

**Пліско Валерій**

ORCID 0000-0002-9717-3332

Доктор педагогічних наук, професор,  
професор кафедри педагогіки, психології й методики фізичного виховання,  
Національний університет «Чернігівський колегіум»  
імені Т.Г. Шевченка (Чернігів, Україна)  
E-mail: Pliskov47@gmail.com

**Радзівський Ростислав**

ORCID 0000-0002-0047-9336

Кандидат педагогічних наук, доцент,  
начальник спеціальної кафедри №1,  
Інститут Управління державної охорони КНУ  
імені Тараса Шевченка (Київ, Україна)  
E-mail: rost0279@gmail.com

## БАЗОВА ПІДГОТОВКА СТУДЕНТІВ ДО ДІЯЛЬНОСТІ В УМОВАХ КРИТИЧНОГО СЕРЕДОВИЩА (НАДЗВИЧАЙНОГО СТАНУ)

*Вибір теми дослідження та її актуальність викликана проблемами існування та життєдіяльності людини в теперішніх умовах воєнних дій, а це значить, що студенти як окрема категорія суспільства, перебувають в умовах ризику, де не має стереотипів. Життєдіяльність в таких умовах залежить від того на скільки вони можуть швидко орієнтуватися, мати стійкість відповідно розвинутої якості в подоланні психологічних бар'єрів. Є необхідність підготувати студентів до сприйняття небезпечних проявів в стійкому психологічному стані. Фізично підготовлений студент без цілеспрямованого розвитку спеціальних якостей не завжди досягає позитивного результату в прийнятті правильного рішення та в виборі рухових дій у критичних ситуаціях. Перед усім він повинен критично оцінювати власні рухові можливості (здібності), регулювати емоції, нервово-м'язову напруженість, контролювати стан і функції організму. Розвиток спеціальних якостей, таких як: комунікабельність, зосередженість, сприйняття небезпеки, творчих здібностей, рухової чутливості, вольових зусиль, гнучкості можуть бути вирішальними на момент виникнення загрози. Важливим компонентом базової підготовки студентів полягає в тому, що розвиток зазначених якостей надає спроможність прогнозувати загрозу й цим будувати власну подальшу поведінку. Розвиток спеціальних якостей сприяє оцінюванню ризику в різних критичних умовах середовища.*

***Метою статті є дослідження** розширення базової підготовки студентів на основі розвитку тих спеціальних якостей, що підвищують їх спроможність своєчасно орієнтуватися й правильно приймати рішення під час перебування в зоні ризику. Тому, одним із завдань було визначити перелік якостей, які є пріоритетними для подальшого їх розвитку та за визначеними окремими вправами (як приклад) перевірити рівень стійкості в подоланні психологічного бар'єру. Зміст розвитку спеціальних якостей подано у форматі тезисів (скороченому вигляді), в основному пропонуються методи й принципи формування якостей.*

***Методологічною основою** є класичні методи дослідження: метод аналізу, діалектичний метод, пояснення, узагальнення.*

***Наукова новизна** полягає в тому, що вперше концептуально розглядається розвиток у студентів спеціальних якостей для їх перебування в зоні ризиків.*

***Висновки.** Зазначено, що згідно з результатами дослідження у студентів спостерігаються прояви рішучості, самовпевненості. Однак є застереження, що деякі студенти не зовсім правильно оцінюють (переоцінюють) власні можливості та піддають своє здоров'я небезпеці. Рівень загрози та можливості студента не співпадають. У подальшому є сенс відповідно до розвитку даної тематики навчати студентів розпізнавати ступінь потенційної загрози за рівнем її прояву. Методи, які використані в дослідженні можуть бути задіяні при відборі студентів до діяльності в різних складних ситуаціях згідно до їх спроможності, а також бути доповненням в розширенні таких тематичних дисциплін, як «Самооборона», «Самозахист» або «Безпека життєдіяльності».*

**Ключові слова:** студенти, спеціальні якості, розвиток, ризик, психологічний стан, вправи.

**Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими або практичними завданнями.** У зв'язку з агресією Росії та з введенням воєнного стану в країні суттєво підвищилась загроза життєдіяльності людини (окрім напруженої криміногенної обстановки), виникла потреба в формуванні знань, умінь, навичок для безпечного функціонування в таких умовах. Необхідно бути психологічно стійким до зовнішніх проявів небезпеки, виважено аналізувати обстановку, поведінку дій інших людей (їх неадекватність).

