

5. Hlushkov HA. (1976). "Deiaki pytannia psykholohii i pedahohiky v systemi ideolohichnoi obrobky burzhuzaznykh armii: uchbova dopomoha". M.: MVPKU, p. 170.
6. Kuznietsov MA. (1987). "Boiova pidhotovka v sukhopotnykh viiskakh SShA". Zarubizhnyi viiskovyi ohliad, p. 59-63.
7. Kuts PR. (1984). "Pidhotovka novobrantsiv v armii SShA". Zarubizhnyi viiskovyi ohliad, p. 79-86.
8. Molokov OV. (2009). "Shchodo udoskonalennia zmistu rukopashnoi pidhotovky v Zbroinykh sylakh Ukrainy". Visnyk Natsionalnoi akademii oborony Ukrainy, № 1 (9), p. 39-47.
9. Nomerovskiy SV., Popavdin VV., Bondariy DV., Buren NV. (2010). "Rukopashna pidhotovka yak pidsistema spetsialnoi fizychnoi pidhotovky viiskovosluzhbovtiv Viiskovo-Morskykh syl Zbroinykh syl Ukrainy". Slobozhanskyi naukovosporyvnyi visnyk, № 4, p. 169-172.
10. Orhanizatsiia i metodyka provedennia navchalnykh zaniat iz fizychnoi pidhotovky (rozdil „rukopashnyi bii”, Kyiv 2002r.).
11. Radchenko Yu. ta in. (2008). "Analiz rukopashnogo boiu: suchasnyi stan, perspektyvy rozvytku. Visnyk Prykarpatskoho universytetu". Fizychna kultura, Vypusk 29, p. 64-71.
12. Romanchuk S.V., Afonin V.M. (2021). "Fizychna pidhotovka kursantiv vyshchykh viiskovykh navchalnykh zakladiv na osnovi vybirkovoi napravlenosti profesiinoi osvity": [monohrafiia]. L.: NASV. – 386.
13. Sokolov NN. (1983). "Pohliady komanduvannia armii SShA na vedennia boiovykh dii v horakh", p. 201.
14. Khatsaiuk OV. (2008). "Udoskonalennia tekhniki rukopashnogo boiu pravookhorontsiv MVS Ukrainy iz vykorystanniam GPRS tekhnolohii". Visnyk Chernihivskoho derzhavnogo pedahohichnogo universytetu, Vyp. 54, p. 326-331.
15. Shevchenko O. O. Romanchuk S.V. (2009). "Doslidzhennia pokaznykiv profesiino vazhlyvykh psykholohichnykh yakosteï kursantiv pid vplyvom chynnykiv viiskovo-profesiinoi diialnosti". Slobozhanskyi naukovosporyvnyi visnyk: zb.Nauk pr. 4. 11-14.
16. Oderov A. et al. (2022). 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, Vol. 5, no. 1, pp. 93-102.
17. Oderov A., Romanchuk S., et al. (2017). Innovative approaches for evaluating physical fitness of servicemen in the system of professional training. Journal of Physical education and Sport, Vol. 17(1), pp. 23-27. (doi:10.7752/jpes.2017.s1004).
18. Romanchuk, S., Oderov A., Olkhovyi O., Klymovych V. (2019). The influence of the system of physical education of higher educational school on the level of psychophysiological qualities of young people. SportMont Journal, no. 17(2), 93-97. DOI: 10.26773/smj.190616.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.12(158).23

УДК: 796.062.4:355.237.3

Первачук О.І.
аспірант Львівського державного
університету фізичної культури імені Івана Боберського
Одеров А.М.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри фізичного виховання, спеціальної
фізичної підготовки і спорту Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного
Мітова О.О.

