

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет фізичної культури
Кафедра спорту і спортивних ігор

**Кваліфікаційна робота
на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»**

з теми «ВПЛИВ ЗАНЯТЬ СИЛОВОЇ СПРЯМОВАНОСТІ НА ФІЗИЧНИЙ ТА
МОРАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ»

Виконала: здобувачка вищої освіти
освітньої програми Тренер з видів спорту
спеціальності 017 Фізична культура і спорт
заочної форми здобуття вищої освіти
Каракузова Лідія Анатоліївна

Керівник: Костюкевич В. М., доктор наук з
фізичного виховання та спорту, професор,
професор кафедри спорту і спортивних ігор
Рецензент: Боднар А. О., кандидат
педагогічних наук доцент, доцент кафедри
теорії і методики фізичного виховання

Кам'янець-Подільський, 2025 р.

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ І СКОРОЧЕНЬ.....	3
ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ОРГАНІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОЇ ТА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ В ЗБРОЙНИХ СИЛАХ УКРАЇНИ	7
1.1. Особливості фізичної підготовки військовослужбовців Збройних Сил України.....	7
1.2. Загальна характеристика психологічної підготовки військовослужбовців	21
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ	32
2.1. Методи дослідження.....	32
2.2. Організація дослідження.....	34
РОЗДІЛ 3. ФІЗИЧНА ТА ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДО УМОВ ПРОХОДЖЕННЯ ВІЙСЬКОВОЇ СЛУЖБИ В ЗБРОЙНИХ СИЛАХ УКРАЇНИ	36
3.1. Удосконалення фізичної та психологічної підготовленості військовослужбовців	36
3.2. Динаміка показників фізичної підготовки військовослужбовців засобами силової спрямованості	51
3.3. Аналіз показників психологічної підготовки та засобів фізичної рекреації військовослужбовців.....	55
ВИСНОВКИ.....	59
СПИСОК ВИКОРАСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	62

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ І СКОРОЧЕНЬ

ФП – фізична підготовка;

ЗФП – загальна фізична підготовка;

СФП – спеціальна фізична підготовка;

ЗСУ – Збройні Сили України;

ОРА – опорно-рухомий апарат;

АТ – артеріальний тиск;

ФСР – фізкультурно-спортивна реабілітація;

РА – рухова активність;

САН – самопочуття, активність, настрій;

СОП – спортивно-оздоровчі послуги;

ФОЗ – фізкультурно-оздоровчі заняття;

ФР – фізична рекреація;

ЧСС – частота серцевих скорочень;

КСВ – комплексна силова вправа.

ВСТУП

Актуальність дослідження. У сучасних умовах професійна діяльність військовослужбовців супроводжується значними фізичними та психологічними навантаженнями, що можуть негативно впливати на їхній загальний стан і боєздатність [40; 52]. Тривалий стрес, високі вимоги до фізичної витривалості та психоемоційної стійкості обумовлюють необхідність розробки ефективних методів підтримки здоров'я військових [31; 45]. Одним із перспективних напрямів є впровадження занять силової спрямованості, які сприяють розвитку фізичних якостей, підвищенню рівня адаптації до навантажень та зменшенню впливу стресових факторів [24; 34].

Збройні Сили України перебувають у стані активного протистояння, що висуває підвищені вимоги не лише до професійних умінь військових, а й до їхнього фізичного та морально-психологічного стану [49; 58]. Регулярні фізичні навантаження, особливо силового спрямування, довели свою ефективність у формуванні необхідних фізичних якостей – сили, швидкісно-силової витривалості, стійкості до перевантажень, а також у зниженні рівня психоемоційного напруження [8; 11; 25].

Наукові дослідження останніх років засвідчують тісний взаємозв'язок між фізичною активністю та психологічною стабільністю особистості [32; 33; 53]. Силові тренування сприяють підвищенню рівня самоконтролю, впевненості у власних можливостях, зниженню рівня тривожності та агресивності. Для військовослужбовців ці чинники мають першочергове значення, оскільки їхня професійна діяльність часто супроводжується високим рівнем стресу, небезпеки та емоційного виснаження [15].