Розвиток у студентів якостей необхідних для діяльності в умовах постійного ризику набуває нового за визначенням поняття «спеціальних якостей», що відноситься до професійних спеціальностей за суттю своєї діяльності. Однак за профілем навчання студенти навчаються за різними дисциплінами, тому мати професійні навички не є обов'язковим, але загальну базову підготовку необхідно мати для виживання в критичних ситуаціях, що є вкрай необхідним.

Розвиток якостей дозволить студенту надавати самооцінку, критично відноситися в своїх можливостях та здібностей адекватно реагувати на виникаючу (потенційно) загрозу. Вміти приймати правильне рішення є вирішальним.

Питаннями розвитку у студентів спеціальних якостей займалися науковці та дослідники: А. Босенко, В. Бондаренко, О. Дрозд, І. Казанцев, М. Жорнова, А. Кухарчук, В. Пліско, Д. Кисленко, Р. Радзівський та інші.

Пилипей Л. П. запропонував конкретні програми, запропонував засоби розвитку психологічних якостей і згідно з цим алгоритм їх запровадження у навчальному процесі» [6].

Дослідник Казанцев І. О. експериментально перевіряв метод спеціальної силової підготовки студентів з урахуванням змісту техніко-тактичних дій.

М. Жорнова в статті «Психологія лідерства у студентській академічній групі» розглядає проблему адекватності самооцінки професійно важливих якостей, їх професійної самосвідомості, а також наявність суміжних характерних компонентів.

Однак, в дослідженні не достатньо ставився акцент на якості, які необхідні в період перебування в умовах ризику [5].

Дослідники Кисленко Д. П., Радзівський Р. М. акцентували увагу на розвиток спеціальних якостей працівників охоронної діяльності з урахуванням різних умов середовища [8].

Професор Бондаренко В. В. детально досліджував умови перебування працівників патрульної служби та на які якості потрібно приділити увагу для професійної діяльності [2].

Згідно з високою психофізичною напругою в суспільстві, що є відповідною реакцією на агресію росії, більша частина населення залишається беззахисними до проявів загрози, у тому числі така категорія людей, як студенти, тому обрана тема дослідження є актуальною, тим більше втілення базової підготовки студентів на основі розвитку спеціальних якостей, вже як в ролі майбутніх захисників держави.

**Мета дослідження** – формування у студентів стійкого стану до подолання психологічного бар'єру на час перебування в умовах підвищеного ризику.

**Об'єкт** – перебування студентів в умовах кризових ситуацій.

**Предмет** – зміст, методи та принципи розвитку спеціальних якостей, способи подолання психологічного бар'єру.

**Наукова новизна** – вперше розглядається спроба розширення тематики цілеспрямованої підготовки студентів до умов перебування в критичних ситуацій. На основі розвитку у них якостей, здібних адекватно реагувати на різні прояви загрози.

**Методи дослідження** – методика вибору проблеми визначена реальною дійсністю, яка в умовах воєнного стану (війни) потребує пошуку методів та засобів, захисту населення та молоді від різного рівня загрози. Збір і систематизація фактів заснована на багатьох прикладах щодо проявів психологічної напруженості в суспільстві, державі і в освітній сфері. Система методологічних принципів будується на вихідних теоретичних положеннях, які затвердилися в науці провідними фахівцями.

Розвиток спеціальних якостей у студентів включає методи пізнання та принципи об'єднання теоретичних і практичних складових. Формування у студентів знань і вмінь орієнтуватися в складних ситуаціях, приймати правильне рішення, прогнозувати загрози, а також втілення засобів подолання психологічного бар'єру надає їм впевненості, рішучості, адекватності в поведінці.

У дослідженні здійснюється сукупність пізнавальних засобів, методів, прийомів: теоретичний метод – системно-структурний; імперичний метод – опис, вимірювання, спостереження, порівняння; проміжні методи – моделювання, інтуїція, аналіз, синтез, пояснення.

**Виклад основного матеріалу.** У період перебування людини в екстремальній ситуації складається група зовнішніх впливів, які, своєю чергою, викликають різні рефлекторні поведінкові реакції. Зазвичай страх слабшає під впливом адаптаційного механізму до таких ситуацій. Для цього необхідно приділити увагу розвитку спеціальних якостей та проводити навчальний процес до умов реальних з визначеними критеріями, які мають впливову вагу на працездатність студентів в цілому.