доктор наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри спортивних ігор
Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту

РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ВДОСКОНАЛЕННЯ ОРГАНІЗАЦІЇ ПРОЦЕСУ НАВЧАННЯ ПРИЙОМАМ РУКОПАШНОГО БОЮ КУРСАНТІВ ВІЙСЬКОВИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

Особливості сьогоденних подій в державі, значне навантаження військовослужбовців, невміле застосування методики щодо правильності організації занять з фізичної підготовки веде за собою необхідність пошуку актуальних напрямів та методів проведення індивідуальних занять з питань навчання прийомам в різних умовах військово-професійної діяльності. Враховуючи відсутність належного професійного відбору з фізичної підготовки до вищих військових навчальних закладах, на нашу думку, являє собою одну з основних причин низького рівня розвитку основних фізичних якостей курсантів перших курсів навчання.

Враховуючи ці обставини, на початковому етапі навчання виникає необхідність проведення значної попередньої роботи щодо загального зміцнення та оздоровленню курсантів, що у свою чергу, значно скорочує навчальний час, необхідний для формування та розвитку рухових умінь і навичок оволодіння складно ординаційними швидкісними руховими діями, якими є прийоми рукопашного бою.

Таким чином, з метою підвищення ефективності освітнього процесу в умовах, що склалися, необхідно розглянути комплексний підхід до організації та проведення навчальних занять, в основу якого покладено ефективну взаємодію декількох науково-педагогічних працівників.

Ключові слова: фізичні якості, контрольні нормативи, фізична підготовленість, професійний відбір, військовослужбовці, курсанти.

Pervachuk O., Oderov A. Recommendations for improving the organization of the process of training hand to hand combat for cadets of military educational institutions. The peculiarities of today's events in the state, the significant workload of military personnel, the inept application of the methodology regarding the correctness of the organization of physical

training classes lead to the need to find relevant directions and methods of conducting individual classes on training for receptions in various conditions of military-professional activity. Taking into account the lack of proper professional selection in physical training for higher military educational institutions, in our opinion, is one of the main reasons for the low level of development of basic physical qualities of first-year cadets.

Taking into account these circumstances, at the initial stage of training there is a need to carry out significant preliminary work on the general strengthening and rehabilitation of cadets, which, in turn, significantly reduces the training time required for the formation and development of motor skills and the skills of mastering complex ordinal high-speed motor actions, which are techniques hand-to-hand combat

Thus, in order to increase the effectiveness of the educational process in the existing conditions, it is necessary to consider a comprehensive approach to the organization and conduct of educational classes, which is based on the effective interaction of several scientific and pedagogical workers.

Key words: physical qualities, control standards, physical fitness, professional selection, military personnel, cadets.

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

На сьогоднішній день рукопашний бій, який набув значної популярності, включає різні техніко-тактичні елементи та є складним в координаційному відношенні видом єдиноборств, успішність в якому потребує наявності у курсантів відповідних фізичних та психологічних якостей [5, 9]. У керівних документах з організації занять з рукопашного бою визнається індивідуальна фізична підготовка курсантів під час освітнього процесу (навчальних занять з фізичної підготовки) як самостійна форма (розділ) занять. Але в документах та роботах вчених відсутнє досконале наукове обґрунтування спрямованості та організації занять з фізичної підготовки для курсантів з рукопашного бою [6, 7].

Деякі автори вважають, що спеціальна підготовка військовослужбовців, що займаються рукопашним боєм, повинна бути спрямована на розвиток та вдосконалення швидкості, спритності, сили, спеціальної витривалості, гнучкості [12].

Отже, участь військовослужбовців у бойових діях на території нашої держави [1], значні навантаження військовослужбовців у процесі занять фізичною підготовкою, включаючи виконання прийомів рукопашного бою, невміле застосування методики щодо правильності організації занять веде за собою необхідність пошуку актуальних напрямів та методів організації та проведення індивідуальних посиленних занять навчання прийомам в різних умовах військово-професійної діяльності, відповідно до призначення та завдань, що виконуються в умовах наближених до бойових.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Проведений аналіз літературних джерел стосовно напрямку заходів фізичного впливу, організації навчальних занять з рукопашного бою, анкетування та бесіди з провідними фахівцями рукопашного бою, результати попередніх наукових робіт [2, 8], які спрямовані на вдосконалення методики організації навчання прийомам рукопашного бою та удосконалення техніки рукопашного бою, аналіз виступів на змаганнях різних рівнів, участь військовослужбовців у бойових діях надають нам можливість стверджувати про необхідність постійного вдосконалювання техніки навчання та удосконалення прийомів рукопашного бою під навчальних занять з фізичної підготовки робіт [13].

