

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-367-5-24>

**PSYCHO-PHYSICAL TRAINING AS A KEY COMPONENT
OF THE PROFESSIONAL ACTIVITY OF SECURITY
AND DEFENCE SECTOR PERSONNEL**

**ПСИХОФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ЯК ОСНОВНА СКЛАДОВА
ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СПІВРОБІТНИКІВ СЕКТОРУ
БЕЗПЕКИ І ОБОРОНИ**

Otkydach V. S.

*Phd (Physical Education and Sport),
Senior Lecturer at the Department
of Special Physical
and Combat Training
National Academy of the Security
Service of Ukraine
Kyiv, Ukraine*

Откидач В. С.

*доктор філософії,
старший викладач кафедри
спеціальної фізичної
і бойової підготовки
Національна академія
Служби безпеки України
м. Київ, Україна*

Korchagin M. V.

*Phd (Physical Education and Sport),
Associate Professor,
Professor at the Department № 3
Institute of Legal Personnel Training
for the Security Service of Ukraine
Yaroslav Mudryi National
Law University
Kharkiv, Ukraine*

Корчагін М. В.

*кандидат наук з фізичного виховання
і спорту, доцент,
професор кафедри № 3 Інституту
підготовки юридичних кадрів
для Служби безпеки України
Національний юридичний
університету
імені Ярослава Мудрого
м. Харків, Україна*

Maniak S. V.

*Postgraduate Student
Prydniprovsk State Academy
of Physical Culture and Sports
Dnipro, Ukraine*

Маняк С. В.

*аспірант
Придніпровська державна академія
фізичної культури і спорту
м. Дніпро, Україна*

The main advantages of modern professional armies are the possibility of selecting for military service persons who best meet the standards of mental and physical fitness for military service, as well as the imposition of increased requirements for their military and professional training [1]. Taking into account the peculiarities of participation of the security and defence sector units in military operations and the experience of combat operations, the psychophysical readiness of servicemen to perform assigned tasks, in the

formation of which special physical training plays a major role, is becoming increasingly important [1].

The events of recent years have shown the importance of the psychological and physical readiness of servicemen to conduct combat operations, to perform tasks in extreme conditions, the ability to overcome the effects of increased stress on the psyche, their ability to successfully withstand the impact of various stressors, while maintaining high performance. The problem of psychological readiness is of particular importance in the professional activities of military professionals. This is due to the peculiarities of military professional activity and its high social significance for the protection of state interests and the country's defence capability.

In the works of scientists (Romanchuk S.V., 2009, Raevskiy R.T., 2010, Myronets S. M., 2013, Pylypey L. P., 2013, Khomchak R. B., 2017, Pichurin V. V., 2017) studied the basic provisions of vocational and applied and psychophysical training [2, 3, 4, 5, 6, 7].

The problem of psychophysical training in higher education institutions has been studied (Romanchuk S. V. 2009, Popovych O. I. 2010, Gusak O. D. 2011, Afonin V., Kizlo L., Fedak S. S. 2013, Dyorova O. M. 2018) [2; 7; 8; 9; 10].

According to V.V. Pichurin, psychophysical training of students during physical education classes is intended to purposefully contribute to the effectiveness of professional training and the achievement of high and sustainable performance in the performance of professional functions [11].

Psychophysical training is carried out in various fields of human activity. Physical training means are actively used to solve the problems of psychological training of the military personnel of the Armed Forces of Ukraine and other military formations. In recent years, such scientists as Romanchuk S. V. 2010, 2011, Gusak O. D. 2011, Popovych O. I., Fedak S. S. 2011, Nedviga O. V. 2019, Otkidach V. S. 2023 in their studies have established that physical exercises are one of the means of active influence on the psyche of servicemen [7; 8; 12; 13].

In his works, O. D. Husak formulates the peculiarities of the use of physical training forms in order to form the psychological readiness of servicemen to perform assigned tasks. According to the results of the research, the impact of obstacle course training on the psychological readiness of servicemen was analysed. Overcoming obstacles is a section of physical training, which, due to its military-applied orientation, helps to solve many problems of psychological training of servicemen [8].

Nedviga O. V. studied the psychological support of the professional activity of military engineers in special conditions [12].

The main purpose of psychological training is to develop mental stability and psychological readiness for combat (performing assigned tasks) in personnel.

The main tasks of psychological training are as follows:

- ensuring the sustainability of a serviceman's psychological readiness to defend the homeland, to act decisively during training tasks, to be ready to take risks and face danger;

- developing mental resilience in servicemen to the psychotraumatic factors of modern warfare and prolonged overload;

- teaching them methods of preventing psychological trauma, self-regulation, and identifying signs of psychological trauma;

- providing first aid;

- creating the preconditions for high combat activity of servicemen;

- adaptation of servicemen to combat conditions, their training in basic methods of self-defence;

- reducing psychological trauma, improving the level of professional and combat skills and abilities, physiological and psychological endurance of servicemen.