Якими якостями повинен мати студент для досягнення успіху під час перебування в умовах потенційної загрози. Насамперед: комунікабельність, якщо загроза виникає від неадекватної людини. Здатність встановлювати контакти, тобто здатність впливати психологічно на неадекватну; зосередженість та уважність до всього навколишнього; сміливість та оперативність у прийнятті рішень. Професіоналізм визначається за наявністю спеціальних знань і практичного досвіду, високого рівня підготовленості на разі

вмілого використання психологічного впливу та фізичного способу протистояння. У всіх випадках перебування в зоні ризику головну роль відіграє здатність творчо вирішувати проблеми, а це можливо вже при сформованих спеціальних якостей.

Щоб сформувати у студентів зазначені якості, потрібен тривалий процес навчання, який цілеспрямований на розвиток та поєднання окремих складових компонентів. До таких компонентів можна віднести: розвиток творчих здібностей; уваги; швидке охоплення ситуації; вміння правильно приймати рішення, а також контролювати стан та функції організму, оцінювати рухові здібності; вміння регулювати емоції та напругу; розвиток зосередженості, своєчасного сприйняття; комплекс засобів (вправ), що формують психомоторний стан; розвиток рухової чутливості, вольових якостей, сили, спритності. Не кожна людина повною мірою володіє цими важливими компонентами; якщо вони і виражені, то різною мірою. Будь-які вроджені якості вимагають свого окремого розвитку, в тому числі за допомогою спрямованого навчання. Підготовку необхідно проводити диференційовано, послідовно і водночас комплексно [2].

Рекомендується розвивати у студентів інтелектуальні, рухові та психомоторні якості.

**Розвиток творчих здібностей** – це один із найважливіших компонентів. Студент, позбавлений здатності творчо вирішувати проблеми, у кращому випадку може добре виконувати команди в критичних ситуаціях, але не здатний нестандартно приймати рішення у ризикових ситуаціях. Ті, у кого відсутня творча жилка, вимушені сподіватися на щасливий випадок або сприятливий збіг обставин.

Можливість розвивати творчі здібності обмежена. На заняттях викладачеві, інструктору необхідно процес навчання наситити різними ускладнювальними умовами, ставити перед такими, що займаються такі цілі, вирішення яких можливе лише за допомогою творчого підходу. Систему навчання слід організувати за принципом «від навички до творчості».

Вважається важливим, якщо людина вміє сприймати цілісність ситуації та конкретність дій у ній. Одні люди за вродженими ознаками або навчанні можуть охоплювати всю ситуацію діяти від «загального до приватного», тобто порівнявши обстановку, загрозу, що нависла, втілювати засоби та способи пересування, та використовувати наявність мертвих зон» тощо. Вони будують весь механізм своїх дій на основі цілісного сприйняття ситуації та розрахункових дій. У ході розвитку ситуації можуть коригувати дії з урахуванням наростання всіляких перешкод. Інші, люди навпаки, діють від «частого до спільного», тобто зафіксувавши загрозу, прагнуть відреагувати на неї, ніби нехтуючи її спрямованістю, мотивацією, можливим розвитком обстановки тощо. Треті, що є найбільш продуктивним, користуються як тим, так і іншим способом побудови цілісної картини події, збагачуючи свою систему дій та окремих рухів. Всі ці нюанси уваги потрібно враховувати і розвивати в умовах базової підготовки студентів.

Складність вмілої поведінки в критичній ситуації (особливо, коли вона несподівано і хаотично змінюється) утруднюється тим, що людині доводиться постійно тримати під контролем власні дії щодо виходу з конкретної небезпеки та все поле небезпечно прогресуючої події. У сприйнятті цих сигналів велику роль відіграють такі якості, як увага зосередженість. Деякі фахівці припускають, що зростання напруженості звужує увагу при цьому спочатку відкидаються менш значущі баластні сигнали, що підвищує ефективність діяльності. Подальше звуження уваги веде до втрати значних сигналів та до зниження його ефективності та результативної діяльності.

Така якість як уваги залежить від властивостей нервової системи. Виявилось, що людям із слабкою нервовою системою додаткові подразники заважають зосередитись, а з сильною навіть підвищують концентрацію уваги.

Якими б не були від природи психологічні якості – увага, зосередженість, сприйняття – їх слід постійно розвивати. Удосконалення зазначених якостей необхідно проводити зі спеціальною прикладною спрямованістю. На практичних заняттях слід зосереджувати зусилля на наступних компонентах: ступінь зосередженості уваги на об'єкті та кількості об'єктів, які можуть бути охоплені увагою одночасно; перемиканням – навмисне перенесення уваги з одного об'єкта на інший; розподіл – можливості утримувати у сфері уваги одночасно кілька об'єктів; стійкості – тривалість зосередження, швидкість сприйняття [5].