Дослідженнями науковців О.В.Хацаюка (2018 р.), О.А.Моргунова (О.А.), Романчука С.В. (2019), Одерова А.М. (2017) та інших [3, 11], розкрито основні питання організації системи спеціальної фізичної підготовки у закладах вищої освіти, що відіграє важливу роль у процесі оволодіння прийомом рукопашного бою. У свою чергу, у працях О.С.Скирти (2014 р.), О.А.Моргунова, О.А.Ярещенка (2016 р.), О. В. Хацаюка (2018 р.) відображено та розкрито питання навчання та вдосконалення техніки військово-прикладних єдиноборств, які забезпечують успішне проходження програми з розділу "Рукопашна підготовка".

Враховуючи низку досліджень, нами було помічено, що у дослідженнях мало уваги приділяється питанням вдосконалення саме організації процесу навчання та удосконалення прийомам рукопашного бою в освітньому процесі на початковому етапі.

Одним із ефективних шляхів вирішення даної проблеми є використання на практиці комплексного підходу щодо організації процесу навчання та удосконалення прийомів рукопашного бою в поєднанні з проведенням занять із залученням та взаємодією декількох викладачів.

Такий підхід забезпечує досягнення рівня фізичної підготовленості, що вимагається військовим командуванням держави та виконання завдань відповідно до призначення. [4, 10].

Мета дослідження – обґрунтувати рекомендації щодо вдосконалення організації процесу навчання прийомам рукопашного бою курсантів.

Організація та методи дослідження. Для отримання об'єктивних даних нами використано теоретичні методи (аналіз та узагальнення літературних джерел й наукових даних).

За результатами проведеного аналізу було визначено актуальність і основні напрями дослідження проблеми, а також огляд літературних джерел сприяв уточненню завдань дослідження та вибору адекватних методів для їх вирішення.

Даний етап аналізу наукових джерел здійснювали з метою ознайомлення з фактами, що характеризують сучасний стан досліджуваної проблеми. Для отримання об'єктивної інформації з проблеми організації фізичної підготовки з курсантським складом нами було використано теоретичний аналіз наукових, методичних, періодичних літературних джерел, документальних та архівних матеріалів вітчизняної та закордонної освіти.

Для досягнення мети використовували комплекс загальнонаукових методів дослідження. Насамперед, використали розповідь, оскільки вона дозволяє різнобічно охарактеризувати широке коло питань. Разом з тим, мінімізації суб'єктивних поглядів і суджень сприяло використання різних джерел інформації, але перевагу надавали літературним і

документальним, застосовуючи критичний підхід до їхнього вибору. Формування кола літературних джерел здійснювали після їхнього пошуку у базі даних Scopus, SPORT Discus, Web of Science. Враховували також часовий аспект появи інформації з певної тематики. Аналогічно відбувалося безпосереднє вивчення друкованих літературних джерел, зокрема інформації статей журналів про списки використаної літератури.

Виклад основного матеріалу дослідження. Аналізуючи динаміку змін вимог до абітурієнтів, які вступають до вищих військових навчальних закладів за період з 2000 року по сьогоднішній день необхідно констатувати негативну тенденцію значного зниження рівня розвитку основних фізичних якостей, прикладних рухових умінь курсантів на початкових етапах навчання. Радянська система професійного відбору висувала жорсткі та незаперечні вимоги до абітурієнтів, а саме: проходження строкової військової служби у збройних силах, позитивні характеристики, рекомендації керівництва частин і досить високий рівень розвитку основних фізичних якостей та рухових умінь, який беззаперечно підтверджувався під час вступного іспиту з фізичної культури.