Taking into account the peculiarities of psychological training, it can be stated that

- 1) physical training should include marching and all-around, overcoming fire lanes with explosive effects, overcoming the "scout's path" (assault lanes) immediately after cross-country training, moving over rough terrain, including mountain training, boxing and hand-to-hand combat in training;

- 2) for special training, elements of simulation, training in unfamiliar terrain with conditional loss of communication, under conditions of exposure to toxic substances, gathering personnel at different times of the day, performing tasks with reduced personnel with increased mental stress, throwing combat grenades, overcoming water obstacles with weapons as part of a unit are important.

Priority in the training of servicemen is given to military applied and special physical training, which is achieved

- concentration of efforts on the formation and development of the most important military-applied skills and abilities;

- priority use of physical exercises that reflect the peculiarities of military professional activity of servicemen of various specialities;

- inclusion of military applied and special exercises, techniques and actions in the content of classes;

- creating a regime of physical and psychological stress that corresponds to the level of tension in the course of combat activities;

– conducting comprehensive physical training classes in combination with elements of tactical and specialised training and other combat training subjects.

The professional activity of military professionals places high demands on the physical and psychological qualities of the personnel of military units and subunits of the Armed Forces of Ukraine. Therefore, the effectiveness of their service and combat activities is determined by a complex of psychophysical means that contribute to increasing the reserve capabilities of the body and ensuring its optimal performance in conditions of increased tension (training and combat activities) [1].

In this regard, it is important to search for new approaches to address the issues of psychophysical training of servicemen to perform combat training tasks in different conditions.

References:

1. Комплекси спеціальних фізичних вправ для колективної підготовки військовослужбовців та підрозділів Збройних Сил України. Методичний посібник, затверджений начальником Головного управління підготовки ЗС України-заступником начальника ГШ ЗС України. ВП 7-00(01).01.

2. Романчук С.В. Заняття фізичною підготовкою як засіб формування індивідуальних і групових психологічних характеристик курсантів / С.В. Романчук, О.І. Попович // Молода спортивна наука України. Львів: НВФ «Українські технології», 2009. Вип.. 14. Т. 2. С. 201–205.

3. Миронець С.М. Формування психологічної готовності рятувальників міжнародних гуманітарних місій. Питання психології. Вісник національного університету оборони України 3 (34). 2013-254-259 с.

4. Пилипей Л.П. Фізичне виховання: професійно-прикладна фізична підготовка студентів у ВНЗ: навчально-методичний посібник / Л.П. Пилипей. Суми: ДВНЗ «УАБС НБУ», 2013. 156 с.

5. Хомчак Р.Б., Бойко В.О. Педагогічні аспекти психологічної підготовки військовослужбовців в сучасних умовах. Історичні, соціальні та організаційні аспекти проблем дослідження воєнної науки і освіти. 2017. 137–141 с.

6. Пічурін В.В. Особливості взаємозв'язку фізичної підготовленості і психофізичних характеристик у студентів / В.В. Пічурін // Наук. Часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова. – Сер. 15: Фізичне виховання і спорт: зб. Наук. Пр.. 2017. Вип. 84. С. 365–368.

7. Попович О.І., Федак С.С., Романчук С.В. Спеціальна фізична підготовка як засіб адаптації до стрес-факторів навчально-бойової і бойової діяльності військовослужбовців. Педагогіка, психологія та

медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту № 11. 2010-88–90 с.

8. Гусак О.Д., Романчук С.В. Роль фізичної підготовки у вирішенні завдань психологічної підготовки військовослужбовців. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. № 4. 2011-61–64 с.

9. Афонін В., Кізло Л.Ю. Федак С.. Психічний стан та результативність фізичної діяльності військовослужбовців Молода спортивна наука України. 2013. Т. 2. С. 10–14.

10. Дьорова О.М. Етапи становлення наукових поглядів на категорію «Психофізична готовність». Юридичний науковий електронний журнал. № 6. 2018-30-33 с.

11. Пічурін В.В. Теоретико-методологічні основи психофізичної підготовки студентів інженерних спеціальностей в процесі фізичного виховання: монографія. Дніпро: ПДАФКіС. 2017. 393 с.

12. Недвига О.В. Психологічне забезпечення професійної діяльності військовослужбовців-саперів в особливих умовах діяльності. Дис..канд.псих.наук. 19.00.09. Київ. 2019. 257 с.

13. Откидач В.С. Формування психофізичної готовності військовослужбовців. ХІХ міжнародна наукова конференція Харківського національного університету Повітряних Сил імені Івана Кожедуба «Новітні технології – для захисту повітряного простору» : тези доповідей, 12–13 квітня 2023 року. Х.: ХНУПС ім. І. Кожедуба, 2023. С. 584–585.