юнацького віку. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 2021. 10. С. 112–118.

9.Рибалко П.Ф. Вплив швидкісно-силової підготовки на функціональну підготовленість борців-дзюдоїстів. Молода спортивна наука України. 2023. 1. С. 42–46.

10. Яворська Т.Є., Севастьянов Є.О., Андреєв А.С. Теоретичні основи організації комплексного контролю в системі підготовки дзюдоїстів. Фізичне виховання та спорт у контексті державної програми розвитку фізичної культури в Україні: досвід, проблеми, перспективи. Житомир. 2015. С. 58–61.

11. Kowalczyk M., Nowak P., Zielinski J. Health outcomes of judo training as an organized physical activity for children and adolescents. Pediatric Exercise Science. 2023. 35(2). P. 89–98.

12. Rossi A., Bianchi L., Conti F. Cardiovascular adaptations in judo: a narrative review. Journal of Combat Sports Medicine. 2025. 12(1). P. 23–34.

11. Yamashita K. Aerobic training methods in martial arts: Application for youth judo athletes. International Journal of Sports Physiology and Performance. 2022. 17(5). P. 654–662.

12. Zhang Z. et al. Effects of different work-to-rest ratios of high-intensity interval training on physical performance in adolescent judo athletes. Journal of Sports Science and Medicine. 2024. 23(2). P. 123–130.

References

17. Borisova O.M. (2019). Features of the development of functional readiness of young martial artists at the stage of specialized basic training. Theory and Methodology of Physical Education and Sport. 3. P. 45-51[in Ukrainian].

18. Veritov O. (2015). The effectiveness of using cardio training equipment on the level of physical performance and functional fitness of judoists aged 7-17. Visnik Prikarpatskogo universitetu. Phizichna kultura. Ivano-Frankivsk. 21. P. 33-39 [in Ukrainian].

19. Judo. (2018). Curriculum for children and youth sports schools, specialized children and youth sports schools of the Olympic reserve, schools of higher sports mastery, specialized educational institutions of a sports profile and sports clubs / A.F. Alekseev. 116 p. [in Ukrainian].

20. Dyachenko A.A., Antonuk A.E. (2021). Improving the physical fitness of young judokas at the initial training stage. Perspektivi, problem ta nayavni zdobutki rozvitku phizichnoy kulturi I sportu v Ukraine. IV Vseukrainska snternet-konferenciya "COLOR OF SCIENCE" (Vinnica, 29 sich. 2021). Vinnica. P.203-206 [in Ukrainian].

21. Krivencova I., Ogar G., Panina O. (2023). Strength training in the training process of young judokas. Edinoborstva. 1(15). P. 13-21 [in Ukrainian].

22. Malikov M.V., Bogdanovska N.V., Svatiev A.V. (2006). Functional diagnostics in physical education and sports. Navchalniy posibnik (pid grifom MON Ukraini). Zaporizhzhia. ZNU. 199p. [in Ukrainian].

23. Marandyan K.N., Boychenko N.V. (2019). Improving the speed and strength abilities of judokas aged 15-16. Problemi i perspektivi rozvitku sportivnih igor I edinoborstv u vizcih navchlnih zakladah. 1. P. 48-51 [in Ukrainian].

24. Medvedev S.V., Kravchuk I.L. (2021). Using functional training elements in the training of youth judoists. Phizichna kultura, sport ta zdoroviya nacii. 10. P. 112-118 [in Ukrainian].

25. Ribalko P.F. (2023). The impact of speed and strength training on the functional fitness of judo wrestlers. Moloda sportivna nauka Ukraini. 1. P. 42-46 [in Ukrainian].

26. Yavorska T.E., Sevastiyanov E.O., Andreev A.S. (2015). Theoretical foundations of organizing comprehensive control in the judo training system. Phizichne vihjvannya ta sport v konteksti derzchavnoy program rozvitku phizichnoy kulturi v Ukraine: dosvid, problem, perspektivi. Zshitomir. P. 58-61 [in Ukrainian].

27. Kowalczyk M., Nowak P., Zielinski J. (2023). Health outcomes of judo training as an organized physical activity for children and adolescents. Pediatric Exercise Science. 35(2). P. 89–98.