Таким чином, дослідження впливу занять силової спрямованості на фізичний та морально-психологічний стан військовослужбовців є актуальним завданням сучасної військової науки та практики. Результати роботи можуть бути використані для вдосконалення системи фізичної підготовки у Збройних

Силах України, підвищення ефективності професійної діяльності та збереження здоров'я особового складу.

Об'єкт дослідження – фізичний та морально-психологічний стан військовослужбовців.

Предмет дослідження – вплив занять силової спрямованості на фізичний та морально-психологічний стан військовослужбовців.

Мета дослідження – визначити вплив рекреаційно-оздоровчих занять силової спрямованості на фізичний та морально-психологічний стан військовослужбовців.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати теоретичні аспекти рекреаційно-оздоровчих занять силової спрямованості та їхній вплив на організм людини.
2. Вивчити особливості фізичного та морально-психологічного стану військовослужбовців у сучасних умовах.
3. Визначити динаміку показників фізичної підготовки та дослідити ефективність силових тренувань у покращенні фізичних показників і психологічної стійкості військовослужбовців.

Методи дослідження. Для досягнення поставленої мети використано комплексний підхід, що включає аналіз наукової літератури, педагогічні методи дослідження, тестування фізичних та психологічних показників військовослужбовців, а також метод математичної статистици.

Наукова новизна отриманих результатів полягає у визначенні специфічного впливу силових занять на стан військовослужбовців та обґрунтуванні ефективності їх застосування в системі фізичної підготовки.

Теоретичне та практичне значення одержаних результатів.

Теоретичне значення. Отриманні результати дослідження можуть бути перспективними напрямками подальших досліджень, зокрема, вивчення ефективності різних видів силових програм (кросфіт, функціональний тренінг, тренування з бронезилетом).

Практичне значення полягає в можливості використання розроблених рекомендацій для покращення фізичної та морально-психологічної стійкості військовослужбовців, що може сприяти підвищенню їх боєздатності та професійної ефективності.

Апробація результатів дослідження. Основні результати кваліфікаційної роботи обговорювались на звітній науковій конференції студентів, магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (м. Кам'янець-Подільський 09–10 квітня 2025 року).

Публікації. Результати дослідження за темою кваліфікаційної роботи магістра висвітлені в одній науковій статті.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота викладена на 69 сторінках друкованого тексту. Складається з переліку умовних позначень і скорочень, вступу, трьох розділів, висновків, списку використаної літератури, що налічує 60 джерел. Результати дослідження ілюстровані 1 таблицею та 30 рисунками.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури засвідчують, що фізична підготовка відіграє важливу роль у професійній діяльності військовослужбовців. Регулярні фізичні навантаження, особливо силового спрямування, довели свою ефективність у формуванні необхідних фізичних якостей – сили, швидко-силової витривалості, стійкості до перевантажень, а також у зниженні рівня психоемоційного напруження.

Наукові дослідження останніх років засвідчують тісний взаємозв'язок між фізичною активністю та психологічною стабільністю особистості. Силіві тренування сприяють підвищенню рівня самоконтролю, впевненості у власних можливостях, зниженню рівня тривожності та агресивності. Для військовослужбовців ці чинники мають першочергове значення, оскільки їхня професійна діяльність часто супроводжується високим рівнем стресу, небезпеки та емоційного виснаження.

2. У ході експерименту підтверджено, що вже протягом 24 тижнів регулярних занять відбувається суттєве підвищення фізичної працездатності: збільшується кількість підтягувань, покращуються результати у бігу на середні дистанції, підвищується рівень загальної витривалості та функціональної готовності серцево-судинної й дихальної систем.

3. Результати дослідження довели важливий психологічний ефект силових занять. Регулярне виконання вправ сприяло зменшенню рівня ситуативної та особистісної тривожності, розвитку стресостійкості та формуванню впевненості у власних силах. Військовослужбовці, які брали участь у програмі, продемонстрували вищий рівень морально-вольових якостей, таких як рішучість, наполегливість, здатність до подолання труднощів. Це безпосередньо позначається на бойовій готовності та психологічній стійкості особового складу.

