

УДК 355.233.2:796/799(477)

DOI <https://doi.org/10.24195/olympicus/2024-4.10>**Ягупов Василь Васильович**

доктор педагогічних наук, професор,
провідний науковий співробітник науково-дослідного центру проблем
фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту
Національний університет оборони України
ORCID ID: 0000-0002-8956-3170

МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ІНТЕПРЕТАЦІЇ ФІЗИЧНОГО АБО ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ СПОРТСМЕНІВ І ФАХІВЦІВ

З'ясовано гостру необхідність системного та водночас контекстного застосування основних принципів сучасних методологічних підходів до обґрунтування змісту поняття «фізичний стан» і з'ясування його співвідношення з поняттям «функціональний стан».

Основна мета: дати методологічне обґрунтування змісту поняття «фізичний стан» та визначити його співвідношення з поняттями «фізіологічний стан», «функціональний стан» щодо фізичної підготовленості та готовності спортсменів до спортивних заходів і фахівців до професійної діяльності.

Здійснено за допомогою теоретичних методів дослідження методологічне обґрунтування змісту поняття «фізичний стан спортсменів і фахівців» на провідних ідеях і принципах суб'єктно-діяльнісного, контекстного та термінологічного методологічних підходів до їх фізичної підготовки, у тому числі й у системі вищої професійної освіти та водночас доведено помилковість застосування поняття «функціональний стан».

У результаті доведено, що фізичний стан спортсменів і фахівців знаходиться у безпосередній залежності від їх фізіологічного стану, оскільки перше поняття наповнюється конкретним змістом другого поняття, а також вони утворюють таку змістовну і процесуальну послідовність у фізичній підготовці фахівців: «професійна підготовка» – «фізична підготовка як важлива складова професійної підготовки фахівця» – «фізична підготовленість» і «фізична готовність» як важлива складова професійної готовності фахівця до професійної діяльності, а щодо спортсменів вона має таку послідовність: «загальна фізична підготовка» – «спеціальна фізична підготовка» – «фізична підготовка за конкретним видом спорту» – «фізична підготовленість» – «фізична готовність до спортивних змагань за конкретним видом спорту».

Доведено, що результатом фізичної підготовки спортсменів і фахівців є їх фізична підготовленість, що проваляється в їх позитивному фізичному стані та актуалізується у фізичній готовності спортсменів до відповідальних спортивних заходів і фахівців до певного виду професійної діяльності, а також до успішної спортивної та професійної самоактуалізації у конкретному професійному та спортивному середовищі. Фізична готовність – це системне та водночас контекстне професійно важливе психічне утворення чи інтегральний результат їх фізичної підготовленості як спортсменів і фахівців, що формує їх відповідний позитивний фізичний стан, який проявляється в цінностях фізичної культури як у конкретного спортсмена та суб'єкта професійної діяльності, теоретичній і поведінково-діяльнісній фізичній підготовленості до спортивних заходів і професійної діяльності, сформованості професійно важливих фізичних якостей, серед яких найважливішим є професійна витривалість і суб'єктність як конкретного спортсмена та фахівця.

Ключові слова: фізичний стан, функціональний стан, функціональна підготовка, фізіологічний стан, фізична підготовленість, фізична готовність, методологія, спортсмен, фахівець, термінологічні проблеми.

Вступ. Формування фізичної підготовленості та готовності спортсменів до участі в спортивних заходах і фахівців до успішної професійної діяльності та безпосереднє покращення стану їх здоров'я можливі виключно за умови організації послідовних, систематичних і системних спортивних тренувань для спортсменів, і найголовніше – контекстних цільових заходів фізичного виховання та спорту для фахівців. Для забезпечення контекстності фізичної підготовки

фахівців і тренувань спортсменів слід творчо та комплексно організовувати та проводити різні тренування та конкретні види планових і позапланових заходів фізичного виховання та спорту з урахуванням змісту професійної діяльності конкретних фахівців і специфіки конкретного виду спорту, оскільки саме такі заходи здатні зробити позитивні корегування в ситуацію зі здоров'ям і формуванням фізичної підготовленості та готовності як спортсменів до спортивних заходів, так і фахівців до професійної діяльності. У зв'язку з цим доцільно проаналізувати наукові підходи дослідників до фізичного стану, а на думку окремих науковців – функціонального стану спортсменів і фахівців, формування у них фізичної підготовленості та готовності до спортивних заходів і професійної діяльності та здійснити його методологічне обґрунтування.