З метою якісного відбору на навчання найбільш професійно орієнтованих для потреб збройних сил осіб діяв комплекс заходів: прийняття на місцях комплектуючими органами попередніх тестів щодо визначення рівня як освіти, так і фізичної підготовки кандидата з метою придатності його відповідним вимогам, які пред'являються до вступників на службу у силових структурах, а також обов'язковий іспит з фізичної культури. Враховуючи другорядну значимість у середній школі предмета «Фізична культура», при кожній установі освіти були організовані ефективні курси з підготовки абітурієнтів до вступного екзамену з фізичної культури, завдяки якому визначалися не тільки фізичні якості майбутніх військовослужбовців, але й була можливість неупереджено і з великою достовірністю встановити рівень морально-психологічної готовності до освоєння військової професії. Навіть в цих умовах педагоги мали реальну можливість здійснити протягом дворічного та чотирирічного періоду навчання освоєння програми бойових прийомів боротьби на рівні стійкої навички, що дозволяє ефективно застосовувати їх у практичній діяльності.

Другий етап регресу ознаменувався безпричинним і безвідповідальним скасуванням при прийомі до вузів іспиту з фізичної культури, а згодом і скасуванням проведення за планом професійного медико-психологічного відбору тестування з фізичної підготовки майбутніх абітурієнтів. Тому протягом останніх 6-8 років нікого не шокує статистика результатів проведення

первинної військово-професійної підготовки з першокурсниками, де понад 40% тих, хто вступив на перший курс навчання під час прийому контрольних нормативів показують незадовільний рівень розвитку однієї з основних фізичних якостей, а близько 18-20% не здають два і більше нормативи, незважаючи на те, що більшість із них розроблені на основі вправ з програми фізичної культури середньої школи.

Під час перевірки здачі першокурсниками нормативів з фізичної підготовки одного військового навчального закладу у процесі первинної військово-професійної підготовки (навчально-польовий збір), а саме човникового бігу 10×10 м, біг на 100м, згинання та розгинання рук в упорі на брусах (для військовослужбовців-чоловіків), згинання та розгинання рук в упорі лежачи (для військовослужбовців-жінок), біг 1000м особлива увага була приділена курсантам, які не склали нормативи (таблиця 1).

Таблиця 1

Аналіз перевірки здачі нормативів з фізичної підготовки курсантами 1 курсу навчання під час первинної військово-професійної підготовки

Категорія, що залучалася до здачі нормативів, результати здачі (%)	Період набору на навчання та відсоток виконання вправ (%)		
	2018 рік	2019 рік	2020 рік
Не виконали (не здали) один норматив, %	22,4	48,9	20,0
Не виконали (не здали) один норматив, %	1,3	24,5	12,0
Не виконали (не здали) один норматив, %	2,6	12,3	6,0
Не виконали (не здали) один норматив, %	1,3	2,1	6,0
Відсоток не виконання (не здачі) нормативів	27,6	87,8	48,0

Виникає питання: «Чи можливо, проігнорувавши фізичну невідповідність курсантів, організувати з ними процес розучування та удосконалення техніки виконання прийомів рукопашного бою на малих швидкостях або з незначними м'язовими зусиллями?» Відповідь однозначна: «Не можливо!»

Цей підхід є типовою методичною помилкою, а саме процес формування рухової навички буде не цілком ефективним [8]. Усе це пояснюється виникненням у ході використання повторного методу на початковому етапі навчання техніці з невисокою інтенсивністю жорсткого динамічного стереотипу – швидкісного бар'єру, причому з низьким рівнем. Вже освоєні рухові дії на базі техніки з не високою інтенсивністю надалі будуть важко виконуватися на граничних швидкостях і зусиллях, що призведе до значної втрати цільової результативності. Це пов'язано з тим, що основні динамічні характеристики техніки (силові, швидкісні, ритмічні) будуть неоднаковими за повільних і швидких режимів роботи. Тому освоєна таким способом техніка вкрай неефективна і малопридатна в реальних умовах. Як результат, техніку доведеться знову і знову вивчати. З урахуванням проблеми низького рівня фізичної підготовленості курсантів, що навчаються до практичного розучування рухових дій, у навчальні програми ВВНЗ військово-прикладної фізичної підготовки для курсантів початкових курсів навчання постійно вносяться корективи щодо збільшення навчального часу на загальне зміцнення та оздоровлення організму.

