

4. Борисова Ю. Ю. Диференційований підхід у фізичному вихованні школярів на основі використання комп'ютерних технологій : автореф. дис. на здоб. наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». Дніпропетровськ, 2009. 20 с.
5. Фурман А. В. Педагогічне керівництво пошуковою пізнавальною активністю школярів. К., 1996. 184 с.
6. Фурман А. Системна диференціація навчання : концепція, теорія, технологія // Освіта і управління. 1997. Том 1. кн. 2. С. 37-67.
7. Арефьев В. Г. Розвивально-оздоровчі вправи – основний засіб фізичного виховання школярів // Фізичне виховання в рідній школі. № 4(92). 2014. С. 13-15.

References

1. Krutsevich T. Yu. Upravlenie fizicheskim sostoyaniem podrostkov v sisteme fizicheskogo vospitaniya : dis. dokt. nauk po fizicheskomu vospitaniyu i sportu : 24.00.02. K., 2000. 510 s.
2. Vykhliaiev Yu. M. Psykholohiia rukhovoї diialnosti : navch. posib. Vinnytsia : vyd-vo «Tvory». 2022. 340 s.
3. Arefiev V. H. Dyferentsiatsiia rozvyvalno-ozdorovchych zaniat z fizychnoi kultury uchniv osnovnoi shkoly. Teoriia i praktyka : monohrafiia. Kyiv : Tsentr uchbovoi literatury, 2014. 197 s.
4. Borysova Yu. Yu. Dyferentsiiovanyi pidkhdid u fizychnomu vykhovanni shkoliariv na osnovi vykorystannia komp'iuternykh tekhnolohii : avtoref. dys. na zdob. nauk. stupenia kand. nauk z fiz. vykh. i sportu : 24.00.02 «Fizychna kultura, fizychno vykhovannia riznykh hrup naselennia». Dnipropetrovsk, 2009. 20 s.
5. Furman A. V. Pedagogichne kerivnytstvo poshukovoiu piznavalnoiu aktyvnistiu shkoliariv. K., 1996. 184 s.
6. Furman A. Systemna dyferentsiatsiia navchannia : kontseptsiia, teoriia, tekhnolohiia // Osvita i upravlinnia. 1997. Tom 1. kn. 2. S. 37-67.
7. Arefiev V. H. Rozvyvalno-ozdorovchi vpravy – osnovnyi zasib fizychnoho vykhovannia shkoliariv // Fizychno vykhovannia v ridni shkoli. № 4(92). 2014. S. 13-15.

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.8\(181\).25](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.8(181).25)
УДК: 355.233.2:797 (075.8)

Куришко Є.А.

аспірант Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, м. Дніпро
ORCID.ORG/0000-0003-0862-3838

СТРУКТУРА ПОЕТАПНО-ПОСЛІДОВНОЇ ПРОГРАМИ ЗАНЯТЬ ВІЙСЬКОВО-ПРИКЛАДНИМ СЕМИБОРСТВОМ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ ЗАКЛАДІВ ВІЙСЬКОВОЇ ОСВІТИ

Анотація. Невід'ємною частиною бойової готовності та боєздатності особового складу підрозділів Збройних Сил України є висока мотивація, достатній рівень професійних знань, відмінний фізичний та функціональний стан основних систем організму військовослужбовців. На багатьох етапах ведення бойових дій під час повномасштабного вторгнення російської федерації проти України безумовно складовими є наявність новітнього озброєння та техніки а також підготовка особового складу до виконання завдань за призначенням, високий рівень вишколу підрозділів та частин Збройних Сил України.

Аналіз проведений фахівцями фізичної підготовки і спорту (родів військ) Збройних Сил України вказує на потребу постійного вдосконалення та розвитку військово-прикладних (спеціальних) фізичних навичок військовослужбовців. Фахівці наполягають на необхідності впровадження в підготовці військовослужбовців умінь подолання перешкод, пересування на полі бою, метанні грана, ведення вогню зі стрілецької зброї з різних положень, плаванні в обмундированні та зі зброєю.

Реформування Збройних Сил України, підготовки майбутніх офіцерів закладів військової освіти сьогоднішнього дня обумовлює можливість відмовлятися від застарілих підходів та методів підготовки особового складу, з'являються можливості впровадження в систему військової освіти ефективніших методів. Більш ефективніші та з новими підходами методи підготовки майбутніх офіцерів закладів військової освіти організовані у військовослужбовців Збройних Сил країн партнерів НАТО.