Актуальність цієї проблеми зумовлена тим, що проблема їх контекстної фізичної підготовки залишається в теорії і практиці фізичного виховання та спорту не в повній мірі усвідомленою та дослідженою як науковцями, так і практиками, а її поняттєво-категоріальний апарат суперечливою та не переконливою, оскільки для вирішення цієї проблеми як синоніми не завжди обґрунтовано використовуються такі поняття як «функціональний стан», «фізичний стан», «фізіологічний стан», «фізична підготовленість». А водночас період професійної підготовки фахівців у закладах професійної освіти є принципово важливим етапом їх формування як професіоналів конкретного напрямку професійної діяльності, так і зміцнення здоров'я, формування контекстної фізичної культури, цінностей і мотивації зайняття прикладними видами спорту та найголовніше, на наше переконання, – формування їх фізичної готовності до майбутньої професійної діяльності. Так само слід підходити до формування позитивного фізичного стану спортсменів з урахуванням специфіки конкретного виду спорту.

Ця проблема завжди є актуальною у різних наукових галузях, насамперед у психології спорту, педагогії та фізіології фізичного виховання та спорту, конкретних методиках різних видів фізичного виховання та спорту тощо. Так, пошукова система «Гугл» на поняття «фізична підготовка» дає тільки 900 000 посилань, а на «фізичний стан» – 17 000 000, «функціональний стан» – 5 810 000, «фізіологічний стан» – 207 000, «фізична підготовленість» – 181 000 і «фізична готовність» – 6 550 000 (на 26.09.2024 р.), тобто фізична підготовка і готовність чи фізичний стан спортсменів і фахівців є вкрай актуальними і досліджуються багатьма науковцями та практиками у методологічному, теоретичному, практичному та прикладному аспектах.

Отже, тут прослідковуються певні **тенденції**. Зокрема, по-перше, достатньо висока кореляція має бути обов'язково між фізичною підготовкою, підготовленістю та готовністю чи фізичним станом респондентів, оскільки без фізичної підготовки немає фізичної підготовленості, а без неї – фізичної готовності чи позитивного їх фізичного стану до певного виду професійної діяльності та конкретного спортивного заходу. Водночас науковці слушно наголошують про їх взаємозв'язок: «За результатами проведених досліджень отримано нові дані про те, що рівень фізичної підготовленості військовослужбовців-операторів в процесі служби статистично достовірно знижується залежно від терміну служби...» [13, с. 93].

По-друге, відсутність кореляційного зв'язку між фізичним і фізіологічним станом досліджуваних, а він між ними має бути обов'язково, оскільки суттєву складову фізичного стану будь-якого респондента складає, з одного боку, як свідчать результати багатьох наукових досліджень, його фізіологічний стан, а також для з'ясування фізичного стану респондентів багато науковців переважно використовують фізіологічні шкали [2; 4–9; 12; 13; 27], а з іншого – безпосередньо слід враховувати морально-психічний стан, чи цінності та мотивацію здорового способу життя, зайняття різними видами спорту, у тому числі (далі – у т.ч.) і прикладними, а також успішної професійної діяльності та насиченого спортивного життя.

По-третє, не спостерігаємо стійкого кореляційного зв'язку між поняттями «фізичний стан», «функціональний стан» і «фізіологічний стан», тобто деякі з цих понять, з одного боку, є обґрунтованими, а з іншого – є штучно створеними, оскільки не користуються популярністю у науковому середовищі. Звертаємо на основну тенденцію – домінує поняття «фізичний стан».