4. Виявлено фактори, що впливають на розвиток психологічної підготовки військовослужбовців, зокрема: рівень агресивності (11 %), оцінка самопочуття

(23 %), оцінка рівня стресу (15 %), оцінка мотивації (16 %), рівень бойового духу (12 %), стресостійкість (9 %), оцінка рівня тривожності (14 %).

4. У результаті експерименту з'ясовано, що використання моделей занять силової спрямованості дозволило якісно впливати на результати фізичної та психічної підготовки військових. За результатами проведеного педагогічного експерименту встановлено, що використання моделей дозволило якісно підвести результати з вибухової сили (ривок гирі). Також, за результатами проведених занять силової спрямованості покращився морально-психологічний стан військовослужбовців.

5. З метою розширення адаптаційних можливостей організму необхідно застосовувати якомога ширше коло вправ, варіативно змінювати вправи і режими їх виконання і в одному занятті, і в системі суміжних занять.

6. За допомогою проведеного дослідження визначені інтереси і можливості військових. Встановлені причини, які спонукають їх до занять фізичною рекреацією.

7. Причини, які характеризують позитивне особисте ставлення військових до функціонування фізичної рекреації і найбільше впливають на процес їх залучення саме: спілкування з друзями (22 %), спосіб відновлення та збереження свого здоров'я (28,6 %), отримання задоволення від занять (13 %) та необхідна зміна діяльності (15 %), і набуття нових емоцій (1 %). Загалом, 79,8 % військових вважають за потрібне займатися фізичною культурою і спортом у війську.

8. Можна стверджувати, що заняття силової спрямованості мають багатовекторний позитивний вплив на військовослужбовців.

9. Розроблена програма занять силової спрямованості може бути впроваджена у систему фізичної підготовки військових частин. Вона застосовується як у підготовчий, так і в основний період навчально-бойового процесу, забезпечуючи не лише фізичне вдосконалення, але й психологічну адаптацію до складних умов служби.

10. Перспективними напрямками подальших досліджень є:

- вивчення ефективності різних видів силових програм (кросфіт, функціональний тренінг, тренування з бронезилетом);
- аналіз впливу силових навантажень на військовослужбовців різних вікових груп і спеціалізацій;
- дослідження поєднання силової підготовки з іншими видами фізичних вправ (аеробними, координаційними, відновлювальними).

СПИСОК ВИКОРАСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андреева О. В. Фізична рекреація різних груп населення : монографія. Київ : ТОВ «НВП Поліграфсервіс», 2014. С. 148–149.
2. Антошків Ю.М., Ковальчук А.М., Баран Ю.С. Мотивування курсантів та студентів до занять фізичним вихованням і спортом. Вісник Львівського державного університету безпеки життєдіяльності : зб. наук. пр. Львів : ЛДУ БЖД, 2019. № 3 С. 197–200.
3. Барков В.І., Вербин Н.Б., Глазунов С.І., Жембровський С.М., Петрачков О.В. Забезпечення фізичної підготовки військовослужбовців: навч. посібн. К. : НУОУ, 2016. С. 45–47.
4. Безверхня Г.В., Мельник С.А., Ковальчук В.Я., Цибульська В.В. Особливості фізичної підготовленості людини в різні вікові періоди. *Controversial Issues in Science and Education: Conference Proceedings of the 1st. 2021.* С. 76–85.
5. Бородін ЮА., Красота В.М, Ольховий О.М., Піддубний О.Г. Вплив несприятливих факторів військово-професійної діяльності на фізичний стан офіцерів – спеціалістів операторського профілю. В: Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наукових праць. Єраков СС, редактор. 2006;6:10–12.
6. Бунєєв Т.В., Сіцинський А.С., Сінкевич С. В. Педагогічна діяльність як основа професійної підготовки офіцера-управлінця (психологопедагогічний аспект) : навч. посіб. Хмельницький : Вид-во Нац. акад. Держ. Прикордонної служби України ім. Б. Хмельницького, 2015. С. 184–185.
7. Вербин Н.Б., Височіна Н.Л., Костів С.Ф., Петрачков О.В., Свистун В.І., Шемчук В.А. Витривалість військовослужбовців та методика її розвитку. Навч.-метод. посібник. К. : НУОУ, 2020. С. 100–103.
8. Височіна Н.Л. Психологічне забезпечення у системі підготовки спортсменів в олімпійському спорті : [моногр.]. К. : Центр учбової літератури, 2017. С. 202–204.