Ключові слова: військово-прикладне семиборство, майбутні офіцери закладів військової освіти, спеціальна фізична підготовка, військово-прикладне семиборство.

Kurishko E.A.. Structure of the step-by-step sequential program for future officers of military education institutions to engage in the military applied seventh school. High motivation, sufficient level of professional knowledge, excellent physical and functional condition of the main body systems of servicemen are an integral part of the combat readiness and combat capability of the personnel of the units of the Armed Forces of Ukraine. At many stages of the conduct of hostilities during the full-scale invasion of the Russian Federation against Ukraine, the availability of the latest weapons and equipment, as well as the training of personnel to perform assigned tasks, the high level of training of units and units of the Armed Forces of Ukraine, are definitely essential components.

The analysis carried out by specialists in physical training and sports (service branches) of the Armed Forces of Ukraine indicates the need for constant improvement and development of military applied (special) physical skills of servicemen. Specialists insist on the need to introduce in the training of military personnel the skills of overcoming obstacles, moving on the battlefield, throwing grenades, firing from small arms from different positions, swimming in uniform and with weapons. The reform of the Armed Forces of Ukraine, the training of future officers in military education institutions today makes it possible to abandon

outdated approaches and methods of personnel training, and there are opportunities to introduce more effective methods into the military education system. More effective and innovative methods of training future officers of military educational institutions are organized for servicemen of the Armed Forces of NATO partner countries.

Key words: military applied heptathlon, future officers of military educational institutions, special physical training, military applied heptathlon.

Постановка проблеми. Бойові дії останніх років посилити увагу суспільства та керівництва держави до системи професійної підготовки військовослужбовців. Аналіз положень Доктрини підготовки сил оборони держави та Концепції підготовки ЗС України доводить, що для того, щоб рівень випускника вищого військового навчального закладу в повній мірі задовольняв вимоги професійної армії зразка НАТО, необхідно суттєво посилити фахову складову підготовки майбутніх офіцерів та забезпечити її спеціалізацію [5; 7].

Аналіз літературних джерел. Проблема організації військової фізичної підготовки та фізичного вдосконалення військовослужбовців завжди була предметом уваги українських дослідників. Детальний аналіз праць науковців (В. Красота, Г. Новодерожкін, О. Ольховий 2012; Є. Анохін, С. Романчук, 2012; В. Кирпенко, 2012; С. Федак, А. Одеров, О. Одерова, 2016; М. Корчагін, 2017;) демонструє велику кількість засобів та методів фізичної підготовки, які позитивно впливають на успішність професійної діяльності військовослужбовців [1; 4; 6; 8; 13]. Результати комплексних теоретичних та емпіричних досліджень (Є. Приступа, С. Романчук, 2012; С. Юрьєв, 2021; Н. Москаленко, В. Откидач, 2022) свідчать про необхідність застосування в системі підготовки майбутніх офіцерів Збройних Сил України таких засобів, які здійснювали б комплексний вплив на розвиток фізичних, прикладних, а також психологічних якостей курсантів [9; 12; 14; 16]. За даними науково-методичних публікацій до військово-прикладних видів спорту, що використовуються в освітньому процесі в Україні, дослідники відносять: військовий пентатлон, хортінг, рукопашний бій, універсальний бій, багатоборство ВСК, багатоборство SICM, аеронавтичне багатоборство, військово-прикладне семиборство. Попри всі дискусійні тонкощі щодо визначення військової прикладності зазначених видів спорту, необхідно відмітити, що кожен з них згадується у достатній кількості наукових публікацій [2; 3; 10; 15]. За свідченням авторів С. Юрьєва, 2018; К. Пронтенка, В. Ягодзінського, 2020 впровадження в процес спортивно-масової роботи військово-прикладних вправ позитивно впливає на рівень фізичної підготовленості курсантів [11; 14].

Проте у сучасній педагогічній літературі, на наш погляд, недостатньо уваги приділено практичним питанням організації тренувань майбутніх офіцерів засобами військово-прикладних видів спорту. Актуальність проведеного дослідження визначена необхідністю обґрунтування та розробки програми занять військово-прикладним семиборством в години спортивно-масової роботи курсантів.