Отже, аналіз та узагальнення наявних наукових джерел із проблеми статті підтверджують ці тенденції. Так на актуальність проблеми фізичного та функціонального станів людини,

фахівців і спортсменів звертали та продовжують звертати увагу багато провідних науковців у галузі психології та фізіології (Б. Ананьєв, П. Анохін, Г. Балл, В. Бодров, А. Карпуніна, В. Клименко, Т. Кодлубовська, О. Кокун, Р. Лазарус, О. Леонтьєв, Б. Ломов, С. Максименко, О. Малхазов, Г. Сельс, О. Тімченко та ін.).

Достатньо багато вітчизняних і закордонних науковців досліджують фізичний стан осіб різних вікових, соціальних і професійних груп, спортсменів (Л. Апанасенко, О. Благій, О. Дрозд, Д. Коновалов, Є. Пирогова, В. Ягупов тощо), у т.ч. і студентів (О. Коломійцева, Є. Котов, В. Краснов, Р. Раєвський, О. Церковна, Б. Шиян, О. Ярмач та ін.), а також з'ясовують взаємозв'язок між фізичним станом і здоров'ям (Л. Апанасенко, Л. Сергієнко, В. Шигалевський та ін.) і досліджують фізичний розвиток студентів (І. Вржесневський, А. Ольховик).

У низки науковців предметом дослідження є психофізіологічний стан спортсменів (Д. Вольський, О. Дудник, О. Жирнов, Г. Коробейніков, Л. Коробейнікова, В. Лизогуб, В. Міщенко, М. Макаренко тощо).

Військовими науковцями досліджується як функціональний (О. Петрачков, О. Ярмач) і фізичний (Ю. Бородин, В. Красота, І. Овчарук, О. Ольховий, О. Піддубний та ін.) стани, так і фізична готовність офіцерів (Д. Коновалов, В. Пронтенко, В. Ягупов та ін.) до майбутньої військово-професійної діяльності. Фізична готовність офіцера обґрунтовується як «...його фізичний стан..., який дозволяє йому успішно виконувати бойові та інші військово-професійні завдання за призначенням відповідно до вимог сучасного бою та стійко переносити фізичні навантаження військово-професійної, у т.ч. й безпосередньо управлінської діяльності» [22, с. 290]. Науковці також звертають увагу на моніторинг фізичного стану курсантів [27]. Отже, тут маємо реалізацію контекстного підходу до розуміння фізичного або функціонального стану різних категорій військовослужбовців. Сутність теорії контекстного підходу згідно з його теоретиками (А. Вербицький (контекстне навчання), С. Качалова (контекстний навчально-виховний процес), Н. Лаврентьєва (форми і методи контекстного навчання), Є. Ширшов, О. Чурбанова (педагогічна технологія контекстного навчання) полягає у тому, що він є концептуальною основою реалізації компетентнісного підходу в професійній освіті, а смисл контекстності полягає у створенні відповідних психолого-педагогічних, методичних та інших умов для опанування суб'єктом професійної діяльності змістом цієї діяльності, а спортсменом – змістом конкретного виду спорту.

Отже, аналіз, узагальнення та систематизація різних наукових джерел щодо проблеми статті свідчать, що у науковому середовищі немає чіткого методологічного підходу до обґрунтування понять «фізичний і функціональний стани спортсмена та фахівця».

Мета та завдання. Мета: дати методологічне обґрунтування змісту поняття «фізичний стан спортсменів і фахівців» у психології спорту, педагогіці та фізіології фізичного виховання та спорту згідно з вимогами суб'єктно-діяльнісного, контекстного та термінологічного методологічних підходів до їх фізичної підготовленості та визначити його співвідношення з поняттями «фізіологічний стан» і «функціональний стан».

У процесі дослідження вирішувались такі завдання: 1) з'ясувати співвідношення змісту поняття «фізичний стан спортсменів і фахівців» із поняттями «фізіологічний стан», «функціональний стан» щодо фізичної підготовленості та готовності спортсменів до спортивних заходів і фахівців до професійної діяльності; 2) обґрунтувати зміст поняття «фізичний стан спортсменів і фахівців».