9. Височіна Н., Білошицький В., Малахова О. Фізична підготовка і спорт у збройних силах України: проблеми та перспективи. Військова освіта. №1 (43). 2021. С. 43–55.

10. Гресь М, Пацалюк К. Стан показників фізичного розвитку студентів спеціальності «Правоохоронна діяльність». Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2021;1:24–29 DOI: 10.32652/tmfvs.2021.1.24–29.

11. Демінський О. Ц. Мотиваційний компонент самопізнання та його роль у фізичній підготовці майбутніх офіцерів. Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія : Педагогічні та психологічні науки. Нац. акад. Держ. прикордон. служби України ім. Богдана Хмельницького. Хмельницький : Вид-во НАДПСУ, 2018. С. 41–43.

12. Збірник стандартів психологічної підготовки у Збройних Силах України: метод. посіб. За редакцією генерал-майора В. Клочкова. К. : НДЦ ГП ЗС України, 2023. С. 99–100.

13. Каракузова Л. Збірник матеріалів наукових досліджень студентів і магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Факультет фізичної культури [Електронний ресурс] / [редкол. І.І. Стасюк відп. ред. та ін.]. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2025. Вип. 17. С. 77–79.

14. Кокурн О.М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності : [монографія]. К. : Міленіум, 2004. С. 145–146.

15. Концептуальні напрями удосконалення системи фізичної підготовки і спорту у Збройних Силах України в умовах їх реформування та розвитку. Матеріали засідання секції воєнно-наукової ради за воєнно-теоретичною проблематикою МОУ (за досвідом АТО). Збірник виступів Грищенко Д.С. К.: НУОУ, 2016. С. 5–12.

16. Костів С.Ф. Емоційно-вольова стійкість майбутніх військових фахівців. Київ : Військова освіта. Київ, 2017. № 2 (36). С. 107–116.

17. Костів С.Ф. Критерії, показники і рівні оцінювання розвитку психофізичної витривалості майбутніх професіоналів військового управління. Військова освіта. Збірник наукових праць. Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського. Київ, 2018. Вип. 37, №1. С. 166–173.

18. Костюкевич В.М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту). Вінниця, 2014. С. 500–506.

19. Костюкевич В.М., Шинкарук О.А., Воронова В.І., Борисова О.В. Основи науково-дослідної роботи магістрантів та аспірантів у вищих навчальних закладах (спеціальність: 017 Фізична культура і спорт). Вінниця : ТОВ «Нілан-ЛТД», 2016. С. 487–490.

20. Кошура А.В. Теорія і методика спортивних тренувань: навч. посіб. Чернівці : Чернівець. нац. ун-т ім. Ю.Федьковича, 2021. С. 56–60.

21. Криворучко П.П., Хміляр О.Ф. Морально-психологічний стан військового підрозділу: оцінка та прогнозування. Київ : Молода нація; 2005. С. 34.

22. Круцевич Т.Ю., Безверзня Г.В. Рекреація у фізичному вихованні різних верств населення. Київ: Олімпійська література, 2010. С. 200.

23. Кутек Т.Б., Вовченко І.І. Основи теорії і методики спортивної підготовки: навчальний посібник. Житомир : ЖДУ імені Івана Франка, 2022 С. 30–35.

24. Маляренко А. П. Шляхи удосконалення процесу фізичної підготовки військовослужбовців збройних сил України. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Вип. 6. 2018. С. 54–58.

25. Мацевко Т.М. Психологічні особливості розвитку управлінської компетентності майбутніх магістрів військового профілю : дис.... канд. психол. наук : 19.00.09 / Національна академія оборони України. Київ, 2007. С. 103–104.