Мета статті – теоретично обґрунтувати структуру програми занять військово-прикладним семиборством в години спортивно-масової роботи майбутніх офіцерів закладів військової освіти.

Вклад основного матеріалу дослідження. Спортивно-масова робота є обов'язковим елементом розпорядку дня курсантів ВВНЗ та проводиться три рази на тиждень [8]. Традиційно до програми спортивно-масової роботи включаються вправи багатоборства військово-спортивного комплексу (підтягування на перекладині, біг 100 м, подолання перешкод, біг 3000 метрів), спортивні ігри та силові тренування. З метою удосконалення спеціальної фізичної підготовки майбутніх офіцерів у напрямку впровадження військово-прикладних видів спорту нами було розроблено поетапно-послідовну програму військово-прикладного семиборства для проведення занять у години спортивно-масової роботи курсантів ВВНЗ.

Відповідно до основних положень теорії організації спортивного тренування, планування навчально-тренувального процесу у кожному виді спортивних багатоборств повинно відповідати узагальненими вимогами. До них відносяться: цілеспрямованість та науковість (відповідність цілям, завданням навчання, наявність зв'язку з принципами навчання і тренування, облік закономірностей розвитку різних сторін підготовленості спортсмена); різнобічність (єдність видів підготовки спортсмена, що забезпечує високий рівень спортивних досягнень); перспективність (послідовність засобів, методів з урахуванням циклічності та періодичності тренувального процесу); конкретність (вимога чіткого і повного розкриття змісту навчально-тренувального процесу, його засобів і методів).

Враховуючи вимоги щодо цілеспрямованості, побудова поетапно-послідовної програми занять військово-прикладним семиборством курсантів обумовлена реалізацією певних умов:

педагогічних, пов'язаних із імплементацією отриманих знань та умінь в сфері спортивного тренування у військово-професійну діяльність з метою зміцнення здоров'я і підвищення рівня фізичної підготовленості особисто та підлеглого особового складу;

організаційних, що використовують сучасні методи і прийоми спортивного тренування, орієнтовані на розвиток та удосконалення професійно-важливих фізичних якостей, оволодіння військово-прикладними навичками, підвищення функціональних резервів організму майбутніх офіцерів;

психологічних, пов'язаних з підготовкою майбутніх офіцерів до фізично затратної професійної діяльності і мотивацію до фізкультурної діяльності в Збройних Силах України.

Науковість побудови поетапно-послідовної програми занять військово-прикладним семиборством забезпечується дотриманням «базових» принципів підготовки: прикладності, систематичності, динамічності, цілісності, послідовності, оптимальності та циклічності.

Принцип прикладності, у даному контексті є також цілеспрямованим, тобто спрямованим на формування професійно важливих військово-прикладних навичок майбутніх офіцерів у процесі занять військово-прикладним семиборством.

Принцип систематичності – передбачає регулярність занять, раціональний розподіл навантажень і відпочинку. Систематичність або безперервність процесу спортивної підготовки полягає в тому, що позитивний ефект кожного наступного заняття "нашаровується" на базу попереднього, закріплюючи і поглиблюючи його. У підсумку ефект циклу тренувальних занять "підсумовується" і виникає кумулятивний ефект системи занять, тобто відносно стійкі адаптаційні перебудови функціонального характеру, які становлять основу фізичної підготовленості, тренуваності і стабільних рухових навичок.

Принцип динамічності передбачає спрямоване підвищення вимог до рухової діяльності майбутніх офіцерів за рахунок оновлення та ускладнення застосовуваних фізичних вправ, методів навчання, умов занять, а також величини навантажень – їх обсягу та інтенсивності. Без цього не можна забезпечити постійний розвиток фізичних якостей, засвоїти нові форми рухових умінь і навичок, удосконалити діяльність функціональних систем організму.

Принцип послідовності забезпечує послідовність вирішення завдань програми, застосування відповідних засобів і методів удосконалення фізичних якостей на тренуваннях. Реалізація принципу починається з етапу планування тренувального процесу (послідовність етапів програми та зв'язок між ними).