Методи дослідження. Для вирішення поставлених у науковій статті дослідницьких завдань контекстно були використані теоретичні методи дослідження – системний і контекстний аналіз наукових джерел із проблеми статті, синтез й узагальнення наукових джерел і педагогічної практики, класифікація та конкретизація результатів психологічного, педагогічного та фізіологічного видів досліджень щодо фізичного стану фахівців і спортсменів.

Результати дослідження. Аналіз, узагальнення, систематизація та конкретизація наукових джерел щодо проблеми статті засвідчують функціонування у науковому обігу понять «фізичний стан», «функціональний стан», «фізіологічний стан», «фізична підготовленість» і «фізична

готовність» до професійної діяльності щодо різних категорій респондентів. Суттєвим аспектом є те, що ці поняття мають застосуватися тільки контекстно до конкретної категорії фахівців і спортсменів. Контекстність – це система внутрішніх і зовнішніх умов життя й діяльності фахівців і спортсменів, що впливає на сприйняття, розуміння й перетворення ними конкретної ситуації поведінки та діяльності з урахуванням їх специфіки та особливостей. При цьому внутрішній контекст розуміємо через цінності, мотивацію, індивідуально-психічні особливості, професійні та спортивні знання і досвід, а зовнішній – через предметні, соціокультурні, просторово-часові, професійні та спортивні інші характеристики обставин, в яких відбувається їх поведінка, діяльність, тренування та змагання.

Насамперед виникають суперечності між прикметниками «фізичний», «функціональний» і «фізіологічний» щодо стану респондентів у певних життєвих, поведінкових, діяльнісних та інших ситуаціях, які пов'язані з конкретними фізичними зусиллями, навантаженнями та в екстремальних видах діяльності й в спорті – фізичними перевантаженнями. Водночас наголошуємо про універсальність поняття «фізичний стан», тобто його загальне розуміння, обґрунтування та сприйняття не залежить від специфіки та особливостей професійної діяльності конкретної категорії фахівців і спортивного буття певної категорії спортсменів.

Згідно з Тлумачним словником української мови прикметник «Функціональний, а, е. 1. Пов'язаний з виконанням певної функції (у 1, 2 знач.), залежний від діяльності, призначення, а не від структури, будови... 2. Пов'язаний з функцією, функціями (у 3 знач.)... 3. Стос. до функції (у 4 знач.)...» [19], Словником іншомовних слів – «Фізіологічний: той, що стосується функцій організму (його фізіології)» [17], тобто він має виключно відношення до функцій, які реалізує суб'єкт поведінки та діяльності.

У Словнику іншомовних слів прикметник «фізичний» щодо проблеми нашого дослідження означає наступне: «2. Пов'язаний з організмом людини, роботою м'язів, тілесний» [17], а його синонімами згідно з Словником синонімів української мови є «м'язовий, матеріальний, матеріальний, мускульний (силу), не духовий, предметний, речовий, статевий, тілесний, фізіологічний (потреби організму)» [18], а в Практичному словнику синонімів української мови маємо його уточнення: «Фізичний, (світ) матеріальний, речовий, предметний, не духовий; (недолік) тілесний; (- потреби організму) фізіологічний; (- силу) мускульний, м'язовий» [14]. Звертаємо увагу щодо прикметника «фізіологічний», що він має виключно фізіологічний аспект – тільки фізіологічні потреби організму, а щодо прикметника «фізичний», то прикметник «функціональний» не є йому синонімом.

Згідно з Публічним електронним словником української мови, прикметник «фізичний» означає наступне: «2. *фіз.* Сукупність величин, що характеризують фізичні ознаки тіла...» [15], Словником української мови у 20 томах – «стан: Дієслівна категорія, суть якої полягає в морфологічно-синтаксичному відображенні відношення між суб'єктом, об'єктом і дією; в укр. мові – активний і пасивний стан...» [3].