Стан напруженості у людини починається з того моменту, коли прийнято рішення брати участь у конкретній ситуації.

Принаймні наближення часу перебування в зоні ризику спостерігається підвищення емоційності, психологічної напруги.

У період, що передує в подоланні ризику, виділяють три форми емоційного стану: бойова готовність, передстартова лихоманка і передстартова апатія. Бойова готовність як визначають фахівці «бойцівські якості» позитивно впливає рухову діяльність. Ознакою такої готовності є помірне (обережне) бажання людини знизити ризик загрози або вступити, наприклад, в контакт із противником у реальній ситуації. Гармонійне поєднання бажання та скоординованого вмілого рухового процесу тактично приводить до успіху. Передстартова лихоманка та передстартова апатія негативно впливають на процеси пам'яті, уваги, мислення, погіршують швидкість і точне рухів, ускладнюють процеси з прийому та переробки інформації.

Щоб пом'якшити стан напруженості, додати впевненість, слід психологічно адаптувати студентів до критичних ситуацій, а це означає забезпечити успіх в перебуванні в зонах ризику знижуючи рівень загрози. Цьому також сприятимуть такі фактори:

– надання необхідної досить об'єктивної інформації про умови майбутнього перебування в зоні потенційного ризику;

– співвідношення наявності психологічної стійкості потенційних можливостей людини до рівня загроз дій або протиліжної сторони «неадекватна», що дозволить спрогнозувати результат.

Щоб підвищити рівень емоційного стану студентів і водночас дещо зрівноважити, збалансувати їхню психіку, необхідно в процесі навчання перед виконанням завдання вводити такі елементи дії, які відволікали б думки від основної події, або сприяли створенню «тонізуючого пориву».

Велике значення має музика. Відомо, що відповідним чином підібрані фонограми здатні позитивно вплинути на емоційний стан людей, які готуються виконати тяжку, важку роботу, підняти їх фізичний тонус.

Спостереження показали що у період перебування людини вже у екстремальній ситуації складається група зовнішніх впливів, що у своє чергу викликають рефлекторні поведінкові реакції. Люди, що володіють собою в цій ситуації, різко обмежують кількість та інтенсивність зв'язків і всю адекватність концентрують на майбутніх діях. Людина іншого типу, в силу відносин, що стихійно складаються, з навколишньою обстановкою, хаотично перемикає свою увагу і активність з одної думки на іншу, якщо думки скачуть у всіх напрямках то він як би «розчиняється» у тому середовищі, з яким встановлює зв'язки, підпорядковується її вимогам. На таку людину впливають будь-які зміни обстановки, напружене очікування в думках (свідомо) за своєї дії. Все це створює додаткову психічну напруженість, ефект страху та невпевненості, дезорганізує людину. Таке ствердження ще раз підтверджує, що реагування повинно здійснюватися автоматично щодо поведінки і дії.

Головним чинником у цьому грає досвід. Тому розвиток якостей повинен бути системним.

Моделювання загрози й протиставлення до неї дій значно поліпшують орієнтованість під час перебування в зонах ризику [10].

Вивчити стан студента, викликаний психологічною напругою та усвідомленістю небезпечного повороту ситуації, дуже складно. Такий стан слабо піддається моделюванню, що ускладнює розробку ефективних методик. Однак на практичних заняттях необхідно використовувати такі методи навчання, які могли б викликати найбільшу мобілізацію організму і створювати високий ступінь напруги. Зазвичай страх слабшає під впливом адаптації до обстановки. На практичних заняттях найчастіше учні досить легко справляються з впливом природних явищ.

Потрібно усвідомлене регулювання психікою за умов екстремальної обстановки і тому кожен повинен володіти системою регулювання. Багато фахівців вважають (та й практичні приклади доводять це) недостатнім тренуванням психологічної стійкості та рухових дій за рахунок лабораторного моделювання ризикованих ситуацій. Безперечно, реальна практика має свої закони та непередбачуваність, які у моделюванні складно передбачити. Тому будь-яка модель має максимально відповідати реальній дійсності та переноситися у практику в такій самій проекції з невеликими змінами. Необхідно налаштуватися на виконання модельованих дій, як без відхилення основних характеристик, так і з неочікуваним порушенням модельної ситуації. Наприклад: поставлене завдання зупинити неадекватата. Складено модель ситуації з урахуванням можливих дій у відповідь. Потім під час перебування із агресивним неадекватом несподівано створює непередбачувану ситуацію.