Принцип оптимальності забезпечує відповідність фізичних навантажень для ефективного вирішення завдань спортивної підготовки та чітку взаємопов'язаність мети, завдань, форм, методів, структури та змісту тренувальних занять, застосування технологій контролю і оцінювання успішності тренувального процесу.

Принцип циклічності забезпечує чергування циклів підготовки у відповідності із сучасними положеннями теорії спортивної підготовки. Спеціальними дослідженнями В. Платонов [74] встановив раціональну побудову різних типів мікроциклів залежно від впливу на організм спортсмена. Мікроцикли об'єднуються в мезоцикли (відносно цілісний етап тренувального процесу тривалістю від двох до шести мікроциклів). Кількість і структура мезоциклів залежить від виду спорту і календаря змагань. Побудова тренувального процесу на основі мезоциклів дає змогу організувати його відповідно до головних завдань етапу підготовки, забезпечити оптимальне фізичне навантаження, поєднання різних засобів і методів підготовки, розвиток тренуваності і становлення спортивної форми.

Структурно авторська програма занять військово-прикладним семиборством для майбутніх офіцерів складається із окремих занять, які поєднуються у мікроцикли та мезоцикли (Додаток Е). Загальна тривалість тренувальної програми дорівнює 64 календарні тижня і складалася з трьох етапів: початкового (8 тижнів), основного (44 тижні) і етапу вдосконалення (12 тижнів). Кожен етап підготовки має свою мету та завдання. Структурно етапи мають втягувальний мезоцикл, мезоцикл вирішення основних завдань, контрольний та відновлювальний мезоцикли. Тривалість етапів у нашому випадку залежить від плану навчального процесу курсантів і після закінчення кожного етапу обов'язково враховується відновлювальний мезоцикл, який припадає або на канікулярну відпустку або на стажування. Після закінчення відпустки починається тижневий втягувальний мікроцикл, далі зміст навчально-тренувальних занять відповідає меті та завданням мезоциклу.

Метою початкового етапу є розвиток фізичних якостей та вивчення техніки виконання вправ військово-прикладного семиборства.

Завдання підготовчого етапу:

ознайомлення та вивчення методів розвитку фізичних якостей (сили, швидкості, спритності та витривалості);

розвиток сили, швидкості та спритності;

вивчення техніки легкоатлетичних вправ (біг на 100 м, біг 3000 м);

розучування техніки виконання військово-прикладних вправ ВПС (плавання вільним стилем, способів подолання перешкод, прийомів метання гранат);

вивчення прийомів та правил стрільби з пневматичної зброї;

Метою основного етапу є подальший розвиток та удосконалення фізичних якостей і формування військово-прикладних навичок.

Завданнями основного етапу є:

удосконалення сили, швидкості і спритності;

розвиток витривалості;

удосконалення техніки бігу на короткі та довгі дистанції;

удосконалення техніки подолання перешкод;

удосконалення техніки плавання вільним стилем;

формування навичок прицільної стрільби та метання гранат.

Метою етапу вдосконалення є удосконалення техніки виконання вправ ВПС, подальший розвиток витривалості та підготовка до змагань.

Завданнями етапу вдосконалення є:

подальше удосконалення техніки бігу на короткі та довгі дистанції, техніки подолання перешкод та техніки плавання вільним стилем;

удосконалення навичок стрільби та метання гранат;

підтримання рівня розвитку фізичних якостей;

розвиток загальної витривалості;

підготовка до участі у змаганнях.

В межах етапів підготовки мезоцикли складаються з тренувальних мікроциклів. Під тренувальним мікроциклом прийнято називати серію занять, що забезпечують комплексне розв'язання завдань, які виникають на даному етапі підготовки. Тривалість мікроциклів від 3-4 до 10-14 днів. Однак найбільш поширеним є тижневий мікроцикл. Виділення мікроциклу в самостійну структурну ланку навчально-тренувального процесу зумовлене тим, що в одне тренувальне

заняття неможливо і недоцільно вводити всі вправи, які забезпечують вирішення різних видів підготовки (фізичної, технічної, тактичної). Мікроцикл передбачає оптимальну послідовність тренувальних занять залежно від періоду тренування, їхнього змісту, величини навантаження.