28. Rossi A., Bianchi L., Conti F. (2025). Cardiovascular adaptations in judo: a narrative review. Journal of Combat Sports Medicine. 12(1). P. 23–34.

29. Yamashita K. (2022). Aerobic training methods in martial arts: Application for youth judo athletes. International Journal of Sports Physiology and Performance. 17(5). P. 654–662.

30. Zhang Z. et al. (2024). Effects of different work-to-rest ratios of high-intensity interval training on physical performance in adolescent judo athletes. Journal of Sports Science and Medicine. 23(2). P. 123–130.

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.11(198).47
УДК: 159.91:355.318.1(477) (043.5)

Швець В.Л. доктор філософії, викладач кафедри фізичної підготовки і спорту
Національної академії Національної гвардії України, м. Харків
ORCID 0000-0003-0083-7495

ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ЕФЕКТИВНОСТІ РОБОТИ ІНСТРУКТОРІВ З ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ОРГАНІВ ВНУТРІШНІХ СПРАВ

У статті узагальнено результати комплексного дослідження організаційно-управлінських аспектів формування готовності інструкторів з фізичної підготовки органів внутрішніх справ України. Обґрунтовано необхідність модернізації системи професійної підготовки кадрів у сфері безпеки з урахуванням сучасних викликів, пов'язаних з воєнним станом, підвищенням вимог до фізичної та психофізичної готовності правоохоронців.

Розкрито структуру професійної готовності інструкторів, що включає фізичні, когнітивні, організаційно-управлінські та особистісні компоненти. На основі емпіричного дослідження встановлено, що всі групи якостей отримують високі оцінки значущості з боку інструкторів та військовослужбовців, а найбільш інформативними маркерами готовності є координованість рухів, статична рівновага, час простої реакції, стійкість і переключення уваги, логічне мислення, комунікативні навички, уміння працювати в команді, самоконтроль та здатність ухвалювати рішення. Показано, що більшість інструкторів характеризуються високою внутрішньою мотивацією до занять спортом, однак водночас мають низькі показники задоволеності життям і високий рівень тривожності, що потребує спеціальних психологічних заходів. На основі латентно-профільного аналізу виокремлено декілька типів інструкторів за поєднанням фізичної підготовленості, мотивації, копінг-стратегій та психоемоційного стану, що стало підґрунтям для розроблення диференційованих програм підготовки. Запропоновано організаційно-управлінські засади диференційованих програм, які містять п'ять ключових блоків: планування, організація, розподіл завдань, мотивація та контроль. Експертне оцінювання свідчить про високу практичну значущість розроблених підходів для вдосконалення системи підготовки інструкторів з фізичної підготовки органів внутрішніх справ.

Ключові слова: *інструктори з фізичної підготовки, органи внутрішніх справ, професійна готовність, диференційовані програми, організаційно-управлінські засади, мотивація, копінг-стратегії, фізична підготовленість.*

Shvets V.O. Organizational and managerial framework of differentiated training for physical training instructors in internal affairs agencies.

The article summarizes the results of a comprehensive study on the organizational and managerial aspects of developing the readiness of physical training instructors in the internal affairs agencies of Ukraine. The need to modernize the professional training system in the security sector is substantiated, taking into account the challenges of wartime and the increasing demands placed on the physical and psychophysical readiness of law enforcement officers. The structure of instructors' professional readiness is presented as a multidimensional construct that includes physical, cognitive, organizational and managerial, and personal components. Empirical findings demonstrate that all groups of qualities receive high importance ratings from instructors and military personnel. The most informative markers of readiness include movement coordination, static balance, simple reaction time, attention stability and switching, logical thinking, communication and teamwork skills, self-control, and decision-making ability. The study revealed that most instructors show high levels of intrinsic motivation toward sports participation while simultaneously demonstrating low life satisfaction and elevated anxiety, which highlights the need for targeted psychological interventions. Latent profile analysis made it possible to distinguish several types of instructors based on combinations of physical fitness, motivation, coping strategies, and psycho-emotional state, forming the basis for differentiated training programs. The article proposes an organizational and managerial framework for such programs, structured around five key components: planning, organization, task distribution, motivation, and control. Expert evaluation indicates the high practical value of the proposed approaches for improving the training system of physical training instructors in internal affairs agencies.

