

**Ягупов В. В.** доктор педагогічних наук, професор,  
Національний університет оборони України  
імені Івана Черняхівського

<https://orcid.org/0000-0002-8956-3170>

**Жембровський С. М.** кандидат педагогічних наук,  
доцент, Національний університету оборони України  
імені Івана Черняхівського

<https://orcid.org/0000-0003-4903-9398>

**Костів С. Ф.** Національний університет оборони  
України імені Івана Черняхівського

<https://orcid.org/0000-0002-9595-7803>

## ПРОБЛЕМА ВДОСКОНАЛЕННЯ ПСИХОФІЗИЧНОЇ ВИТРИВАЛОСТІ ПРОФЕСІОНАЛІВ ВІЙСЬКОВОГО УПРАВЛІННЯ У НАУКОВІЙ ЛІТЕРАТУРІ

У статті проаналізовано психологічні та педагогічні джерела щодо розв'язання проблеми психофізичної витривалості офіцерів та її розвитку в науковій літературі. Узагальнено результати досліджень психофізичної витривалості майбутніх фахівців у різних сферах діяльності. Особлива увага звернута на узагальнення досліджень, які стосуються розвитку психофізичної витривалості офіцерів.

З'ясовано, що сформованість психофізичної витривалості забезпечує стабільність, рівноваженість, емоційну лабільність, адекватність прояву емоцій та опірність психіки до стрес-чинників військової служби, інтегральним проявом яких є саморегуляція емоційних станів офіцера.

**Ключові слова:** витривалість; фізична витривалість; психофізична витривалість; фізична підготовка; психологічна підготовка; офіцер.

**Вступ.** Нині держава перебуває у складній геополітичній ситуації, що передбачає зміцнення Збройних сил України, насамперед їх кадрове забезпечення. Зокрема, військово-професійна діяльність офіцерів органів військового управління полягає у виконанні службових завдань в умовах постійного впливу несприятливих чинників, які призводять до підвищення психічної і фізичної напруженості та негативно впливає на їх військово-професійну діяльність. Вона має бути спрямована на формування у них відповідних військово-професійних компетентностей, що сприятиме їм успішно виконувати професійні завдання в екстремальних ситуаціях. Так, досвід АТО та ООС на сході України показує, що для успішного виконання офіцерами службових завдань вкрай необхідна психофізична витривалість, яка сприяє зниженню у них психоемоційної напруженості в

несприятливих умовах військово-професійної діяльності.

**Теоретичне підґрунтя.** Багатий досвід щодо розв'язання проблем, пов'язаних з професійною підготовкою майбутніх керівників до здійснення психологічної та фізичної підготовки, накопичено у педагогічній (Н. Вербин, В. Веселов, С. Жембровський, С. Мул, В. Свистун, В. Шемчук, В. Ягупов – військова галузь, В. Фотинюк – авіаційна галузь, Г. Бойко, Л. Іващенко, Л. Федотова – освіта), психологічній (Ю. Александров, М. Берштейн, О. Кокун, М. Корольчук, Г. Коробейніков, М. Макаренко – освіта, Н. Агаєв, В. Осьодло, А. Саракул, В. Ягупов – військова галузь) та освітній (Л. Пилипей – фізична культура і спорт, В. Афанасенко, О. Молоков, О. Ольховий, К. Пронтенко, С. Романчук, О. Старчук, Г. Сухорада, Ю. Фіногенов – військова галузь) науках.

Проте, у наукових працях сучасних

## Питання психології

дослідників проблема формування і розвитку психофізичної витривалості майбутніх професіоналів військового управління (далі – ПВУ) у системі військово-професійної освіти, практично, не розв'язувалась.

У зв'язку з цим, нами застосовані такі **методи дослідження:** аналіз, синтез, узагальнення та систематизація наукових джерел щодо проблеми розвитку психофізичної витривалості майбутніх ПВУ у системі військової освіти.