Особливості сучасної методики проведення занять з фізичного виховання у закладах військової освіти полягають у врахуванні індивідуальних особливостей організму майбутніх офіцерів, що дозволяє диференціювати завдання й втілити в практику індивідуальний підхід до них. Зокрема, фахівці у галузі фізичного виховання і спорту наголошують, що заняття фізичною підготовкою у ВВНЗ доцільно проводити за індивідуальними програмами, залежно від рівня фізичного розвитку [14]. В рамках поетапно-послідовної програми занять військово-прикладним семиборством індивідуальні (в тому числі самостійні) заняття передбачені для вирішення часткових завдань навчально-тренувального процесу кожного окремого курсанта. До таких занять виносились завдання розвитку гнучкості або силових якостей, іноді – витривалості. Також, відповідно до рівня фізичної підготовленості курсантів було розроблено зміст фізичних навантажень різної спрямованості. На початковому етапі було сформовано дві групи курсантів, відповідно до рівня їхньої фізичної підготовленості (добрий рівень та нижче доброго). Загальний обсяг фізичних навантажень варіювався відповідно до рівня фізичної підготовленості групи. Проте, загальні закономірності побудови навчально-тренувальних занять були ідентичними для трьох груп фізичної підготовленості.

Висновки. Поетапно-послідовна програма занять військово-прикладним семиборством призначена для удосконалення спортивно-масової роботи майбутніх офіцерів. Широкий асортимент вправ військово-прикладного семиборства дає підставу вважати, що по суті та наповненню вони наближені до змісту професійно-прикладної (спеціальної) фізичної підготовки військовослужбовців та є доцільними для застосування у підготовці військових професіоналів.

Перспективи подальших досліджень. Перспективи подальших досліджень буде спрямовано на дослідження ефективності поетапно-послідовної програми занять військово-прикладним семиборством майбутніх офіцерів закладів військової освіти.

Література

1. Анохін Є. Д., С. В. Романчук, О. М. Лойко. Курс лекцій з навчальної дисципліни «Фізичне виховання, спеціальна фізична підготовка і спорт». Л. : АСВ, 2012. 212 с.
2. Федак С. С., Одерів А. М., Одерова О. В. Фізична підготовка – як один із основних предметів професійної підготовки військовослужбовців збройних сил. *Матеріали Х Всеукраїнської науково-практичної конференції*. Львів ЛНУ ім. І.Франка, 2016. С. 33-34.
3. Діхтяренко З. М., Єрьоменко Е. А., Кукушкін К. М., Федорченко К. С. Спроможність бойового хортингу щодо формування військово-патріотичного виховання в успішній особистості: учні, студенти та курсанти. Фізична культура дітей, підлітків, молоді та дорослого населення в сучасному світі: матеріали III Міжнародної науково-практичної Інтернетконференції, (20 травня 2022 р.). Умань: ВПЦ «Візаві». 2022. С. 390–396.
4. Єрьоменко Е. А. Концепція розвитку бойового хортингу в системі освіти України : монографія; Мін-во освіти і науки України, Університет ДФС України, ГС «Національна федерація бойового хортингу України. Київ: ГС «НФБХУ». 2020. 122 с.
5. Кирпенко В. М. Діагностична модель визначення ступеня готовності військових фахівців до управління процесом фізично. *Вісник Національного університету оборони України* : зб. наук. пр. К. : НУОУ, 2012. Вип. 1 (26). С. 30–35.
6. Корчагін М. В. Спеціальна фізична підготовка військовослужбовців-операторів Повітряних Сил Збройних Сил України. Слобожанський науково-спортивний вісник: наук.-теорет. журн. Х.: ХДАФК, 2010. № 4. С.33–36.
7. Корчагін М., Курбакова С., Ольховий О. Залежність успішності професійної діяльності військовослужбовців-операторів від рівня психофізіологічних якостей. *Спортивний вісник Придніпров'я*. Дніпро. 2017. № 3. С. 65–68.
8. Красота В.М. Спеціальна фізична підготовка курсантів вищих військових навчальних закладів. *Слобожанський науково-спортивний вісник* Х.: ХДАФК, 2013. №4 (37). С. 30-33.
9. Красота В., Новодерьожкін Г., Ольховий О. Фізичне виховання та спеціальна фізична підготовка : навч. посіб. Севастополь: АВМС, 2012. 198 с.
10. Москаленко Н. В., Откидач В. С. Формування психофізичної готовності військовослужбовців засобами спеціальної фізичної підготовки. Науковий часопис національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні процеси фізичної культури: зб. наукових праць. Київ, 2022. №9 (154). С. 63-67. DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.9(154).15.
11. Откидач В. С., Корчагін М. В., Ольховий О. М., Юр'єв С. О. Вплив занять військово-спортивним багатоборством на показники спеціальної фізичної підготовленості курсантів вищих військових навчальних закладів *Український журнал медицини, біології та спорту*. Миколаїв: Чорноморський національний університет ім. Петра Могили, 2021. Т. 6. №3 (31). С. 374-380.
12. Пронтенко К. В., Юр'єв С. О., Ягодзінський В. П. Вплив занять спортом на результати освітньої діяльності курсантів вищих військових навчальних закладів України. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2020. Вип. 1 (76). С. 39–43.
13. Романчук С., Приступа Є. Військові багатоборства та військово-прикладні види спорту в системі підготовки фахівців Збройних Сил України. *Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету ім. І. Огієнка, 2012 (5). С. 223-230.

