes.2024.02040

References

1. Oderov, A. M., Leshchinskyi, O. V., Pervachuk, O. I. (2023), "Yakist viiskovo-profesiinoi pidhotovky kursantiv - yak skladova uspishnoho vykonannya spetsialnykh zavdan" [The quality of military and professional training of cadets as a component of the successful completion of special tasks]. *Scientific J of the National Pedagogical Dragomanov University*, Vol. 3 (161)23, pp. 131-135. doi: 10.31392/NPU-nc.series15.2023.03(161).30 [in Ukraine].
2. Oderov, A. M., Pervachuk, O. I., Lesko, O. M., Pylpachak, V. V. ta in, (2023), "Analiz pokaznykiv psykholohichnykh yakostei viiskovosluzhbovtstv pid vplyvom chynnykiv viiskovo-profesiinoi diialnosti" [Analysis of indicators of psychological qualities of servicemen under the influence of factors of military and professional activity]. *Scientific J of the National Pedagogical Dragomanov University*, Vol. 6 (166)23, pp. 113-117. doi: 10.31392/NPU-nc.series15.2023.6(166).24 [in Ukraine].
3. Oderov, A., Klymovych, V., Romanchuk, S., Dunets-Lesko, A., Liudovyk, T., Lishchuk, V., Baldetskiy, A. (2021). Combat army system – as a means of increasing and improving the physical fitness of servicemen of the armed forces. *Bulletin of Kamyanets-Podilskyi Ivan Ogiienko National University. Physical Education, Sports and Human Health*, 22, 5-10. doi: 10.32626/2309-8082.2021-22.15-10
4. Oderov, A., Romanchuk, S., Kuznetsov, M., Dunets-Lesko, A., Lesko, O., Olkhovyi, O. (2017). Innovative approaches for evaluating physical fitness of servicemen in the system of professional training. *J of Physical Education and Sport*, 17 (Suppl. Issue 1), 23-27.
5. Domnitsak, V. V. (2012), "Udoskonalennia spetsialnoi fizychnoi pidhotovky kursantiv VNZ Ukrainy yak komponenta profesiinoi hotovnosti maibutnykh ofitseriv sylovykh struktur" [Improvement of special physical training of cadets of universities of Ukraine as a component of professional readiness of future officers of law enforcement agencies]. *Law and security*, No 1, pp. 222-225. [in Ukraine].
6. Pervachuk, O., Oderov, A., Hunchenko, V., Ponomarov, V., Nebozhuk, O., ta in (2024), "Vzaiemozviazok viiskovo-profesiinoi pidhotovky ta fizychnoi pidhotovlenosti viiskovosluzhbovtstv" [Interrelation of military professional training and physical fitness of servicemen]. *Physical education, sports and health culture in modern society. Lesya Ukrainka Volyn National University*, Vol. 1(65)24, pp. 10-17. doi: 10.29038/2220-7481-2024-01-10-17 [in Ukraine].
7. Shiyani, B. M., Iedynak, G. A., Petryshyn, Yu. V. (2012), *Naukovi doslidzhennya u fizychnomu vykhovanni ta sporti* [Scientific research in physical education and sports]. Olym Publishing House, Kamianets-Podilskyi. 280 p. [in Ukraine].
8. Galamanzhuk, L. L., Iedynak, G. A. (2019), *Osnovy naukovykh doslidzen* [Fundamentals of scientific research]. Printing house «Ruta» LLC, Kamyanets-Podilskyi. 154 p. [in Ukraine].
9. Oderov, A., Romanchuk, S., Nebozhuk, O., Lesko, O., Pylpachak, I., Olkhovyi, O., Poltavets, A., Romanchuk, V. (2022). Analysis of the dynamics of physical development of cadets as a result of the application of crossfit equipment». *Slobozhansky scientific and sports bulletin*, Vol. 26, 4, 133-140. doi: 10.15391/snsv.2022-4.006
10. Melnyk, V. O., Danyliuk, M. M., Potsiluiko, P. V. (2017), "Vyznachennia rivnia spetsialnoi fizychnoi pidhotovlenosti kursantiv v polovykh umovakh" [Determining the level of special physical fitness of cadets in field conditions]. *Scientific journal of the National ped. M. P. Dragomanov University. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports)*, 5K(86)17, pp. 200-204. [in Ukraine].
11. Nebozhuk, O., Romanchuk, S., Iedynak, G., Oderov, A. et. al (2019). Factors that influence changes in cadets' physical preparation during the second half of study at a military academy. *Asian J of Science and Technolog. Revista dilemas contemporáneos: educación, política y valores*, Vol. 17(72), 2007-7890.