Спрямоване формування методів організації психофізичної стійкості призводить до вищого рівня психіки у студентів в умовах критичних ситуацій.

Психофізична стійкість суттєво впливають на діяльність людини. Як форма прояву особистості вони виступають як внутрішні спонукання до діяльності і зумовлюють її динаміку. Емоції зазвичай носять ситуативний характер і виражають оцінку особистості до певної ситуації.

Виразні рухи і виразні дії поведінки створюють образ дійової особи, розкриваючи її внутрішній зміст та зовнішній дії.

На відповідність психологічної стійкості студентів доцільно під час перших занять провести тестові вправи. Підбір вправ – це творчий процес. Прикладом можуть бути 4 вправи, які експериментально перевірені. Перша групова – кількість студентів 20. Перед тим як виконати вправу надається роз'яснення. Потім практичне виконання. Студенти стоячі на колінах, руки за спиною зігнуті в ліктях так, щоб долоні захвували ліктьові суглоби. Прогнутися як можна більше назад, голова запрокинута. По команді викладача власти на живіт. При цьому раніше відповідно до роз'яснення було оговорено, що прогинання спини є обов'язковим до моменту торкання живота підлоги (килиму). Руки залишаються в тому ж положенні. Експериментально перевірено, що 60-70% студентів на перших двох спробах «тикалися» підборіддям килима, що не повинно бути при обов'язковому додержанні правил. Помилка полягала в тому, що в момент падіння де-які відхилили таз назад або розведенням руки. Це призвело до падіння на підборіддя аби страхуватись руками, що є порушенням тесту вправ. Після 6-7 спроб 80-85% студентів адаптувалися до виконання вправи, решта не змогла подолати цей психологічний бар'єр.

Друга права. Груповий підхід – 20 студентів. Лежачі на животі, руки за спиною, ліктьові суглоби охоплені долонями. По команді викладача треба швидко до 3 сек. Встати на ноги. Хто перший встає – отримує бонуси, хто останній – штрафні бали. 90-95 % студентів не змогли виконати згідно з критеріями. 70% – порушили правила, тобто розвели руки, підйом здійснювався за допомогою рук, останні не вклалися у визначений час. Саме виконання вправи зі швидкістю, змушуючи вмикати м'язи антагоністи, які здійснюють супротив та впливають при підйомі. Після 8-9 спроб більшість студентів адаптувалися до виконання 60-65% виконували вправу за визначений час, тобто зняли психофізичну напругу між основними м'язами та «антагоністами» 10% не вклалися в термін виконання вправи за 3 сек. Останні

розводили руки. Потім пропонувалося виконати вправи комбіновано (першу та другу вправи), тобто руки за спиною – впасти на живіт і швидко піднятися без допомоги рук (руки в вихідному положенні залишаються). Ті, хто не виконав критерії з виконанням 1 та 2 вправи, не допускалися. 60% студентів – виконали вправу, решта «тикалися» підборіддям (бажання швидко встати, тому порушили правила в першій вправі) або розводили руки й спробували встати за їх допомогою.

При наступній вправі її виконання здійснюється за індивідуальним підходом. Перед тим як виконувати запропоновану вправу необхідно навчити студентів падінню зі стійки на спину. Завдання – студент має впасти спиною назад не згинаючи ноги в колінах, другий студент знаходиться позаду нього. Його задача в момент падіння підхопити падаючого. Головним в цій вправі є підхвачування (з хитрощами) на різних рівнях, аж до низу біля килима. При підхваті ноги розставлені, потрібно слідкувати щоб коліно підхвачуючого не було під головою падаючого. Порушення, коли падаючий робить підшаг назад або виконує присід (згинання ніг). 90-95% студентів не змогли виконати вправу в кількості 6 спроб. Не змогли подолати психологічний бар'єр. Після сьомої спроби 55-60% студентів виконали згідно дотримання правил при виконанні даної вправи. Явно було помітно, що це підвищило у студентів впевненість, рішучість.

Результат і дискусія або обговорення. Тема дослідження є дуже важливою та цікавою для наукової спільноти. У навчальних програмах ВНЗ не торкаються тематики щодо цілеспрямованого розвитку у студентів спеціальних якостей на випадок їх перебування в критичних ситуаціях. Вміння орієнтуватися в них можна оцінювати як захист від зовнішньої загрози.