14. Федак С. С., Одеров А. М., Одерова О. В. Фізична підготовка – як один із основних предметів професійної підготовки військовослужбовців збройних сил. *Матеріали X Всеукраїнської науково-практичної конференції*. Львів ЛНУ ім. І.Франка, 2016. С. 33-34.

15. Юр'єв С. О. Аналіз фізичної підготовленості курсантів, які під час навчання займалися у секції з військового п'ятиборства. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2018. Вип. 9 (103) 18. С. 102–106.

16. Юр'єв С.О. Методика розвитку рухових якостей курсантів військових закладів вищої освіти у процесі фізичного виховання: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.02. Київ, 2020. 317 с.

17. Откідач В., Корчагін М. Вплив програми спеціальної фізичної підготовки на морфо-функціональні показники та рівень здоров'я курсантів вищих військових навчальних закладів. *Науковий часопис національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні процеси фізичної культури*: зб. наукових праць. Київ, 2022. Випуск 6 (148). С. 14-17.

Reference

1. Anokhin Ye. D., S. V. Romanchuk, O. M. Loiko. (2012). Kurs leksii z navchalnoi dystsyplini «Fizychnе vykhovannia, spetsialna fizychna pidhotovka i sport». L. : ASV, 212 s. [in Ukrainian].

2. Fedak S. S., Oderov A. M., Oderova O. V. (2016). Fizychna pidhotovka – yak odyin iz osnovnykh predmetiv profesiinoi pidhotovky viiskovosluzhbovtziv zbroinykh syl. *Materialy Kh Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii*. Lviv LNU im. I. Franka, S. 33-34. [in Ukrainian].

3. Dikhtiarenko Z. M., Yeromenko E. A., Kukushkin K. M., Fedorchenko K. S. (2022). Spromozhnist boiovoho khortynhu shchodo formuvannia viiskovo-patriotychnoho vykhovannia v uspishnoi osobystosti: uchni, studenty ta kursanty. *Fizychna kultura ditei, pidlitkiv, molodi ta dorosloho naselennia v suchasnomu sviti: materialy III Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi Internetkonferentsii, Uman: VPTs «Vizavi»*. S. 390–396 [in Ukrainian].

4. Ieromenko E. A. (2022). Kontsepsiia rozvytku boiovoho khortynhu v systemi osvity Ukrainy : monohrafiia; Min-vo osvity i nauky Ukrainy, Universytet DFS Ukrainy, HS «Natsionalna federatsiia boiovoho khortynhu Ukrainy. Kyiv: HS «NFBKhU». 122 [in Ukrainian].

5. Kyrpenko V. M. (2012). Diahnostychna model vyznachennia stupenia hotovnosti viiskovykh fakhivtsiv do upravlinnia protsesom fizychno. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy: zb. nauk. pr. K.: NUOU, Vyp. 1 (26)*. S. 30-35. [in Ukrainian].

6. Korchahin M. V. (2010). Spetsialna fizychna pidhotovka viiskovosluzhbovtziv-operatoriv Povitrianykh Syl Zbroinykh Syl Ukrainy. *Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk: nauk.-teoret. zhurn. Kh.: KhDAFK, № 4*. S.33–36.[in Ukrainian].