Keywords: *physical training instructors, internal affairs agencies, professional readiness, differentiated training programs, organizational and managerial framework, motivation, coping strategies, physical fitness.*

Постановка проблеми. Сучасні умови функціонування сектору безпеки України, зокрема органів внутрішніх справ, характеризуються різким зростанням вимог до готовності особового складу діяти в умовах бойових дій, високого стресу, інформаційної та фізичної перевантаженості. У таких умовах фізична підготовка правоохоронців перетворюється з традиційного навчально-тренувального компоненту на фактор, що безпосередньо визначає виживання, ефективність та стійкість підрозділів.

Ключова роль у забезпеченні належного рівня фізичної підготовленості належить інструкторам з фізичної підготовки, які виступають одночасно тренерами, педагогами, організаторами і лідерами для особового складу. Від їхньої професійної готовності залежить якість планування й організації фізичної підготовки, впровадження сучасних методик, а також формування в особового складу мотивації до систематичних занять.

Водночас, наявні системи підготовки інструкторів часто орієнтовані переважно на фізичний компонент, недостатньо враховуючи когнітивні, соціально-психологічні та організаційно-управлінські аспекти діяльності інструктора. Актуальною залишається й проблема індивідуалізації підготовки, зокрема з урахуванням рівня мотивації, психоемоційного стану та професійного досвіду інструкторів.

Отже, постає науково-практична проблема: яким чином організувати й управляти системою підготовки інструкторів з фізичної підготовки органів внутрішніх справ, щоб забезпечити їхню професійну готовність на основі диференційованих програм навчання та тренування.

Аналіз літературних джерел. Аналіз сучасних досліджень у галузі фізичної підготовки правоохоронців засвідчує, що більшість авторів зосереджуються на окремих аспектах проблеми: фізичних якостях військовослужбовців, специфіці навантажень у бойових умовах, організації занять з фізичної підготовки курсантів, методиках спецфізпідготовки тощо [3–6]. Існує значна кількість робіт, присвячених оцінюванню впливу фізичної підготовки на боєздатність та професійну ефективність працівників правоохоронних органів, проте саме фігура інструктора часто залишається «за кадром».

У зарубіжних дослідженнях на основі теорії самовизначення розглядається академічна й професійна мотивація майбутніх фахівців сфери фізичної культури та спорту, її зв'язок із благополуччям, емоційним станом,

навчальними досягненнями [1; 2]. Ці роботи підкреслюють, що внутрішня мотивація до навчання й тренувань є критично важливою для стійкого професійного розвитку.

Поряд із цим, у працях вітчизняних авторів описано особливості професійної компетентності інструкторів фізичної підготовки, структуру їхніх знань, умінь і навичок, значущість емоційної стійкості, самоконтролю, комунікативних здібностей [3; 6]. Підкреслюється важливість не лише фізичних, але й особистісних та організаційних характеристик інструктора.

Окрему групу становлять дослідження, присвячені організації фізичної підготовки курсантів та працівників правоохоронних органів, де розглядаються питання навчальних планів, змісту програм, розподілу навантажень, інтеграції спеціальної фізичної підготовки в професійно-прикладну діяльність [5; 7].

Водночас бракує робіт, у яких:

- комплексно аналізувалася б структура професійної готовності інструкторів;
- поєднувалися б оцінка фізичних, когнітивних, організаційно-управлінських і особистісних компонентів;
- розроблялися б організаційно-управлінські моделі диференційованої підготовки інструкторів на основі емпірично виділених профілів.

Саме ці прогалини частково заповнює представлене дослідження.

Мета статті – узагальнити результати дослідження організаційно-управлінських аспектів формування готовності інструкторів з фізичної підготовки органів внутрішніх справ та обґрунтувати диференційовані програми їхньої підготовки.

Для досягнення мети поставлено такі завдання:

1. Розкрити структуру професійної готовності інструкторів з фізичної підготовки органів внутрішніх справ.
2. Проаналізувати значущість фізичних, когнітивних, організаційно-управлінських та особистісних якостей інструкторів у їхній професійній діяльності.
3. Охарактеризувати мотиваційні, копінг- та психоемоційні особливості інструкторів з фізичної підготовки.
4. На основі латентно-профільного аналізу описати профілі інструкторів за поєднанням ключових показників.
5. Обґрунтувати організаційно-управлінські засади диференційованих програм підготовки інструкторів та оцінити їхню практичну значущість.