### **Результати і обговорення.**

Теоретичний аналіз та узагальнення психологічних і педагогічних джерел засвідчив, що проблема професійної підготовки майбутніх ПВУ викликає достатню зацікавленість у науковців. Досвід військової служби і бойовий досвід проведення АТО та ООС засвідчили, що однією з найважливіших організаційних проблем щодо військово-професійної підготовки офіцерів є формування, розвиток і вдосконалення їх провідних військово-професійних якостей, серед яких однією з інтегральних є психофізична витривалість. Її сформованість забезпечує стабільність, урівноваженість, емоційну лабільність, адекватність прояву емоцій та опірність психіки до впливу стрес-чинників військової служби на них, інтегральним проявом яких є саморегуляція ними своїх емоційних станів [10, 63].

Досвід бойових дій показує, що у системі військового управління центральною постаттю є керівник – офіцер оперативно-тактичної ланки управління, від його професійної підготовленості, професійно важливих й особистісних якостей залежить успішність виконання військовою частиною (підрозділом) бойових завдань. Основною передумовою його успішної діяльності є усвідомлення основних функцій як менеджера середньої ланки управління, а це вимагає від нього високорозвиненого практичного інтелекту, жорсткої волі, рішучості, самовладання, професійної суб'єктності, а також і психофізичної витривалості. А ці якості та

здатності має формувати та розвивати в нього система військової освіти.

Психофізична витривалість ПВУ включає психічну і фізичну складові. Для з'ясування її сутності та цілеспрямованого розвитку необхідно проаналізувати основні напрями її дослідження. Так, психологічні аспекти щодо підготовки майбутніх військових фахівців досліджують А. Богуславець, О. Бойко, Т. Мацевко, С. Мул, В. Олійник, В. Осьодло, В. Свистун, В. Стасюк, В. Шемчук, В. Ягупов та ін.

На думку В. Ягупова провідними якостями, рисами та проявами особистості військового фахівця є, такі: свідома активність, безпосередньо спрямована на військово-професійну діяльність; включення у систему суспільно-виробничих відносин шляхом виконання конкретних посадових компетенцій у певному професійному середовищі як суб'єкта військово-професійної діяльності; ступінь сформованості провідних психічних властивостей та якостей як представника певного професійного середовища та конкретного військового фахівця; це, насамперед, сформованість професійної свідомості та самосвідомості, фахової Я-концепції, системи індивідуальних цінностей військово-професійної діяльності та фахового буття; свідомо цілеспрямована саморегуляція та самодетермінація своєї поведінки й діяльності в певному військово-професійному середовищі; готовність і здатність нести усвідомлено повну відповідальність за результати, а також наслідки своїх дій, вчинків, поведінки і діяльності в межах виконання своїх посадових компетенцій; професійна суб'єктність, тобто професійна підготовленість, суб'єктна готовність і фахова здатність бути суб'єктом військово-професійної діяльності в певному професійному середовищі [17, 23].

В. Осьодло зазначає, що психологічна стійкість офіцера є найважливіша його професійна характеристика, яка розглядається як багаторівнева системна якість і формується в процесі військово-

## Питання психології

професійної підготовки. Вона розуміється як комплексне утворення таких психологічних компонентів – військово-професійних умінь, мотиваційної, емоційної, вольової (регулятивних компонентів) та інтелектуальної сфер психіки, а також і психічного здоров'я [12, 31].

Психолого-педагогічні аспекти розвитку стресостійкості військовослужбовців було досліджено В. Свистун. Вона з'ясувала, що стресостійкість детермінується їх підготовкою до дій в екстремальних умовах, комплексом тренінгів, а також особистісним і професійним досвідом. Вона вважає, що її можна формувати й розвивати [14, 203]. Вважаємо, що оптимізація співвідношення стресостійкості і військово-професійної діяльності майбутніх ПВУ досягається, в першу чергу, розвитком у нього мотивації військово-професійної діяльності, певних психічних якостей і функціональних здатностей, підвищенням загальної й спеціальної тренуваності; розвитком здатності до оптимальної мобілізації психічних, фізіологічних і фізичних можливостей організму.