7. Korchahin M., Kurbakova S., Olkhovyi O. (2017). Zalezhnist uspishnosti profesiinoi diialnosti viiskovosluzhbovtziv-operatoriv vid rivnia psykhofiziologichnykh yakosteï. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia. Dnipro. № 3*. S. 65–68.[in Ukrainian].

8. Krasota V.M. (2013). Spetsialna fizychna pidhotovka kursantiv vyshchykh viiskovykh navchalnykh zakladiv. *Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk Kh.: KhDAFK, №4 (37)*. S. 30-33. [in Ukrainian].

9. Krasota V., Novoderozhkin H., Olkhovyi O. (2012). *Fizychnе vykhovannia ta spetsialna fizychna pidhotovka : navch. posib. Sevastopol: AVMS, 2012. 198 s.*[in Ukrainian].

10. Moskalenko N. V., Ottydach V. S. (2022). Formuvannia psykhofizychnoi hotovnosti viiskovosluzhbovtziv zasobamy spetsialnoi fizychnoi pidhotovky. *Naukovyi chasopys natsionalnoho pedahohichnoho universytetu im. M.P. Drahomanova. Seriya 15, Naukovo-pedahohichni protsesy fizychnoi kultury :zb. naukovykh prats. Kyiv, No9 (154)*. S. 63-67. DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.9(154).15.[in Ukrainian].

11. Ottydach V. S., Korchahin M. V., Olkhovyi O. M., Yuriev S. O. (2012). Vplyv zaniat viiskovo-sportyvnyim bahatoborstvom na pokaznyky spetsialnoi fizychnoi pidhotovlenosti kursantiv vyshchykh viiskovykh navchalnykh zakladiv *Ukrainskyi zhurnal medytsyny, biolohii ta sportu. Mykolaiv: Chornomorskyi natsionalnyi universytet im. Petra Mohyly, T. 6. №3 (31)*. S. 374-380. [in Ukrainian].

12. Prontenko K. V., Yuriev S. O., Yahodzynskyi V. P. (2020). Vplyv zaniat sportom na rezultaty osvitnoi diialnosti kursantiv vyshchykh viiskovykh navchalnykh zakladiv Ukrainy. *Osvita ta rozvytok obdarovanoi osobystosti. Vyp. 1 (76)*. S. 39–43. [in Ukrainian].

13. Romanchuk S., Prystupa Ye. (2012). Viiskovi bahatoborstva ta viiskovo-prykladni vydy sportu v systemi pidhotovky fakhivtsiv Zbroinykh Syl Ukrainy. *Fizychnе vykhovannia, sport i zdorovia liudyny. Visnyk Kamianets-Podilskoho natsionalnoho universytetu im. I. Ohienka, (5)*. S 223-230. [in Ukrainian].

14. Fedak S. S., Oderov A. M., Oderova O. V. (2016). Fizychna pidhotovka – yak odyin iz osnovnykh predmetiv profesiinoi pidhotovky viiskovosluzhbovtziv zbroinykh syl. *Materialy Kh Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii*. Lviv LNU im. I. Franka, S. 33-34. [in Ukrainian].

15. Iuriev S. O. (2018). Analiz fizychnoi pidhotovlenosti kursantiv, yaki pid chas navchannia zaimalysia u sektsii z viiskovoho piatyborstva. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Seriya № 15: Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)*. Vyp. 9 (103) 18. S. 102–106.[in Ukrainian].

16. Iuriev S.O. (2020). *Metodyka rozvytku rukhovykh yakosteï kursantiv viiskovykh zakladiv vyshchoi osvity u protsesi fizychno vykhovannia: dys. ... kand. ped. nauk: 13.00.02. Kyiv, 317 s.* [in Ukrainian].

17. Ottydach V., Korchahin M. (2022). Vplyv prohramy spetsial'oyi fizychnoyi pidhotovky na morfo-funktsional'ni pokaznyky ta riven' zdorov'ya kursantiv vyshchykh viys'kovykh navchal'nykh zakladiv. *Naukovy chasopys natsional'noho pedahohichnoho universytetu im. M.P. Drahomanova. Seriya 15, Naukovo-pedahohichni protsesy fizychnoyi kul'tury:zb. naukovykh prats'. Kyiv, Vypusk 6 (148)*. S. 14-17. [in Ukrainian].