

Список використаних джерел:

1. Про Національну поліцію: Закон України від 02.07.2015 № 580-VIII URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/580-19#Text>.
2. Коляда О.С. Гендерні аспекти спеціальної фізичної підготовки поліцейських. *Підготовка поліцейських в умовах реформування системи МВС України*. Харків, 2020. С. 303-305.
3. Мартиненко О.А. Проблеми професійної адаптації жінок у системі правоохоронних органів. *Вісник Луганського інституту внутрішніх справ*. 1998. № 4. С. 205-213.
4. Дені Ліза. Гендерні питання у поліції. *Гендерні питання у секторі безпеки: зб-к інф.-метод. мат-лів*. Женева: DCAF, ОБСЄ/БДПЛ, ООН Жінки, 2019. 84 с.
5. Скрипченко І. Т., Мороз Ю. М., Рожеченко В. М. Формування психологічної готовності на заняттях з вогневої підготовки з урахуванням гендерних особливостей. *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 V Міжнародної науково-практичної конференції (Київ, 25 листопада 2021 р.)* Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського. Київ: НУОУ, 2021. С.135-138
6. Грибан В. Г., Скрипченко І. Т. Фізичне виховання як один із основних засобів формування фахівців правоохоронної діяльності. *Проблеми фізичного виховання та здоров'я молоді в сучасному освітньому середовищі: зб. матер. міжнар. форуму (м. Дніпро, 18 травня 2023 р.)*. Дніпро : ДДУВС, 2023. 82

Микола Пожидаєв
старший викладач кафедри
спеціальної фізичної підготовки,
Дніпропетровський державний
університет внутрішніх справ
(м. Дніпро, України)

**ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА ЯК ЧАСТИНА
СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ ПІДГОТОВКИ**

Pozhidaev Mykola. Psychophysiological training as part of specialized training

Key words: national security, physical fitness, sport, provision

Ключові слова: національна безпека, фізична підготовка, спорт, забезпечення.

Обов'язки, що покладені на військовослужбовців, потребують високого рівня підготовленості та здатності ефективно діяти під час стресових ситуацій та фізичного навантаження. Одним з ключових аспектів їх спеціальної підготовки є психофізіологічна тренування, що впливає на фізичний стан та психічну стійкість військовослужбовців. Забезпечення оптимального рівня такої підготовки відіграє важливу роль у забезпеченні ефективності та витривалості особового складу у складних умовах військової діяльності.

Психофізична підготовка сприяє формуванню стійкості професійних

навичок в умовах військового застосування та розвитку комплексу якостей, що допомагають адаптуватися до стресових ситуацій та запобігають помилкам. Військовослужбовці, які пройшли таку підготовку, демонструють менший ризик розвитку поствоєнного синдрому порівняно з тими, хто не мав відповідної підготовки [1].

Важливо відзначити, що в концепції "професійна психофізична готовність", розробленій фахівцями, акцентується увага на кількох ключових аспектах: висока професійна працездатність; наявність резервних фізичних і функціональних можливостей для швидкої адаптації до змін в робочому та зовнішньому середовищі; здатність до повного відновлення у визначений часовий ліміт та наявність мотивації, заснованої на фізичних, психічних і духовних здібностях людини. Це підкреслює важливість розвитку психофізичної витривалості, яка впливає на зміну функціонального і психічного стану особи [2].

Отже, психофізична витривалість правоохоронців є цілісною та системною ключовою якістю, що охоплює психічну, психофізіологічну і фізичну сфери діяльності. Ця якість є важливою складовою індивідуально-особистісної підготовленості офіцера і проявляється через його самоорганізацію, самооцінку, саморегуляцію, спрямовану на успішне виконання військово-професійних завдань. Ці завдання пов'язані з подоланням різних видів втоми, стресу, напруження та інших негативних впливів в умовах військово-професійної діяльності [3].

У аналізі розглянутих аспектів, що стосуються психофізіологічної підготовки, важливо визначити роль цього елемента у загальному комплексі спеціальної підготовки особового складу. Психофізіологічна підготовка визначається як інтегральна системна професійно важлива якість, що охоплює психічну, психофізіологічну та фізичну сфери діяльності. Основними компонентами цієї підготовки виявились розвиток витривалості, сили, координації та швидкості, які є визначальними для підтримання фізичної форми та забезпечення здоров'я особового складу в умовах великого навантаження й стресу [4].

Психофізіологічна підготовка є ключовим елементом у створенні стійкого рівня фізичної та психологічної стійкості військовослужбовців, що є важливим аспектом їх служби. Планування цього процесу вимагає урахування різних аспектів для поліпшення психофізичного стану особового складу та підвищення їхньої готовності до виконання завдань у високоризикових умовах [2, 5].

У концепції "професійна психофізична готовність" важливою є роль розвитку психофізичної витривалості, яка впливає на функціональний і психічний стан особи. Таким чином, психофізична витривалість є важливою складовою індивідуально-особистісної підготовленості військовослужбовця.

Узагальнюючи, ми дійшли висновку, що психофізіологічна підготовка виступає як ключовий елемент у формуванні готовності правоохоронців та

військовослужбовців до викликів військової діяльності. Подальше удосконалення цього процесу сприятиме підвищенню ефективності та стійкості особового складу у складних умовах виконання завдань.

Список використаних джерел:

1. Ткачук О. А., Яровий М. В., Яцун А. В. Оптимізація психофізичної підготовки військовослужбовців. *Спеціальна спрямованість фізичної підготовки як складова особистої безпеки військовослужбовців*. Матеріали науково-методичного семінару 17 березня 2015 року, С. 40.
2. Волков М. С. Вплив спеціальної фізичної підготовки на психологічну стійкість військовослужбовців. *Академічні візії*. 2023. вип. 21.
3. Костів С. Ф. Сутність і поняття психофізичної витривалості майбутніх професіоналів військового управління Збройних Сил України. *Сучасні тенденції та перспективи розвитку спеціальної військово-прикладної спрямованості фізичної підготовки та водолазної підготовки*. С. 44.
4. Анісімов Д., Шеверун В. Сучасні аспекти вдосконалення рівня фізичної підготовки майбутніх правоохоронців засобами єдиноборств. *Молодий вчений*, 2021. 11 (99): 284-288. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2021-11-99-63>
5. Анісімов Д., Фурсова А., Пономаренко, О. Техніка рукопашного бою в аспекті підготовки фахівців для підрозділів національної поліції України. *Молодий вчений*, 2022. 7 (107): 9-12. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2022-7-107-3>

Софія Позивай

курсантка 2-го курсу факультету
підготовки фахівців для підрозділів
кримінальної поліції

Науковий керівник: Анісімов Д.,
доктор філософії в галузі права,
викладач кафедри спеціальної
фізичної підготовки
Дніпропетровського державного
університету внутрішніх справ
(м. Дніпро, України)

**ЩОДО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ БЕЗПЕКИ
ЧЕРЕЗ ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВКУ**

Pozivay Sofia. On ensuring national security through physical fitness.

Key words: national security, physical fitness, sport, provision.

Ключові слова: національна безпека, фізична підготовка, спорт, забезпечення.

Очевидним є те, що основна місія держави полягає у забезпеченні стабільності та безпеки країни, що включає захист від внутрішніх та міжнародних загроз, а також підтримання національного суверенітету та цілісності. Важливою складовою цієї місії є підготовка військових та