Отже, у процесі психологічної підготовки майбутніх ПВУ необхідно цілеспрямовано розвивати у них психолого-педагогічну компетентність, моральні і вольові якості, управлінське мислення, емоційно-вольову стійкість, свідому активність, саморегуляцію та самодетермінацію, професійну суб'єктність та інші якості, які зумовлені конкретним військово-професійним напрямом діяльності. Низка цих завдань успішно вирішується в процесі фізичної підготовки майбутніх ПВУ, про що наголошують Н. Вербин, С. Глазунов, Л. Іващенко, С. Жембровський, О. Молоков, О. Ольховий, С. Романчук, О. Старчук, К. Пронтенко, Г. Сухорада, Ю. Фіногенов та ін.

Так, у результаті проведеного теоретичного аналізу професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх магістрів військового управління Н. Вербин

визначає, що вона орієнтована не тільки на формування фізичної готовності до майбутньої військово-професійної діяльності, а й на формування системи знань з фізичної культури [4, 27].

До напрямів підвищення ефективності підготовки до професійної діяльності майбутніх ПВУ засобами спеціальної фізичної підготовки відносимо такі: 1) доцільність використання у повсякденній діяльності, в процесі індивідуальної підготовки найбільш доступних та ефективних форм і засобів підвищення загального рівня фізичної підготовленості з використанням вправ, які забезпечують високий функціональний тонус серцево-судинної та дихальної систем організму; це використання вправ загальнотренувального впливу – переважно вправи на розвиток витривалості; 2) використання різноманітних засобів спеціальної фізичної підготовки для розвитку швидкості рухів; 3) застосування різноманітних засобів спеціальної фізичної підготовки для розвитку сили [7, 47].

Зазначимо, що професійна діяльність військовослужбовців механізованих підрозділів в умовах атаки противника пов'язана з високою за обсягом руховою активністю, в якій задіяне майже всі м'язові групи, яка передбачає постійні інтенсивні фізичні навантаження, що значно впливає на зниження функціональних резервів організму. Це свідчить про важливість регулярних і систематичних тренувань для формування психофізичної витривалості майбутніх ПВУ.

Отже, аналіз наукових джерел щодо розв'язання проблем фізичної підготовки майбутніх військових фахівців показав, що ефективність виконання завдань у процесі військово-професійної діяльності буде залежати від практичного відпрацювання ними різноманітних вправ із значним фізичним і психічним навантаженням в умовах невизначеної діяльності.

На думку науковців (Н. Агаєв, В. Ареф'єв, С. Безпалій, М. Боровик, О. Дьомін, А. Левенець, М. Линець,

## Питання психології

О. Молоков, А. Чудик) якісне виконання завдань різноманітної професійної спрямованості залежить від розвиненості фізичних якостей, а саме *витривалості*. В. Арефьев вважає, що *фізична витривалість* має особливе значення в життєдіяльності людини, оскільки дозволяє їй протягом тривалого часу підтримувати належний рівень інтенсивної діяльності, виконувати значний обсяг роботи, швидко відновлювати сили після навантажень. Він зазначає, що тривалість роботи характеризується втотою і тому вона визначає здатність організму протистояти втомі [3]. Ці рекомендації важливі для обґрунтування методики розвитку психофізичної витривалості майбутніх ПВУ.

Науковці також наголошують, що проблема психологічної підготовки має вирішуватися у комплексі з професійною підготовкою. Так, Н. Агаєв розробив модель психічних якостей успішного військовослужбовця-мироотворця, яка складається як з позитивних, так і з негативних проявів. Із восьми визначених ним проявів розширеної моделі чотири є позитивними – соціальна інтроверсія, тривожність, мужність, витривалість і чотири – негативними – оптимізм, невротичний “зверхконтроль” і емоційна лабільність, реактивна тривожність – для його професійної придатності [1, 127].

Дослідженням *психологічних засобів* підвищення професійно-психічної стійкості працівників пенітенціарних закладів займається А. Левенець, яка вважає, що їх підготовка до роботи в умовах професійного стресу є одним із ключових чинників ефективності виконання ними службових обов’язків [11].

Взаємозв’язок інтенсивності навчального процесу в ЗВО та *інтелектуальної витривалості* студентів досліджує О. Дьомін. Для створення умов для нарощування у студентів ресурсу розумової енергії та інтелектуальної витривалості необхідно, на його думку, систематично їх навантажувати завданнями для самостійної навчальної роботи, а також

заохочувати їх до помірного, але регулярного фізичного навантаження, особливо – спортивного характеру [6, 138]. На основі його дослідження можна зауважити, що тривалість часу формування витривалості до інтелектуальної праці залежить від різних чинників та їх творчого врахування.