Отже, фізичний стан людини як фахівця та спортсмена, по-перше, згідно з різними словниками української мови трактується однозначно, наприклад, сукупність величин, які характеризують певні фізичні ознаки тіла людини; по-друге, науковцями, з одного боку, трактується неоднозначно прикметники «фізичний», «функціональний» і «фізіологічний», а з іншого – ці прикметники щодо стану людини у певних життєвих, поведінкових, діяльнісних та інших ситуаціях, які пов'язані з певними фізичними зусиллями та фізіологічними процесами, навантаженнями, як вони використовуються певними науковцями, не корелюються з словниками української мови. У різних словниках української мови поняття «стан» і «функціональний» чітко наповнюються конкретним змістом, які між собою повністю відрізняються. Відповідно, по-перше, поняття «функціональний стан» і «фізичний стан» між собою повністю відрізняються; по-друге, прикметник «функціональний» щодо поняття «стан» не можна використовувати.

Але наявність таких термінологічних упущень серед науковців свідчать про те, що вони в їх трактуванні не дотримуються поняттєвої точності і смислової відповідності, а також вимог

системності, вмотивованості та точності поняттєво-категоріального апарату щодо змісту понять «фізичний стан», «функціональний стан», «фізіологічний стан», «функціональна підготовка», «фізична підготовленість» і «фізична готовність». Це свідчить про те, що ці науковці не здатні, на жаль, однозначно та конкретно виокремити та охарактеризувати основні їх прояви та риси, спільне та відмінне між ними. Відповідно, їх висловлювання не дають можливості створювати похідні поняття, оскільки в них немає стислості написання та легкості звучання, а також відсутня милозвучність. Для їх недопущення та забезпечення чіткості й однозначності цих понять взагалі та конкретно понять «фізичний стан» і «функціональний стан» необхідно було зазначити одну його головну ознаку в цих дефініціях – це **професійно чи спортивно важливе психічне утворення як тимчасове системне психічно-фізичне явище**, яке формується і вдосконалюється у процесі набуття професійної освіти, фізичного виховання та самовиховання фахівців, спортивних тренувань, фізичного виховання та самовиховання спортсменів, а за необхідності перерахувати декілька ознак, яких достатньо для розкриття специфіки його обсягу і змісту. Слід пам'ятати одне – будь-які психічні, фізичні та інші навички, вміння та здатності – це різні психічні утворення людини, а не фізіологічні.

Відповідно слід було науковцям дотримуватися при формулюванні дефініції поняття «фізичний стан», а також інших понять таких правил: «1. Правило розмірності, яке вимагає, щоб обсяг поняття, що визначається, відповідав обсягу того поняття, яке воно визначає, тобто ці поняття мають бути тотожними. 2. Нове поняття не повинне бути тавтологічним. 3. Поняття має бути чітким і однозначним. Якщо при визначенні поняття важко зазначити одну ознаку, називають декілька ознак, достатніх для розкриття специфіки його обсягу і змісту» [25, с. 41]. А у нашому випадку таким поняттям є «професійно чи спортивно важливе психічне утворення».

Наголошуємо, що «...має бути педагогічна культура та термінологічна точність науковця, тобто кожне педагогічне поняття має відображати тільки те, що йому «належить» у педагогіці та яку функцію воно реалізує у ній» [26, с. 346].

Результати нашого аналізу та узагальнення щодо цих понять показують, що більшість науковців, як правило, не дотримуються, на жаль, цих правил [2; 4–9; 12; 13; 27 тощо]. Відповідно систематизація та конкретизація наявних їх дефініцій свідчать, що вони, як правило, не відповідають вимогам термінологічного підходу до їх формулювання та водночас демонструють, що науковці не мають єдиного термінологічного розуміння щодо їх тлумачення, оскільки допускають вільне та водночас ненаукове трактування прикметників «фізичний», «функціональний», «фізіологічний» щодо стану спортсмена та фахівця. Це також стосується як їх розмежування, так і щодо співвідношення.