Мета, завдання, висновки перетинаються з назвою дослідження.

Методи дослідження доступні, між тим доцільно формувати розвиток якостей з оцінкою на результат. Не тільки мати пізнання, а й практично їх закріплювати, проводити системний практикум. Результатом навчання є підвищення у студентів впевненості, рішучості. Підбір вправ для подолання психологічного бар'єру, є творчим процесом. Головне дотримуватися послідовності від простих тестів до складних. Проведення тестування – це процес відбору, визначення рівня психологічної стійкості студентів.

Дану тематику дослідження можна розширити на основі розвитку вмінь розпізнати загрозу за рівнем їх прояву. Методи, принципи розвитку спеціальних якостей доцільно включати в загальні навчальні програми за існуючими дисциплінами «Самооборона», «Самозахист» або «Безпека життєдіяльності».

**Висновки з дослідження та перспективи подальших наукових досліджень.** Проведений аналіз літератури та методичних розробок, навчальних програм показав, що з боку науковців, спеціалістів недостатньо приділялася увага відносно підготовки та готовності студентів до діяльності в критичних ситуаціях.

На основі проведеного дослідження визначені пріоритетні якості для їх розвитку у студентів: таких як комунікабельність – сприяє пошуку шляхів знижування ризиків «дипломатичним» або іншим засобам впливу; увага, зосередженість – сприяє своєчасно сприймає загрози; творчі здібності – пошуку варіантів виходу з критичної ситуації; рухової чутливості; воля – сприяють регулюванню емоцій; швидкість; силові зусилля; гнучкість – сприяє оцінювати власні можливості (спроможності) відповідно до загрози; підбір вправ з подолання психологічного бар'єру – сприяє розвитку рішучості, психологічної впевненості. Перелік вказаних розвинутих якостей – сприяють оптимізувати власну поведінку та прийняти правильне рішення відповідно до рівня загроз в поєднанні з розвинутими фізичними якостями, спроможності діяти в критичних ситуаціях значно підвищується. На відміну розвитку фізичних якостей, розвиток спеціальних якостей відбувається за іншими методами та принципами. Їх розвиток буде кращим в комплексі динамічного моделювання зі спеціальними руховими діями. Доведено, що цілеспрямований розвиток якостей у студентів надає їм більше впевненості, рішучості, орієнтованості, спроможності в прогнозуванні потенційної загрози. З'ясовано, що під час розвитку якостей у деяких студентів може розвинути побічна якість «всесильного», що є негативним відносно їх спроможностей до прояву реальної загрози. Бажано, як рекомендацію, впроваджувати методи й принципи розвитку спеціальних якостей в навчальному процесі за дисципліною «Самооборона», «Самозахист».

## References

1. Босенко А. І., Федоренко І. В., Радзієвський Р. М. Організаційне упорядкування як засіб удосконалення фізичної підготовки військовослужбовців. *Науковий вісник Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського* : зб. наук. пр. 2018. № 5. С. 7-13. [in Ukrainian].  
Bosenko A. I., Fedorenko I. V., Radziievskiy R. M. Orhanizatsiine uporiadkuvannia yak zasib udoskonalennia fizychnoi padhotovky viiskovoslužbovtsiv. [Organizational ordering as a means of improving the physical training of military personnel]. *Naukovyi visnyk Pivdenoukrainskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni K.D. Ushynskoho*: zб. Nauk.pr. 2018. № 5. С. 7-13. [in Ukrainian].
2. Пліско В. І. Формування у співробітників стійкого психомоторного стану до зовнішніх проявів небезпеки. К: РІО МВС України, 1991.  
Plisko V. I. Formation of a stable psychomotor state in employees to external manifestations of danger. K: RIO of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine, 1991. [in Ukrainian].
3. Бондаренко В. В., Решко С. М., Хмелюк А. Р. Реалізація стратегії національно-патріотичного виховання на заняттях зі спеціальної фізичної підготовки курсантів ЗВО МВС України. Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. (Вінниця, 24 берез. 2023 р.). Вінниця : ХНУВС, 2023. С. 12–13. URL: <http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/16265>.