Очевидно, що специфічне *столнення* військовослужбовців на заняттях з фізичної підготовки достатньо досліджене і тому долається *зусиллям волі*, а для подолання неспецифічних відчуттів втоми в умовах виконання завдань військово-професійної діяльності потрібно значно великі вольові зусилля. Це означає, що сформовані психічні реакції на планових заняттях з фізичної підготовки не в повній мірі проявляються при виконанні службових завдань у складних умовах. В екстремальних умовах навчально-бойової діяльності, в зв’язку з не адаптацією психіки до специфічних навантажень, військовослужбовцям не завжди зможуть посприяти сформовані навички та вміння (наприклад, рухові, сенсомоторні, розумові та ін.) виконати завдання, що підтверджує доцільність моделювання складних і небезпечних ситуацій у процесі їх психологічної підготовки, а також розвитку їх психофізичної витривалості.

Науковці (Ю. Александров, М. Берштейн, О. Кокун, М. Корольчук, Г. Коробейніков, М. Макаренко, та ін.), які досліджують різні аспекти психофізіологічної діяльності фахівців, підкреслюють необхідність формування психофізіологічної готовності щодо виконання професійних завдань тривалого характеру.

О. Кокун досліджує *психофізіологічні аспекти витривалості* майбутніх фахівців і зазначає, що психофізіологічне забезпечення формування готовності студентів до педагогічної діяльності має являти собою систему заходів, спрямованої на формування їх готовності до неї через набуття необхідної мотиваційної, фізичної,

## Питання психології

когнітивної, адаптаційної та інформаційної видів здатностей [8].

М. Корольчук у своїй науковій праці відмічає, що небезпека нервово-психічної напруженості для особистості та колективу полягає в тому, що вона проявляється в дезорганізації їх поведінки, гальмуванні раніше напрацьованих навичок і вмій, неадекватних реакціях на зовнішні роздратування, труднощі в розподілі уваги, звуженні в об'ємі уваги та пам'яті, імпульсивних діях. Такі зміни в психічній сфері безумовно негативно позначаються на рівні працездатності та безпечної діяльності фахівців [9, 27], а для професіонала військового управління нервово-психічна стійкість є невід'ємним компонентом його психофізичної підготовленості та витривалості.

Окремі аспекти *психофізичної підготовки* різних фахівців досліджували Д. Анохін, Л. Крилова, В. Пічурін, В. Фотинюк, В. Чистяков та ін. Так, для оцінювання конкурентоздатних фахівців необхідно постійно займатися контролем і корекцією їх професійної психофізичної готовності. Вони повинні мати на високому рівні професійну працездатність, необхідні фізичні та функціональні можливості організму для своєчасної адаптації до умов середовища, які швидко змінюються, здатність до повного відновлення організму в обмеженому часі, відповідно, мати мотивацію на досягнення цілей.

Д. Анохін зазначає, що для досягнення належного рівня фізичної готовності контингенту командуванням американської армії були розроблені пріоритетні напрями організації процесу його *психофізичної підготовки*. Зокрема, такі: 1) розвиток загальної витривалості як основи високої фізичної працездатності та протистояння втомі військовослужбовців, що постійно зростає; 2) розвиток їх м'язової сили та витривалості, необхідних для підтримання правильної пози і виконання необхідних обов'язків упродовж тривалого періоду часу; 3) розвиток їх військово-прикладних рухових навичок; 4) розвиток їх необхідних

психічних якостей, навичок самоконтролю в умовах фізичного і психічного стресу; 5) забезпечення раціонального вагостростового співвідношення військовослужбовців [2].