Отже, на освоєння військово-прикладних професійних дій залишається менша кількість навчального часу, внаслідок чого перед науково-педагогічним складом, фахівцями фізичної підготовки постає складне організаційне та методичне завдання щодо освоєння необхідного обсягу навчального матеріалу в умовах нестачі часу, що диктує

необхідність використання в освітньому процесі.

Одним із напрямків удосконалення організації освітнього процесу з вивчення курсантами прийомів рукопашного бою слід розглянути підвищення ефективності викладання при задіянні на заняття двох викладачів.

Відповідно до існуючих нормативних актів рекомендується відповідно до групового підходу організації навчальних занять розділяти групу з 25-30 курсантів на дві підгрупи по 12-15 осіб, у кожній з яких навчання здійснюється одним із викладачів. Така насиченість дає можливість викладачеві приділяти достатню увагу індивідуальному підходу при дозуванні фізичного навантаження та веденню виховної роботи, що в цілому сприятиме вирішенню поставлених завдань.

Водночас за такої організації навчання слід виділити суттєві недоліки. Так, навчальні заняття у двох підгрупах проводяться, як правило, одночасно в одному спортивному залі. При цьому створюються значні відволікаючі моменти при подачі команд, паралельному поясненні матеріалу в суміжній підгрупі, що призводить до порушення одного з методичних правил – необхідності виключення на етапі початкового розучування впливу на курсантів різних факторів, що збивають.

При поясненні навчального матеріалу окремо у підгрупах кожен викладач у ході показу змушений працювати в парі з одним із курсантів, що не дозволяє останньому з боку спостерігати за виконанням досліджуваної дії. А на початковому етапі навчання зорове сприйняття відіграє вирішальну роль у формуванні рухового образу.

Також слід відзначити важливість використання при цьому такої форми наочності як ідеальний зразковий показ нової вправи. Адже бойовий прийом (кидок, удар, прийом затримання), продемонстрований разом, швидко, впевнено і точно, показує його дієвість та ефективність, що у свою чергу формує в курсантів зорове уявлення, впевненість, рішучість та сприяє мотивації до його вивчення. Так як у парі викладачеві асистує один з курсантів, то такий фізичний вплив може призвести до стресу або навіть до травми курсанта, що негативно впливає на подальший процес освоєння ним рухової дії.

При вивченні прийомів рукопашного бою частинами особливо ефективний варіант поєднання попередньої розповіді про виконувану дію з наступним показом на партнері. При цьому розповідь у міру освоєння окремих дій має тенденцію до скорочення: від докладного пояснення до вказівок щодо виконання ключових дій, потім до кількох керуючих слів – команд, а потім – до подачі порядкового рахунку.

Надалі порядковий рахунок скорочується до злитого виконання прийому, тобто команди для виконання. У ході такого методу навчання на початковому етапі найважливішою умовою формування правильного вміння є своєчасне виявлення та усунення помилок, як характерних, так індивідуальних та приведення до правильного виконання. Викладачеві, що показує досліджувані рухи, необхідно багаторазово переривати цей процес для здійснення діяльності з усунення помилок. Внаслідок цього втрачається ритм виконання, а багато курсантів, як правило, переходять на низький рівень швидкості проведення навіть окремих елементів. В результаті час на освоєння нового рухової дії значно збільшується. Ефективність освоєння прийомів значно підвищується, якщо процес навчання двома викладачами організувати не як дії окремих педагогів, а як узгоджений, взаємодіючий навчальний тандем. Правильний і чіткий розподіл функцій першого і другого викладача в кожному навчально-методичному заході заняття дозволить домогтися одноманітного підходу до подачі навчального матеріалу та виключити багато негативних моментів, а також прискорить процес освоєння курсантами нової рухової дії. Процес показу в парі один з одним двома викладачами забезпечить належну якість, дозволить набагато наочніше правильно створити як первісний образ, і кожний окремий рух для 100% курсантів. У ході вивчення прийому часто один з викладачів здійснює розповідь і показ, а другий оперативно вказує на помилки і допомагає їх виправляти. При досягненні сформованості щодо правильного рухового вміння викладачі мають можливість коригувати діяльність курсантів у ході самостійного відпрацювання прийому. Також важливо і те, що при підбитті підсумків вивчення окремих навчальних питань або всього заняття висловлюються думки про результати освоєння матеріалу не одним, а двома педагогами, що надає оцінці велику вагомість та компетентність.