Виклад основного матеріалу дослідження.

Емпіричне дослідження проводилося серед інструкторів з фізичної підготовки та військовослужбовців органів внутрішніх справ України. Використано комплекс методів, що охоплював:

- тести фізичної підготовленості (витривалість, швидкість, сила, координація, спеціальна витривалість);
- анкети для оцінювання когнітивних, організаційно-управлінських та особистісних якостей, заповнені інструкторами та військовослужбовцями-експертами;
- адаптовану українську версію Шкали академічної мотивації для оцінювання внутрішньої, зовнішньої мотивації та амотивації [2];
- опитувальники для оцінювання копінг-стратегій, контролю емоцій, рівня особистісної та ситуативної тривожності, задоволеності життям;
- латентно-профільний аналіз для виділення груп інструкторів за поєднанням кількісних показників;
- експертне оцінювання розроблених організаційно-управлінських засад диференційованих програм.

Структура професійної готовності інструкторів

Результати теоретичного та емпіричного аналізу дали змогу розглядати професійну готовність інструктора з фізичної підготовки як багатокомпонентну систему, що включає чотири взаємопов'язані блоки:

1. Фізична готовність – рівень розвитку загальних та спеціальних фізичних якостей, необхідних для виконання настановних і демонстраційних функцій, участі в показових і контрольних вправах, а також виконання бойових завдань.
2. Когнітивна готовність – стійкість, зосередженість та переключення уваги, логічне мислення, здатність швидко оцінювати ситуацію й приймати рішення в умовах дефіциту часу.
3. Організаційно-управлінська готовність – уміння планувати, організовувати та контролювати навчально-тренувальний процес, ефективно розподіляти завдання, керувати групою, підтримувати робочі взаємодії.
4. Особистісна готовність – мотивація до професійного розвитку, самоконтроль, упевненість у собі, стресостійкість, наполегливість, готовність до безперервного навчання.

Саме така інтегрована структура стала методологічною основою подальшого аналізу й розроблення диференційованих програм.

Значущість окремих груп якостей

Оцінювання значущості різних якостей здійснювалося за п'ятибальною шкалою. Усі групи показників отримали середні оцінки не нижче 3,9 бала, що підтверджує важливість комплексного розвитку інструкторів.

- Серед фізичних якостей особливо високо оцінено координованість рухів, статичну рівновагу та час простої реакції на зоровий стимул, оскільки саме вони забезпечують точність демонстрації вправ, безпеку занять та ефективність навчання.
- У когнітивній сфері найбільш значущими визнано стійкість та зосередженість уваги, її переключення, логічне мислення, що забезпечує здатність інструктора контролювати одразу кілька процесів, своєчасно помічати помилки підлеглих і коригувати дії групи.
- До найважливіших організаційно-управлінських якостей віднесено комунікативні навички, уміння будувати й підтримувати робочі взаємовідносини, командну роботу, здатність керувати персоналом та елементи стратегічного мислення. Це відображає сучасне розуміння інструктора як лідера й менеджера навчально-тренувального процесу, а не лише технічного виконавця.
- У особистісній сфері провідними є самоконтроль, здатність ухвалювати рішення, мотивація, готовність засвоювати нові знання, упевненість у собі, наполегливість. Високі оцінки цих якостей підтверджують, що від інструктора очікують не лише фізичної досконалості, а й стійкої професійної позиції, емоційної врівноваженості та ініціативності.

Виявлені достовірні розбіжності між оцінками інструкторів та військовослужбовців із окремих показників свідчать про різні очікування цих груп, що важливо враховувати під час планування програм підготовки.

Мотиваційний та психоемоційний профіль інструкторів

Культурна адаптація української версії Шкали академічної мотивації дозволила використати її для аналізу мотиваційного профілю інструкторів. Загалом для більшості респондентів характерний високий рівень внутрішньої мотивації до занять спортом і професійного вдосконалення: переважають інтегрована й ідентифікована мотивація, орієнтовані на особистісний розвиток, компетентність та інтерес.