Проблеми професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх бакалаврів в авіації та космонавтиці досліджує В. Фотинюк, який обґрунтовує, на основі врахування специфіки інженерно-технічної діяльності в авіаційній галузі, структуру готовності до професійної діяльності, особистісного потенціалу авіаційного фахівця, *психофізичний потенціал професійного розвитку* як його інтегративну властивість. Вона включає мотиваційно-ціннісний, когнітивний, операційно-технологічний, діяльнісний і рефлексивний компоненти. Психофізичний потенціал виявляється фізичною, фізіологічною, психологічною та практико-теоретичною готовністю, що відповідає, на його думку, вимогам професійної діяльності [16]. Встановлений рівень зазначених різновидів готовності, які визначаються через психофізичний потенціал, відповідно впливають на розвиненість психофізичної витривалості військових професіоналів.

Слід виокремити такі основні тенденції у дослідженні психофізичної витривалості військовослужбовців, у тому числі й офіцерів. У цілому загальні питання психофізичної витривалості різних фахівців певним чином «торкнулися» у своїх дослідженнях Н. Агаєв, В. Веселов, С. Мул, В. Лавриненко, А. Левенець, С. Романчук, Л. Федотова та ін.

Формуванню психофізичних якостей у курсантів ВВНЗ на основі розвитку витривалості присвячена дисертація В. Веселова, який з'ясував, що методики розвитку загальної витривалості найбільш детально розроблені в спортивній діяльності та у фізичному вихованні школярів і студентів, а в ВВНЗ – недостатньо [5]. Суттєвим є те, що він розробив методику цілеспрямованого розвитку загальної витривалості у курсантів і виявив взаємозв'язок ступеня її розвиненості з їх

## Питання психології

іншими професійно важливими психофізичними якостями.

Предметом дослідження Л. Федотової є методика розвитку професійно важливих психофізичних якостей у майбутніх менеджерів державної служби засобами фізичної культури. Наукову новизну складають показники оцінювання їх психофізичного стану. Вона також зазначає, що їх формування має індивідуальний характер, оскільки кожен студент стикається з проблемами та реагує на них по-різному. Відповідно виконання фізичних вправ і тренування за обраним видом спорту значно сприяють виробленню у них різних морально-вольових психічних якостей. Однак у будь-якому випадку необхідні якості формуються, на її думку, тільки при свідомій і цілеспрямованій участі як викладача, так і самого студента [15, 39] як суб'єкта свідомої діяльності. У зв'язку з цим важливо здійснювати правильний підбір вправ і методик їх проведення, дотримуватися насамперед специфічних принципів їх формування, а щодо ПВУ – розвитку та вдосконалення.

Дискретність питань щодо формування психофізичних якостей студентів технічної групи спеціальності «Мікро- та наноелектроніка» досліджує С. Романчук, який з'ясував, що основними психофізичними якостями, які детермінують успішну їх професійну діяльність, є певні здатності – збереження рівноваги, координованість рухів; проста і складна швидкість реакції; розвинена витривалість (спеціальна та загальна), силова

витривалість і статична силова витривалість; гнучкість; алактатна швидкісна витривалість [13, 247].

**Висновки.** 1. Формування і розвиток необхідних професійних якостей, у тому числі й професійної витривалості представників різних галузей залежить від цілей і особливостей їх майбутньої професійної діяльності та її специфіки, їх усвідомлення та сприйняття.

2. Аналіз та узагальнення психолого-педагогічних джерел дозволив з'ясувати, що кожен напрям професійної діяльності має свої особливості, тому психофізична витривалість ПВУ залежить від їх швидкої адаптації до нових умов функціонування військової частини, органу управління та специфіки поставлених навчально-бойових і бойових завдань.

3. З'ясовано, що проблема розвитку різних видів витривалості військових фахівців є предметом дослідження багатьох науковців у різних галузях наук – у психології, психофізіології, психології і педагогіці праці, військовій психології, професійній педагогіці тощо.

4. Доведено, що науковці, які проводять наукові дослідження у різних наукових галузях, звертають особливу увагу на те, що необхідна цілеспрямована робота щодо формування і розвитку різних видів витривалості у фахівців.

5. З'ясовано, що проблема розвитку психофізичної витривалості майбутніх професіоналів військового управління не було предметом наукових досліджень.