26. Меркоєв А.А. Загальна теорія підготовки спортсменів : навчально-методичний комплекс. Уманський ДПУ імені Павла Тичини. Кафедра теорії і мет. фіз. Виховання. Умань : ПП Жовтий, 2011. С. 47–49.

27. Методичний посібник «Контроль стану фізичної готовності військовослужбовців», ТКП 7-72 (03).01, жовтень 2021. С. 21–22.

28. Методичні рекомендації з організації фізичної підготовки в особливий період. Кол. авт.; за ред. Ю.С. Фіногенова. К. : НУОУ ім. Івана Черняховського, 2015. С. 25–26.

29. Наказ командувача Сухопутних військ Збройних Сил України від 11 грудня 2020 року № 960 «Настанова з фізичної підготовки у Сухопутних військах Збройних Сил України»

30. Овчарук І.С. Теорія та організація фізичної підготовки військ : [навч.-метод. посібник в 2-х частинах]. Одеса : Військова академія, 2014. Ч.1. С. 187–188.

31. Овчарук І., Сидорченко К. Аналіз фізичного стану курсантів 1-го курсу факультету Військового інституту на початковому етапі навчання. В: Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. зб. наукових праць. Єрмаков СС, редактор. 2010;11:72–76.

32. Організація психологічної підготовки у Збройних Силах України: навч.-метод. посіб. За редакцією генерал-майора В. Клочкова. К. : НДЦ ГП ЗС України, 2023. С. 202–204.

33. Організація та проведення фізичної підготовки у збройних силах Литовської Республіки. Методичні рекомендації. Укл. С.М. Жембровський, В.А. Шемчук. К. : НУОУ імені Івана Черняховського, 2019. С. 36–38.

34. Організація фізичної підготовки у військовій частині та підрозділі : навч.-метод. посіб. Укладач Анохін Є. Д. Львів : ЛВІ, 2001. С. 80–81.

35. Основи методики розвитку силових якостей курсантів і студентів у процесі самостійної роботи : методичні рекомендації. За ред. О.А. Чичкан, М.О. Червоношاپка, М.М. Кость, С.М. Котов. Львів : Львівський державний університету внутрішніх справ, 2014. С. 24–25.

36. Палевич С. Стан проблеми та напрями удосконалення спеціальної фізичної підготовки військовослужбовців Повітряних сил Збройних Сил України. Спортивна наука України. № 1(83). 2018. С. 15–25.

37. Пангелов С.Б. Виникнення і розвиток рекреаційних організацій на межі XIX–XX століть. Молода спортивна наука України : зб. тез доповідей. Львів: ЛДУФК, 2010. Т.4. С. 137–141.

38. Пермяков О., Йопа Т. Рухова активність у структурі вільного часу студентів. Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення. Харків : 2020. С. 139–145.

39. Приступа Є., Жданова О., Мартин П. Рекреаційні ігри Фізична рекреація : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту [та ін.]; за наук. ред. Євгена Приступи. Дрогобич : Коло, 2010. Ч. 2. С. 276–305.

40. Про затвердження Тимчасової настанови з фізичної підготовки у Збройних Силах України : наказ Генерального штабу Збройних Сил України № 35 від 11 лютого 2014 р. К., 2014. С. 47–48.

41. Платонов В.М. Сучасна система спортивного тренування. Київ : Перша друкарня, 2021. С. 126–127; 256–258.

42. Сергієнко Л.П. Спортивна метрологія : теорія і практичні аспекти. Київ : КНТ, 2010. С. 158–160.

43. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів. Київ : Олімпійська література, 2001. С. 336–339.

44. Степанова І.В., Федоренко Є.О. Організаційно-методичні засади рекреаційно-оздоровчої рухової активності різних груп населення: навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів. Дніпро : Інновація, 2016. С. 74–75.

45. Сухорада Г.І., Нізов Р.М., Бойко С.С. Підготовка концепції розвитку фізичної підготовки і спорту у системі Міністерства оборони України на період до 2028 року. Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту Збройних Сил України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України: тези VI Міжнародної науково-практичної конференції (Київ, 25 листопада 2022 р.). Національний університет оборони України. Київ : НУОУ, 2022. С. 54–57.