Разом із тим, результати дослідження психоемоційного стану засвідчили низький рівень задоволеності життям і високі показники особистісної та ситуативної тривожності, а контроль емоцій (тривожності, агресії, депресії) у середньому перебуває на середньому рівні. Це відображає специфіку служби в умовах війни, високу інтенсивність стресорів, невизначеність і перевантаження.

Аналіз копінг-стратегій показав, що інструктори найчастіше використовують планування вирішення проблеми, позитивну переоцінку та самоконтроль, рідше – конфронтаційний копінг, пошук підтримки, уникнення чи дистанціювання. Це свідчить про певну орієнтацію на конструктивні стратегії подолання стресу, однак високі рівні тривожності та низька задоволеність життям вказують на потребу створення цільових психологічних програм підтримки.

Фізична підготовленість інструкторів

Рівень фізичної підготовленості інструкторів, за результатами тестування, загалом відповідає високим вимогам, висунутим до даного контингенту. Разом із тим, результати спеціальної витривалості (зокрема бігу 10×10 м) вказують на необхідність подальшого її вдосконалення для забезпечення оптимальної готовності до професійних навантажень.

Суттєві розбіжності спостерігаються між інструкторами, які продовжують тренування в обраному виді спорту, та тими, хто припинив регулярні заняття. У першої групи значно вищі показники витривалості, сили, швидкісно-силових якостей, що підтверджує важливість збереження власної спортивної діяльності інструктора як чинника підтримки професійної форми й мотивації.

Цікаво, що продовження занять спортом не виявило суттєвого впливу на показники задоволеності життям чи тривожності, що свідчить: психоемоційний стан інструкторів більшою мірою залежить від інших факторів (службових, сімейних, соціально-економічних), ніж тільки від фізичної активності.

Профілі інструкторів за результатами латентно-профільного аналізу

Застосування латентно-профільного аналізу дозволило виокремити кілька типових профілів інструкторів. Вони відрізняються за поєднанням:

- рівня фізичної підготовленості;
- мотивації до професійної діяльності й занять спортом;
- використання копінг-стратегій;
- показників емоційного стану та якості життя.

Серед них умовно можна виділити профілі з високою мотивацією та високою фізичною підготовленістю, профілі з достатньою фізичною готовністю, але вразливістю психоемоційної сфери, а також профілі з помірною мотивацією та потребою в додатковій підтримці. Така диференціація створює передумови для індивідуалізації підготовки, коли зміст і акценти програми підбираються з урахуванням особливостей конкретної групи інструкторів.

Організаційно-управлінські засади диференційованих програм підготовки

На підставі отриманих результатів розроблено організаційно-управлінську модель диференційованої підготовки інструкторів, що спирається на п’ять ключових компонентів:

1. Планування.
   - формування довгострокових і короткострокових цілей професійного розвитку інструктора;
   - визначення необхідних компетентностей у фізичній, когнітивній, організаційно-управлінській та особистісній сферах;
   - планування індивідуальних освітньо-тренувальних траєкторій з урахуванням мотиваційного та психоемоційного профілю.
2. Організація.

- побудова структурованої системи занять із поєднанням аудиторної, тренувальної, самостійної та дистанційної роботи;
- координація взаємодії між інструкторами, викладачами, психологами, командуванням;
- створення умов для безпечного і ефективного навчально-тренувального процесу.

3. Розподіл завдань.

- чітке визначення функцій інструкторів у підрозділі (тренерська, організаційна, діагностична, консультативна діяльність);
- делегування відповідальності відповідно до виявлених профілів і рівня готовності;
- формування команд інструкторів, здатних взаємодоповнювати один одного за компетентностями.

4. Мотивація.

- використання підходів, заснованих на теорії самовизначення: підтримка автономії, компетентності, залученості;
- визнання досягнень інструкторів, створення можливостей кар'єрного розвитку;
- розвиток внутрішньої мотивації через включення інструкторів до процесу розроблення та оцінювання програм фізичної підготовки.

5. Контроль.

- систематичний моніторинг фізичної підготовленості, рівня мотивації, психоемоційного стану та професійної діяльності інструкторів;
- використання кількісних та якісних показників (тести, опитувальники, експертні оцінки, самооцінка);
- корекція програм підготовки на основі отриманих даних та зворотного зв'язку.