### Список використаних джерел

1. Агаєв Н. А. Визначення психологічних якостей військовослужбовців миротворчого контингенту. *Вісник Національного технічного університету «Київський політехнічний інститут»*. 2006. Вип. 1. С. 124–129.
2. Анохін Є. Д. Фізична підготовка в арміях провідних держав НАТО : навч. метод. посіб. Львів : ЛВІ, 2005. 115 с.
3. Ареф'єв В. Г. Основи теорії та методики фізичного виховання : підр. Кам'янець-Подільський, 2011. 368 с.
4. Вербин Н. Б. Теоретичний аналіз професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх магістрів військового управління. *Військова освіта*. 2016. № 1(33). С. 27–34.

## Питання психології

5. Веселов В. И. Формирование психофизических качеств у курсантов высших военных учебных заведений на основе развития выносливости : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Москва : РГЕ, 2003. 157 с.
6. Дьомін О. А. Навчальний процес і інтелектуальна витривалість студентів. *Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України. Педагогіка, психологія, філософія*. 2013. Вип. 192 (1). С. 136–142.
7. Жембровський С. М., Сич Р. В. Спеціальна фізична підготовка майбутніх офіцерів-прикордонників як складова формування їх готовності до професійної діяльності. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Педагогіка*. 2019. Вип. 3. С. 45–56.
8. Коқун О. М. Психофізіологічне забезпечення готовності студентів до педагогічної діяльності : монографія. Київ : Педагогічна думка, 2008. 296 с.
9. Корольчук М. С. Психофізіологія діяльності : підручник. Київ, 2009. 400 с.
10. Костів С. Ф. Психолого-педагогічний аналіз проблем психофізичної витривалості офіцерів у військово-професійній діяльності в науковій літературі та військовій практиці. *Scientific letters*. 2018. Vol. 6, № 3. P. 62–66.
11. Левенець А. Є. Психологічні засоби підвищення професійно-психологічної стійкості працівників пенітенціарних закладів. *Вісник пенітенціарної асоціації України*. 2017. № 2. С. 62–69.
12. Осьодло В. І. Діагностика, формування і розвиток психологічної готовності до професійної діяльності: методичні аспекти. *Військово-спеціальні науки. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка*. 2015. Вип. 1. С. 30–32.
13. Романчук С., Людовік Т. Дискретність питань формування психофізичних якостей студентів технічної групи спеціальності мікро- та наноелектроніка. *Молода спортивна наука України*. Львів, 2015. С. 244–249.
14. Свистун В. І. Психолого-педагогічні аспекти розвитку стресостійкості військовослужбовців. *Проблеми освіти*. 2018. Вип. 88 (2). С. 196–205.
15. Федотова Л. В. Методика развития профессионально важных психофизических качеств у будущих менеджеров государственной службы средствами физической культуры : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Хабаровск, 2006. 171 с.
16. Фотинюк В. Г. Професійно-прикладна фізична підготовка майбутніх бакалаврів з авіації та космонавтики : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.02. Київ, 2014. 239 с.
17. Ягупов В. В. Морально-психологічне забезпечення : курс лекцій. Київ : ВПЦ «Київський університет», 2002. 349 с.

## References

1. Ahaiev, N. A. (2006). Vyznachennia psykholohichnykh yakosteі viiskovosluzhbovtstv myrotvorchoho kontynhentu [Determining the psychological qualities of peacekeepers]. *Visnyk Natsionalnoho tekhnichnoho universytetu «Kyivskiy politekhnichnyi instytut»*, 1, 124–129 (in Ukrainian).
2. Anokhin, Ye. D. (2005). Fizychna pidhotovka v armiakh providnykh derzhav NATO [Physical training in the armies of leading NATO countries]. *Lviv*, 115 (in Ukrainian).
3. Arefiev, V. H. (2011). Osnovy teorii ta metodyky fizychnoho vykhovannia [Fundamentals of the theory and methods of physical education]. *Kamianets-Podilskiy*, 368 (in Russian).
4. Verbyn, N. B. (2016). Teoretychnyi analiz profesiino-prykladnoi fizychnoi pidhotovky maibutnikh mahistriv viiskovoho upravlinnia [Theoretical analysis of professional and applied physical training of future masters of military management]. *Viiskova osvita*, 1(33), 27–34 (in Ukrainian).
5. Veselov, V. Y. (2003). Formyrovanye psykhofyzycheskykh kachestv u kursantov vysshykh voennykh uchebnykh zavedenyi na osnove razvytyia vynoslyvosty [Formation of psychophysical qualities in cadets of higher military educational institutions based on the development of endurance] (Candidate's dissertation). *Moskva*, 157 (in Russian).
6. Domin, O. A. (2013). Navchalnyi protses i intelektualna vytryvalist studentiv [Learning process and intellectual endurance of students]. *Naukovyi visnyk Natsionalnoho universytetu bioresursiv i pryrodokorystuvannia Ukrainy*, 192(1), 136–142 (in Ukrainian).
7. Zhembrovskiy, S. M., Sych, R. V. (2019). Spetsialna fizychna pidhotovka maibutnikh ofitseriv-prykordonnykiv yak skladova formuvannia yikh hotovnosti do profesiinoi diialnosti [Special physical training of future border guards as a component of forming their readiness for professional activity]. *Visnyk Natsionalnoi akademii Derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy*, 3, 45–56 (in Ukrainian).