- Bondarenko V.V., Reshko S.M., Khmeliuk A.R. Realizatsiia stratehii natsionalno-patriotychnoho vykhovannia na zaniattiakh zi spetsialnoi fizychnoi pidhotovky kursantiv ZVO MVS Ukrainy. Psykholohichni ta pedahohichni problemy prfesiinonii osvity ta patriotychnoho vykhovannia personalu systemy MVS Ukrainy [Implementation of the strategy of national-patriotic education in classes on special physical training of cadets of higher education institutions of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine. Psychological and Pedagogical Problems of Professional Education and Patriotic Education of the Personnel of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine]. materialy Vseukr. nauk.-prakt. konf. (Vinnytsia, 24 berez. 2023 p.). Vinnytsia KhNUVS, 2023. S. 12–13. URL: <http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/16265>. [in Ukrainian].
4. Дрозд О. В. Фізичний стан студентської молоді західного регіону України та його корекція засобами фізичного виховання: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту: спец. 24.00.02 / «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». К., 1998. 24 с.  
Drozd O. V. Fizychnyi stan studentskoi molodi zakhidnoho rehionu Ukrainy ta yoho korektsiia zasobamy fizychnoho vykhovannia : avtoref. dys. Na zdobuttia nauk. stupenia kand. nauk z fiz. vykhovannia i sportu [Physical condition of student youth in the western region of Ukraine and its correction by means of physical education]: spets. 24.00.02 / «Fizychna kultura, fizychno vykhovannia riznykh hrup naseleennia». К., 1998. 24 с. [in Ukrainian].
  5. Жорнова М. Психологія лідерства у студентській академічній групі. Актуальні проблеми психології в закладах освіти. 2022. С. 256–260. URL: <https://doi.org/10.31812/psychology.v6i.7352>  
Zhornova M. Psykholohiia liderstva u studentskii akademichnii hrupi. Aktualni problemy psykholohii v zakladakh osvity [Psychology of leadership in the student academic group. Actual problems of psychology in educational institutions] 2022. С. 256–260. URL: <https://doi.org/10.31812/psychology.v6i.7352>. [in Ukrainian].
  6. Кисленко Д. П. Професійно-кваліфікаційна характеристика, як наукова основа побудови методики навчання майбутніх фахівців з охоронної діяльності до використання інформаційних технологій. Наукові записки Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія: Педагогічні науки. 2017. Вип. 135. С. 132–137.  
Kyslenko D.P., Profesiino-kvalifikatsiina kharakterystyka, yak naukova osnova pobudovy metodyky navchannia maibutnikh fakhivtsiv z okhoronnoi diialnosti do vykorystannia informatsiinykh tekhnolohii. [Professional and qualification characteristics as a scientific basis for building a methodology for training future security specialists to the Use of Information Technologies] Naukovi zapysky Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P. Drahomanova. Serii: Pedahohichni nauky. 2017. Vyp. 135. С. 132–137. [in Ukrainian].
  7. Казанцев І. О. Методика розвитку спеціальних силових якостей студентів, які займаються дзюдо : кваліфікаційна робота магістра спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» / наук. керівник А. П. Конох. Запоріжжя : ЗНУ, 2022. 73 с.  
Kazantsev I. O. Metodyka rozvytku spetsialnykh sylovykh yakosteiv studentiv, yaki zaimaiutsia dziudo [Methods for the development of special strength qualities of students engaged in judo]: kvalifikatsiina robota mahistra spetsialnosti 017 «Fizychna kultura i sport» / nauk. kerivnyk A. P. Konokh. Zaporizhzhia : ZNU, 2022. 73 с. [in Ukrainian].
  8. Канунова Л., Джим В. Визначення кореляційного взаємозв'язку між показниками змагальних і спеціальних вправ та морфофункціональними показниками у гирьовичок 12-15 років. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2020. №2. С. 119–135.  
Kanunova L. Vyznachennia koreliatsiinoho vzaemozv'язku mizh pokaznykamy zahalnykh i spetsialnykh vprav ta morfofunksionalnymu pokaznykamy u hyriovychok 12-15 rokiv [Determination of the correlation between the indicators of competitive and special exercises and morphofunctional indicators in kettlebell lifters 12-15 years old] / L. Kanunova, V. Dzhym. // Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk. 2020. №2. С. 119 – 135. [in Ukrainian].
  9. Пилипей, Л. П. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів [Текст] : монографія. Суми : ДВНЗ «УАБС НБУ», 2009. 312 с.  
Pylypei L. P. Profesiino-prykladna fizychna pidhotovka studentiv [Professional and applied physical training of students] [Tekst] : monohrafiia. Sumy : DVNZ “UABS NBU”, 2009. 312 с. [in Ukrainian].
  10. Радзівський Р. М., Іванов В. Д., Новік Я. С. Підвищення кваліфікації фахівців з охоронної діяльності в умовах воєнного стану – Академічні візії, 2023.  
Radziievskiy R.M., Ivanov V.D., Novik Ya.S. Pidvyshchennia kvalifikatsii fakhivtsiv z okhoronnoi diialnosti v umovakh voiennoho stanu [Advanced training of security specialists under martial law] – Akademichni vizii, 2023. [in Ukrainian].
  11. Юдін Владислав, Кисленко Дмитро, Радзівський Ростислав, Михайлов Володимир. Комплекс високоінтенсивних тренувань із фізичної, вогневої та тактико-спеціальної підготовки військовослужбовців (фахівців охоронної діяльності) Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Педагогічні науки: № 1(60) (2024).  
Yudin Vladyslav, Kyslenko Dmytro, Radziievskiy Rostyslav, Mykhailov Volodymyr. Kompleks vysokointensyvnykh trenuvann iz fizychnoi, vohnrvoi ta taktyko-spetsialnoi pidhotovky viiskovosluzhbovtiv (fakhivtsiv okhoronnoi diialnosti) [A set of high-intensity trainings for physical, fire and tactical-special training of military personnel (security specialists)] Naukovi pratsi Mizhrehionalnoi Akademii upravlinnia personalom. Pedahohichni nauky: № 1(60) (2024). [in Ukrainian].