Диференційований характер програм проявляється в варіативності змісту, інтенсивності та акцентів для різних профілів інструкторів. Для одних груп пріоритетом є посилення фізичної підготовленості й спеціальної витривалості, для інших – розвиток організаційно-управлінських умінь, емоційного контролю та конструктивних копінг-стратегій.

Експертна оцінка запропонованих підходів

Розроблені організаційно-управлінські засади диференційованих програм підготовки були представлені на експертне оцінювання фахівцям у галузі фізичної підготовки, військової педагогіки та управління. Експерти одностайно підтвердили значущість усіх п'яти компонентів моделі, високо оцінили її інформативність та практичну придатність.

Отримані оцінки свідчать, що запропонований підхід розглядається фаховою спільнотою як реалістичний, системний та здатний підвищити якість підготовки інструкторів. Особливо підкреслювалася цінність врахування мотиваційних і психоемоційних характеристик інструкторів, а також можливість адаптації моделі до різних навчальних закладів і підрозділів органів внутрішніх справ.

Висновки. Професійна готовність інструкторів з фізичної підготовки органів внутрішніх справ є багатокомпонентною системою, що включає фізичні, когнітивні, організаційно-управлінські та особистісні якості, які в сукупності забезпечують ефективне виконання службових обов'язків.

Емпіричне дослідження показало, що всі групи якостей отримують високі оцінки значущості з боку інструкторів і військовослужбовців, а найбільш інформативними маркерами готовності є координованість рухів, статична рівновага, час реакції, стійкість і переключення уваги, логічне мислення, комунікативні навички, самоконтроль та здатність приймати рішення.

Більшість інструкторів характеризуються високою внутрішньою мотивацією до занять спортом і професійного розвитку, однак мають низьку задоволеність життям та високий рівень тривожності, що вказує на потребу цілеспрямованої психологічної підтримки.

Рівень фізичної підготовленості інструкторів загалом відповідає високим вимогам, але результати окремих тестів спеціальної витривалості свідчать про необхідність подальшого її вдосконалення, особливо для інструкторів, які припинили регулярні заняття спортом.

Латентно-профільний аналіз дозволив виділити кілька типових профілів інструкторів за поєднанням фізичних, мотиваційних, копінг- та психоемоційних показників, що створює підґрунтя для розроблення диференційованих програм підготовки.

Запропонована організаційно-управлінська модель диференційованих програм, яка включає компоненти планування, організації, розподілу завдань, мотивації та контролю, отримала високу експертну оцінку та може бути рекомендована для впровадження в системі підготовки інструкторів з фізичної підготовки органів внутрішніх справ.

Перспективи подальших досліджень. Подальші дослідження доцільно спрямувати на:

- експериментальну перевірку ефективності диференційованих програм у довготривалому часовому проміжку з використанням контрольних та експериментальних груп;
- розроблення й апробацію цільових психологічних інтервенцій, спрямованих на зниження рівня тривожності, підвищення задоволеності життям та емоційного благополуччя інструкторів;
- інтеграцію запропонованої моделі з цифровими платформами управління навчанням (LMS) та системами моніторингу фізичної підготовленості;
- адаптацію організаційно-управлінських засад диференційованих програм до інших силових структур та міжнародних контекстів з урахуванням специфіки їхньої діяльності.

Література

1.Pavlova I., Zikrach D., Shvets V., Petrytsa P., Ortenburger D., Langfort J. Profiles of academic motivation and wellbeing of physical education and sports instructors of internal affairs establishments: a person-centered approach based on self-determination theory. *Physical Activity Review.* 2022. Vol. 10, No. 2. P. 1–11.

2.Pavlova I., Bodnar I., Shvets V., Petrytsa P., Nalyvayko N. Adaptation of the academic motivation scale for future professionals in physical education and sports. Cypriot Journal of Educational Sciences. 2022. 17(4). P. 1009–1023.

3.Швець В.Л., Павлова Ю.О. Формування готовності інструкторів з фізичної підготовки і спорту Національної гвардії України з урахуванням особливостей їхніх показників. Науковий дискурс у фізичному вихованні і спорті. 2024. № 2. С. 90–95.