## Питання психології

8. Kokun, O. M. (2008). Psykhofiziologichne zabezpechennia hotovnosti studentiv do pedahohichnoi diialnosti [Psychophysiological support of students' readiness for pedagogical activity] (Monograph). Kyiv : Pedahohichna dumka, 296 (in Ukrainian).
9. Korolchuk, M. S. (2009). Psykhofiziologhiia diialnosti [Psychophysiology of activity]. Kyiv, 400 (in Ukrainian).
10. Kostiv, S. F. (2018). Psykholoho-pedahohichniy analiz problem psykhofizychnoi vytryvalosti ofitseriv u viiskovo-profesiinii diialnosti v naukovi literaturi ta viiskovii praktytsi [Psychological and pedagogical analysis of the problems of psychophysical endurance of officers in military-professional activity in the scientific literature and military practice]. Scintific letters, 6, 3, 62–66 (in Ukrainian).
11. Levenets, A. Ye. (2017). Psykholohichni zasoby pidvyshchennia profesiino-psykholohichnoi stiikosti pratsivnykiv penitentsiarnykh zakladiv [Psychological means of increasing the professional and psychological stability of employees of penitentiary institutions]. Visnyk penitentsiarnoi asotsiatsii Ukrainy, 2, 62–69 (in Ukrainian).
12. Osodlo, V. I. (2015). Diahnastyka, formuvannia i rozvytok psykholohichnoi hotovnosti do profesiinnoi diialnosti [Diagnosis, formation and development of psychological readiness for professional activity]. Visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka, 1, 30–32 (in Ukrainian).
13. Romanchuk, S., Liudovik, T. (2015). Dyskretnist pytan formuvannia psykhofizychnykh yakosteiv studentiv tekhnichnoi hrupy spetsialnosti mikro- ta nanoelektronika [Discreteness of questions of formation of psychophysical qualities of students of technical group of a specialty micro- and nanoelectronics]. Moloda sportyvna nauka Ukrainy, 244–249.
14. Svystun, V. I. (2018). Psykholoho-pedahohichni aspekty rozvytku stresostiikosti viiskovosluzhbovtziv [Psychological and pedagogical aspects of the development of stress resistance of servicemen]. Problemy osvity, 88(2), 196–205 (in Ukrainian).
15. Fedotova, L. V. (2006). Metodyka rozvytyia professyonalno vazhnykh psykhofizycheskykh kachestv u budushchykh menezherov hosudarstvennoi sluzhby sredstvamy fizycheskoi kultury [Methods of development of professionally important psychophysical qualities in future managers of the civil service by means of physical culture] (Candidate's dissertation). Khabarovsk, 171 (in Russian).
16. Fotyniuk, V. H. (2014). Profesiino-prykladna fizychna pidhotovka maibutnikh bakalavriv z aviatsii ta kosmonavytyky [Professional and applied physical training of future bachelors in aviation and astronautics] (Candidate's dissertation). Kyiv, 239 (in Ukrainian).
17. Yahupov, V. V. (2002). Moralno-psykholohichne zabezpechennia [Moral and psychological support]. Kyiv, 349 (in Ukrainian).