Висновки. Таким чином, на підставі вищевикладеного вважаємо, що такий підхід до організації занять з організації та вивчення прийомів рукопашного бою сприятиме значному поліпшенню процесу навчання і, як наслідок, підвищить рівень військово-прикладної фізичної підготовленості спеціалістів для потреб силових структур.

Комплексний метод проведення занять, підлеглість фізичної підготовки етапам професійно-бойової діяльності, включення всіх фізичних вправ в циклічну поурочну програму дозволить ефективніше впливати на формування фізичної і бойової готовності майбутнього офіцерського складу в цілому, а обґрунтоване формування фізичної підготовки курсантського складу забезпечить подальше вдосконалення або підтримку на необхідному рівні розвитку основних фізичних і спеціальних якостей, рухових навичок і функціональних можливостей.

Література

1. Афонін В.М., Романчук С.В., Одеров А.М. (2017). Дослідження суб'єктивної думки учасників бойових дій щодо важливості фізичної підготовленості військовослужбовців. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). – К.: НПУ ім. Драгоманова, Вип. 5К.С. 286-293.
2. Воронцов О., Романчук С., Ролук О., Яворський А. (2017). Фізичні навантаження військовослужбовців у сучасному бою. Український журнал медицини, біології та спорту : зб. наук. пр. – Миколаїв : ЧНУ ім. П.Могили, Т. 6, № 6 (90) – С. 47-52.
3. Кирпенко В., Романчук В., Романчук С. (2015). Спеціальна фізична підготовка як засіб підвищення ефективності професійної діяльності військовослужбовців Сухопутних військ. Фізична активність, здоров'я і спорт, Львів, №4(22). – С. 12-18.

4. Максименко А.М. (2005). Теорія та методика фізичної культури: підручник для студентів вузів спеціальності «Фізична культура та спорт», Фізична культура, 533 с.
5. Одеров А.М., Климович В.Б., Романчук С.В., Матвейко О.М., Пилипчак І.В., Небожук О.Р., Одеров А.М. (2022). Проблемні аспекти фізичного виховання і психологічної підготовки юнаків призовного віку до умов служби в секторі безпеки і оборони України. Український журнал медицини, біології та спорту : зб. наук. пр. – Миколаїв : ЧНУ ім. П.Могили, Т. 7, № 3 (37) – С. 241-250.
6. Романчук С.В. (2012). Фізична підготовка курсантів військових навчальних закладів Сухопутних військ Збройних Сил України : [монографія], Львів : АСВ, 367 с.
7. Романчук С.В., Афонін та ін. (2022). Фізична підготовка курсантів вищих військових навчальних закладів на основі вибіркової направленості професійної освіти : [монографія], Л.: НАСВ, 2022. – 386 с.
8. Романчук С.В., Грибан Г.П., Романчук В.М., Фіногенов Ю.С., Петришин Ю.В. . (2012). Фізичне виховання у системі військово-професійної діяльності : навч. посіб., Львів : АСВ, 328 с.
9. Шевченко О.О., Романчук С.В. (2009). Дослідження показників професійно важливих психологічних якостей курсантів під впливом чинників військово-професійної діяльності. Слобожанський науково-спортивний вісник : зб. наук пр., Харків, № 4. – С. 11-14.
10. Klymovich V. (2016). Adoption of youth's bodies to educational conditions in higher educational institutions. Journal of Physical Education and Sport, Vol. 3(1), pp. 620-622.
11. Oderov A, Klymovych V, Romanchuk S, Korchagin M, Chernozub A, Olkhovyi V, Zolocheskyi V. (2020). The Influence of Professionally Oriented Physical Training Means on the Operator's Physical Ability Level. Sport Mont. 2020;18(1):19–23.
12. Oderov A. (2022). 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, Vol. 5, no. 1, pp. 93-102.
13. Oderov A., Romanchuk S., Kuznetsov M., Dunets-Lesko A. (2017). Innovative approaches for evaluating physical fitness of servicemen in the system of professional training. Journal of Physical education and Sport, Vol. 17(1), pp. 23-27. (doi:10.7752/jpes.2017.s1004).