4.Швець В., Дух Т., Павлова Ю. Оцінювання важливості фізичних якостей у військовій фізичній підготовці військовослужбовців. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2023. Вип. 10 (170). С. 157–160.

5.Павлова Ю.О., Андрес А.С., Дух Т.І., Крижановський В.О., Швець В.Л. Сучасний стан організації фізичної підготовки курсантів закладів вищої освіти органів внутрішніх справ. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. 2021. Вип. 3 (133). С. 95–101.

6.Швець В., Павлова Ю., Боднар І. Фахова компетентність інструкторів фізичної підготовки і спорту органів внутрішніх справ. Український журнал медицини, біології та спорту. 2021. 6(3). С. 366–373.

Reference

1.Pavlova, I., Zikrach, D., Shvets, V., Petrytsa, P., Ortenburger, D., & Langfort, J. (2022). Profiles of academic motivation and wellbeing of physical education and sports instructors of internal affairs establishments: a person-centered approach based on self-determination theory. *Physical Activity Review,* 10(2), 1–11.

2.Pavlova, I., Bodnar, I., Shvets, V., Petrytsa, P., & Nalyvayko, N. (2022). Adaptation of the academic motivation scale for future professionals in physical education and sports. *Cypriot Journal of Educational Sciences,* 17(4), 1009–1023.

3.Shvets, V. L., & Pavlova, Yu. O. (2024). Formation of readiness of physical training and sports instructors of the National Guard of Ukraine taking into account their indicators. *Scientific Discourse in Physical Education and Sport,* 2, 90–95.

4.Shvets, V., Dukh, T., & Pavlova, Yu. (2023). Assessment of the importance of physical qualities in military physical training of servicemen. *Scientific Journal of NPU named after M. P. Drahomanov. Series 15. Scientific and Pedagogical Problems of Physical Culture (Physical Culture and Sport),* 10(170), 157–160.

5.Pavlova, Yu. O., Andres, A. S., Dukh, T. I., Kryzhanovskyi, V. O., & Shvets, V. L. (2021). Current state of organization of physical training of cadets in higher education institutions of internal affairs bodies. *Scientific Journal of NPU named after M. P. Drahomanov,* 3(133), 95–101.

6.Shvets, V., Pavlova, Yu., & Bodnar, I. (2021). Professional competence of physical training and sports instructors in internal affairs agencies. *Ukrainian Journal of Medicine, Biology and Sport,* 6(3), 366–373.

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.11(198).48

Яковенко О.О., к.фіз.вих., доцент кафедри кіберспорту та інформаційних технологій, Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ https://orcid.org/0000-0002-7165-5229
Шинкарук О.А., д.фіз.вих., професор кафедри кіберспорту та інформаційних технологій, Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ https://orcid.org/0000-0002-1164-9054
Строганов С.В., к.фіз.вих., доцент кафедри кіберспорту та інформаційних технологій, Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ https://orcid.org/0000-0002-1968-7872
Бишевець Н.Г., к.п.н., доцент кафедри кіберспорту та інформаційних технологій, Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ https://orcid.org/0000-0001-6118-6580
Ярмоленко М.А., к.фіз.вих., доцент кафедри кіберспорту та інформаційних технологій, Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ https://orcid.org/0000-0003-2181-4022
Бафадаров О.Ю., викладач кафедри кіберспорту та інформаційних технологій, Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ https://orcid.org/0009-0006-9308-1226
Yakovenko O.O., PhD in Physical Education, Associate Professor, Department of eSports and Information Technology, National University of Physical Education and Sports of Ukraine, Kyiv
Shynkaruk O.A., Dr. in Physical Education, Professor of the Department of eSports and Information Technologies, National University of Physical Education and Sports of Ukraine, Kyiv
Stroganov S.V., PhD in Physical Education, Associate Professor, Department of eSports and Information Technology, National University of Physical Education and Sports of Ukraine, Kyiv
Byshevets N.G., PhD in Pedagogy, Associate Professor, Department of eSports and Information Technology, National University of Physical Education and Sports of Ukraine, Kyiv
Bafadarov O.Yu., Teacher, Lecturer, Department of eSports and Information Technology, National University of Physical Education and Sports of Ukraine,

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ТА ПІДВИЩЕННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