### Резюме

**Ягупов В.** доктор педагогических наук, профессор, Национальный университет обороны Украины имени Ивана Черняховского

**Жембровський С.** кандидат педагогических наук, доцент, Национальный университет обороны Украины имени Ивана Черняховского

**Костив С.** Национальный университет обороны Украины имени Ивана Черняховского

### ПРОБЛЕМА УСОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПСИХОФИЗИЧЕСКОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ ПРОФЕССИОНАЛОВ ВОЕННОГО УПРАВЛЕНИЯ В НАУЧНОЙ ЛИТЕРАТУРЕ

*В статье проанализированы психологические и педагогические источники по решению проблемы психофизической выносливости офицеров и ее развития в научной литературе. Обобщены результаты исследований психофизической выносливости будущих специалистов в различных сферах деятельности. Особое внимание обращено на обобщение исследований, касающихся развития психофизической выносливости офицеров.*

*Установлено, что сформированность психофизической выносливости обеспечивает стабильность, уравновешенность, эмоциональную лабильность, адекватность проявления эмоций и сопротивляемость психики к стресс-факторов военной службы, интегральным проявлением которых является саморегуляция эмоциональных состояний офицера.*

**Ключевые слова:** выносливость; физическая выносливость; психофизическая выносливость; физическая подготовка; психологическая подготовка; офицер.

**Summary**

**Yahupov V.** doctor of pedagogical sciences, professor, National Defense University of Ukraine named after Ivan Chernyakhoskyi

**Zhembrovskiy S.** candidate of pedagogical sciences, associate professor, National Defense University of Ukraine named after Ivan Chernyakhoskyi

**Kostiv S.** National Defense University of Ukraine named after Ivan Chernyakhoskyi

**THE PROBLEM OF IMPROVING THE PSYCHOPHYSICAL ENDURANCE OF MILITARY MANAGEMENT PROFESSIONALS IN SCIENTIFIC LITERATURE**

**Introduction.** Currently, the state is in a difficult geopolitical situation, which involves strengthening the Armed Forces of Ukraine, especially their staffing. In particular, the military-professional activity of officers of military administration bodies consists in the performance of official duties in the conditions of constant influence of adverse factors that lead to increased mental and physical tension and negatively affect their military-professional activity. It should be aimed at the formation of their relevant military-professional competencies, which will help them to successfully perform professional tasks in extreme situations. Combat experience in eastern Ukraine shows that psychophysical endurance is extremely necessary for officers to successfully perform their official duties, which helps to reduce their psycho-emotional tension in adverse conditions of military-professional activity.

The **purpose** is to analyze the scientific literature to find ways to improve the psychophysical endurance of future military management professionals.

**Methods.** Analysis, system and generalization of scientific sources on the development of professionally important qualities of future military specialists and psychophysical endurance of officers of operational and tactical level.

**Originality.** The results of the synthesis and systematization of scientific and literary sources are used to determine the directions of further research on the development of psychological and physical endurance of the officers of operational and tactical level of management in the system after graduation. The one of the most important component in the training of future professionals in military management is the development of psychological and physical endurance in the process of preparation of military experts has been determined. The essence of military education, which consists in education, independent development and psychological training of the servicemen has been emphasized. The process of the training future officers as a social and pedagogical process, determined by the needs of the state has been defined.

**Conclusion.** The formation and development of the necessary professional qualities, including professional endurance of representatives of various industries depends on the goals and features of their future professional activity and its specifics, their awareness and perception. Analysis and generalization of psychological and pedagogical sources revealed that each area of professional activity has its own characteristics, so psychophysical endurance PVU depends on their rapid adaptation to new conditions of the military unit, the governing body and the specifics of training and combat and combat tasks. It was found that the problem of development of different types of endurance of military specialists is the subject of research of many scientists in different fields of science - in psychology, psychophysiology, psychology and pedagogy of labor, military psychology, professional pedagogy and more.

**Key words:** endurance; physical endurance; psychological and physical endurance; physical training; psychological preparation; officer.

Автори заявляють об відсутності конфлікту інтересів.

Received/Поступила: 04.11 20