**Plisko Valerii**

ORCID 0000-0002-9717-3332

Doctor of Pedagogical Science, Professor,  
Professor at the Department of Pedagogy,  
Psychology and Methods of Physical Education,  
T. H. Shevchenko National University  
«Chernihiv Colehium» (Chernihiv, Ukraine)  
E-mail: Pliskov47@gmail.com

**Radzievskiyi Rostyslav**

ORCID 0000-0002-0047-9336

PhD (Candidate of Pedagogical Sciences),  
Associate Professor, Acting Chief of Special Department № 1,  
Institute of the Department of the State Protection of Ukraine of  
Taras Shevchenko National University of Kyiv (Kyiv, Ukraine)  
E-mail: rost0279@gmail.com

### **BASIC TRAINING OF STUDENTS FOR ACTIVITIES IN A CRITICAL ENVIRONMENT (STATE OF EMERGENCY)**

*The choice of the research topic and its relevance is caused by the problems of human existence and life in the current conditions of military operations, that means the students, as a certain category of society, are in risk conditions where there are no stereotypes. Life activities in such conditions depend on how quickly they can orient and strengthen themselves in accordance with the developed quality in overcoming psychological barriers. There is a need to teach students to perceive danger in a stable psychological state. A physically prepared student without purposeful development of special qualities does not always achieve a positive result in making the right decision and in choosing motor actions in critical situations. First of all, they must critically assess their own motor capabilities (abilities), regulate emotions, neuromuscular tension, control the condition and functions of the body. The development of special qualities, such as: communication skills, concentration, perception of danger, creative abilities, motor sensitivity, willpower, flexibility can be decisive at the time of threat. An important component of the basic training of students is that the development of these qualities provides the ability to predict a threat and thereby build their own further behavior. The development of special qualities contributes to the assessment of risks in various critical environmental conditions.*

***The mythological basis** is based on classical research methods: the method of analysis, the dialectical method, explanation and generalization. The research is aimed at expanding the basic training of students on the development of those special qualities that increase their ability to orient themselves in a timely manner and make the right decisions during their stay in the risk zone. Therefore, one of the tasks was to determine the list of qualities that are a priority for their further development and to check the level of stability in overcoming the psychological barrier based on specific exercises (for instance). The content of the special quality development is presented in the format of theses (abbreviated form), and the methods and principles of qualities formation are mainly suggested.*

***The scientific novelty** is that the development of special qualities in students within their stay in the risk zone is conceptually considered for the first time.*

***Conclusions.** It is noted that, according to the results of the study, the students show determination and self-confidence. However, there is a caution that some students do not quite correctly assess (overestimate) their own capabilities and put their health at risk. The threat level and the student's capabilities do not match. In further research, it makes sense, in accordance with the development of this topic, to teach students to recognize the degree of a potential threat by the level of its manifestation. The methods in the research can be used in selection of students for activities in various difficult situations according to their abilities, and also be a supplement for such thematic disciplines as «Self-defense», «Self-protection» or «Life safety».*

**Keywords:** students, special qualities, development, risk, psychological state, exercises.

Стаття надійшла до редакції 14.01.2025

Рецензент: доктор педагогічних наук, професор **Бондаренко В. В.**