14. Oderov, A., Klymovych, V., Romanchuk, S., Pankevich, Y. et al. (2020). Functional State of Military Personnel Engaged in Unarmed Combat. *SportMont*, Vol. 18 (1), 99-101. doi: 10.26773/smj.200218
15. Oderov, A., Klymovych, V., Korchagin, M., Olkhovyi, O., Romanchuk, S. (2019). The influence of the system of physical education of higher educational school on the level of psychophysiological qualities of young people. *Sport Mont*, Vol. 17(2), 93-97. doi: 10.26773/smj.190616
16. Iedynak, G., Romanchuk, S., Sliusarchuk, V., Mazur V., Oderov, A. et. al (2020). The Effect of Training in Military Pentathlon on the Physiological Characteristics of Academy Cadets. *SportMont*, Vol. 18(3), 95-99. doi: 10.26773/smj.201007
17. Klymovych, V., Oderov, A., Korchagin, M., Olkhovyi, O., Romanchuk, S. (2019). Optimization of the content of the physical training program of cadets-gunners. *International J of Recent Scientific Research*, 2019, Vol. 10, 07(A), 33340-33343. doi: 10.24327/IJRSR
18. Oderov, A., Klymovych, V., Romanchuk, S., Korchagin, M. et. al (2020). The influence of professionally oriented physical training means on the operator's professionally important physical ability level. *SportMont*, Vol. 18 (1), 19-23. doi 10.26773/smj.200204
19. Tychyna, I., Oderov, A., Anokhin, E., Romanchuk, S., Homanyuk, S. et. al (2020). The impact of mass sports work in educational institution on the formation of cadets' value attitude towards the physical education. *SportMont*, Vol. 18(1), 81-86. doi: 10.26773/smj.200214
20. Zolocheskyi, V., Klymovych, V., Oderov, A., Gura, I., Nebozhuk, O. et. al (2020). Correlation of Physical Fitness and Professional Military Training of Servicemen. *SportMont*, Vol. 18(2), 79-82. doi: 10.26773/smj.200612
12. Oderov, A., Romanchuk, S., Yuriev, S., Babych, M. et. al (2024). Dynamics of functional state of artillery reconnaissance cadets during training and combat activities. *J of Physical Education and Sport*, Vol. 24 (7), 1636-1646. doi: 10.7752/jpes.2024.07184
13. Tychyna, I., Romanchuk, S., Oderov, A., Petruk, A., Hunchenko, V., Otkydach, V., Ponomarov, V., Korchagin, M., Homaniuk, S., Ishchenko, Y., Zonov, O. (2024). Impact Of Military-Applied Sports On Cardiorespiratory Indicators Of Cadets In Military Higher Education Institutions. *J of Physical Education and Sport*, 2024, Vol. 24 (2), Art 40, pp. 338-345. doi: 10.7752/jpes.2024.02040
14. Oderov, A., Klymovych, V., Romanchuk, S., Pankevich, Y. et al. (2020). Functional State of Military Personnel Engaged in Unarmed Combat. *SportMont*, Vol. 18 (1), 99-101. doi: 10.26773/smj.200218
15. Oderov, A., Klymovych, V., Korchagin, M., Olkhovyi, O., Romanchuk, S. (2019). The influence of the system of physical education of higher educational school on the level of psychophysiological qualities of young people. *Sport Mont*, No. 17(2), 93-97. doi: 10.26773/smj.190616
16. Iedynak, G., Romanchuk, S., Sliusarchuk, V., Mazur V., Oderov, A. et. al (2020). The Effect of Training in Military Pentathlon on the Physiological Characteristics of Academy Cadets. *SportMont*, Vol. 18(3), 95-99. doi: 10.26773/smj.201007
17. Klymovych, V., Oderov, A., Korchagin, M., Olkhovyi, O., Romanchuk, S. (2019). Optimization of the content of the physical training program of cadets-gunners. *International J of Recent Scientific Research*, 2019, Vol. 10, 07(A), 33340-33343. doi: 10.24327/IJRSR
18. Oderov, A., Klymovych, V., Romanchuk, S., Korchagin, M. et. al (2020). The influence of professionally oriented physical training means on the operator's professionally important physical ability level. *SportMont*, Vol. 18 (1), 19-23. doi 10.26773/smj.200204
19. Tychyna, I., Oderov, A., Anokhin, E., Romanchuk, S., Homanyuk, S. et. al (2020). The impact of mass sports work in educational institution on the formation of cadets' value attitude towards the physical education. *SportMont*, Vol. 18(1), 81-86. doi: 10.26773/smj.200214
20. Zolocheskyi, V., Klymovych, V., Oderov, A., Gura, I., Nebozhuk, O. et. al (2020). Correlation of Physical Fitness and Professional Military Training of Servicemen. *SportMont*, Vol. 18(2), 79-82. doi: 10.26773/smj.200612

Надійшла до друку 17.12.2024