46. Сухорада Г.І., Попович О.І. Врахування вимог євроатлантичних інтеграційних процесів у керівних документах з фізичної підготовки і спорту

військовослужбовців системи Міністерства оборони України. Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту Збройних Сил України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України: тези VI Міжнародної науково-практичної конференції (Київ, 25 листопада 2022 р.). Національний університет оборони України. Київ : НУОУ, 2022. С. 57–60.

47. Сущенко Л. П. Фізична підготовка у Збройних Силах України: навч. посібн. Київ : МО України, 2018. С. 135–136.

48. Тімченко О. В. Основні психічні стани, що знижують ефективність діяльності особового складу підрозділів особливого ризику. Вісник Харківського університету, 2000. № 472. С. 134–136.

49. Тимчасова настанова з фізичної підготовки у Збройних Силах України. К. : Міністерство оборони України; 2014. С. 123–124.

50. Топал В. Методика розвитку витривалості у курсантів в процесі занять легкою атлетикою. Тенденції та перспективи розвитку науки і освіти в умовах глобалізації: матеріали Міжнар. наук.-практ. Інтернет-конф., 28 лютого 2020 р., Переяслав-Хмельницький. 2020. Вип. 56, С. 356–359.

51. Топчієва Г. О. Розвиток витривалості засобами фітнес-програм. Розвиток наукової думки постіндустріального суспільства: сучасний дискурс : матеріали III Міжнародної наукової конференції, 28 квітня, 2023 р., м. Львів. Вінниця : Європейська наукова платформа, 2023. С. 182–184.

52. Турчинов А. В. Застаріла система фізичної підготовки в силових структурах. Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту Збройних Сил України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України: тези VI Міжнародної науково-практичної конференції (Київ, 25 листопада 2022 р.). Національний університет оборони України. Київ : НУОУ, 2022. С. 60–61.

53. Фізична підготовка у військах. Практичні рекомендації. Кол. авт.; за ред. О. В. Петрачкова. К. : НУОУ ім. Івана Черняхівського, 2017. С. 189–190.

54. Фізичне виховання військовослужбовців : навч. посіб : [М.Ф. Пічугін, Г.П. Грибан, В.М. Романчук та ін.]; за ред. Г.П. Грибана. Житомир : ЖВІ НАУ, 2011. С. 356–357.

55. Фізичне виховання та спеціальна фізична підготовка : навч. посіб. колектив авторів; за ред. Ю.С. Фіногенова. К. : НУОУ, 2012. С. 120–121.

56. Фізичне виховання, спеціальна фізична підготовка та спорт : підруч. кол. авт.; за ред. Ю.С. Фіногенова. К. : НУОУ ім. Івана Черняхівського, 2014. С. 400–401.

57. Шлямар І. Л., Барнєв А. О. Фізична підготовка військовослужбовців Сухопутних військ Збройних Сил України та її проблеми. Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту Збройних Сил України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України: тези VI Міжнародної науково-практичної конференції (Київ, 25 листопада 2022 р.). Національний університет оборони України. Київ : НУОУ, 2022. С. 64–67.

58. Ягодзінський В. П., Кісілюк О. М., Хлібович І. В. Специфіка бойової діяльності військовослужбовців Сил спеціальних операцій Збройних Сил України. Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту Збройних Сил України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України: тези VI Міжнародної науково-практичної конференції (Київ, 25 листопада 2022 р.). Національний університет оборони України. Київ : НУОУ, 2022. С. 67–69.

59. Ягупов В.В., Фурс О.Й. Особливості діагностування психічної саморегуляції у майбутніх фахівців екстремальних видів діяльності. Організаційна психологія економічна психологія: Науковий журнал. За науковою редакцією С.Д. Максименка та Л.М. Карамушки. 2018. № 1 (12), С. 116–123.

60. Ярошенко Я. М. Організація фізичної підготовки військовослужбовців у навчальних центрах сухопутних військ у базовий період навчання. Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту Збройних Сил

України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України: тези VI Міжнародної науково-практичної конференції (Київ, 25 листопада 2022 р.). Національний університет оборони України. Київ : НУОУ, 2022. С. 121–125.