References

1. Afonin V.M., Romanchuk S.V., Oderov A.M., Fedak S.S. (2017). "Doslidzhennia subiektyvnoi dumky uchasnykiv boiovykh dii shchodo vazhlyvosti fizychnoi pidhotovlenosti viiskovosluzhbovtsiv". Naukovi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P. Drahomanova. Seria 15: Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport). 5K. 286-293.
2. Vorontsov O., Romanchuk S., Roliuk O., Yavorskyi A. (2017). "Fizychni navantazhennia viiskovosluzhbovtsiv u suchasnomu boiu". Ukrainnyi zhurnal medytsyny, biolohii ta sportu : zb. nauk. pr. 6(90). 47-52.
3. Kyrpenko V., Romanchuk V., Romanchuk S., Fedak S. (2015). "Spetsialna fizychna pidhotovka yak zasib pidvyshchennia efektyvnosti profesiinoi diialnosti viiskovosluzhbovtsiv Sukhoputnykh viisk". Fizychna aktyvnist, zdorovia i sport. 4(22). 12-18.
4. Maksimenko A.M. (2005). "Theory and methodology of physical culture: a textbook for students of universities specializing in Physical culture and sport", Physical culture, 533 p.
5. Oderov A.M., Klymovych V.B., Romanchuk S.V., Matveiko O.M., Pylypchak I.V., Nebozhuk O.R. (2022). "Problemni aspekty fizychnoho vykhovannia i psykhologichnoi pidhotovky yunakiv pryzovnoho viku do umov sluzhby v sektori bezpeky i oborony Ukrainy". Ukrainnyi zhurnal medytsyny, biolohii ta sportu : zb. nauk. pr. 7, № 3 (37). 241-250.
6. Romanchuk S. V. (2012). "Fizychna pidhotovka kursantiv viiskovykh navchalnykh zakladiv Sukhoputnykh viisk Zbroinykh Syl Ukrainy". [monohrafiia]. Lviv : ASV. 367.
7. Romanchuk S.V., Afonin V.M. (2021). "Fizychna pidhotovka kursantiv vshchychkh viiskovykh navchalnykh zakladiv na osnovi vybirkovoi napravlenosti profesiinoi osvity": [monohrafiia]. L.: NASV. – 386.
8. Romanchuk S. V., Hryban H. P., Romanchuk V. M., Finohenov Yu. S., Petryshyn Yu. V. (2012). "Fizyчне vykhovannia u systemi viiskovo-profesiinoi diialnosti". [navch. Posib]. Lviv : ASV. 328.
9. Shevchenko O. O. Romanchuk S.V. (2009). "Doslidzhennia pokaznykiv profesiino vazhlyvykh psykhologichnykh yakosteï kursantiv pid vplyvom chynnykiv viiskovo-profesiinoi diialnosti". Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk : zb. Nauk pr. 4. 11-14.
10. Klymovich V., Olkhovyi O., Romanchuk S. (2016). "Adoption of youth's bodies to educational conditions in higher educational institutions". Journal of Physical Education and Sport, 3(1). 620-622.
11. Oderov A, Klymovych V, Romanchuk S, Korchagin M, Chernozub A, Olkhovyi V, Zolocheskyi V. (2020). The Influence of Professionally Oriented Physical Training Means on the Operator's Physical Ability Level. Sport Mont. 2020;18(1):19–23.
12. Oderov A., Kuznetsov M., Romanchuk S., Pohrebniak D., Indyka S., Bielikova N. (2022). "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, 5, no. 1. 93-102.
13. Oderov A., Romanchuk S., Kuznetsov M., Dunets-Lesko A. (2017). "Innovative approaches for evaluating physical fitness of servicemen in the system of professional training". Journal of Physical education and Sport. 17(1). 23–27. DOI:10.7752/jpes.2017.s1004.