Такі певні термінологічні упущення маємо у багатьох наукових дослідженнях із проблеми фізичної культури та спорту, в яких науковцями розв'язуються різні методологічні, теоретичні та методичні аспекти функціонального стану різних респондентів і його діагностування. Так, за даними О. Малхазова, студенти мають виражену тенденцію до погіршення своїх психофізіологічних шкал [11]. А окремі науковці навіть, на жаль, не досліджують фізичний стан фахівців, хоча у них у змісті професійної підготовки є фізична підготовка, а не фізіологічна та функціональна види підготовки. Так на наявність взаємозалежності між різними станами людини та фахівця слушно наголошує Т. Кодлубовська: «Сутність концепції полягає в регуляції **духовних (моральних), психологічних, фізіологічних рівнів функціональних станів** (виділ. наше) правоохоронців і досягненню у них рівноваги балансу внутрішнього середовища... з використанням психофізіологічного механізму зворотного зв'язку, закладених у комплексі методів і засобів...» [7, с. 40]. Відповідно, вона виокремлює різні рівні функціональних станів правоохоронців – духовний (моральний), психологічний (тільки треба використовувати прикметник «психічний», бо у людини немає психології, а є тільки психіка) і фізіологічний рівні. Тут дослідниця допускає суттєві методологічні упущення, оскільки, функціональний стан чи фізіологічні процеси не можуть управляти духовними процесами особи, а духовні цінності управляють психічними процесами, фізичним станом, а вони вже – її фізіологічними процесами та станами конкретного фахівця й спортсмена.

Отже, існує необхідність проаналізувати зміст і трактування поняття «функціональний стан», які дають, обґрунтовують і пояснюють різні науковці. Одним із засновників цього поняття був ще радянський дослідник В. Медведєв, який його у своїй книзі визначив як **інтегральний комплекс характеристик тих функцій і якостей людини, які прямо чи опосередковано зумовлюють виконання нею діяльності**. Отже, найголовніше тут наступна ідея – цей стан пов'язаний із реалізацією особою функцій певного виду діяльності, від якої сучасні дослідники практично відмовилися. Але, чомусь інші науковці також забули сутність цього поняття, на якому зосереджував він увагу – функціональний стан людини пов'язаний із реалізацією нею функцій певного виду діяльності. Водночас він та інші науковці допустили методологічну помилку: фізіологічні процеси самі по собі без цінностей, мотивації, досвіду діяльності, фізичних зусиль у цілеспрямованій діяльності не проявляються, первинними є цінності та мотивація конкретного виду діяльності, вторинними – фізичні зусилля, а потім вже фізіологічні процеси суб'єкта діяльності: «... діяльність становить вимір багаторувної структури особистості, якій можна диференціювати на такі компоненти, як цілеутворювальний, ціннісно-мотиваційний, інформаційно-пізнавальний, емоційно-вольовий, поведінково-діяльнісний і результативний» [21, с. 65].

Окремі науковці достатньо слушно вважають, що «Функціональний стан характеризує працездатність систем організму людини, які забезпечують нормальну життєдіяльність, формують необхідний запас міцності на випадок екстремальних життєвих ситуацій, сприяють активній протидії негативним чинникам професійної діяльності, підтримують стабільне здоров'я протягом тривалого часу» [5, с. 57]. У цьому висловлюванні також бракує ціннісно-мотиваційного аспекту і фізичних зусиль суб'єкта діяльності, що особливо важливо в екстремальних умовах діяльності.

Наступні автори наголошують, що «Однією з важливих складових функціонального стану спортсменів є стан психофізіологічних функцій» [6, с. 94], тобто повний нонсенс, оскільки, на їх думку, функціональний стан спортсмена складається з стану психічних і фізіологічних функцій. «Оцінка психофізіологічного стану включала кілька тестів: ПЗМР – визначення простої зорово-моторної реакції; РВ1-3 – визначення реакції вибору одного сигналу з трьох; РВ2-3 – визначення реакції вибору двох сигналів з трьох» [6, с. 95]. Напевно, для з'ясування психічних і фізіологічних аспектів функціонального стану кваліфікованих кікбоксерів цих трьох методик вкрай недостатньо. Тут має бути з'ясування специфіки функціонування певних фізіологічних процесів кваліфікованих кікбоксерів, а їх спортивна поведінка включає всі види фізіологічних реакцій, а найголовніше – психічних – ціннісно-мотиваційних, когнітивних, пізнавальних, вольових і поведінково-діяльнісних – реакцій.

Отже, як свідчить вищевикладений аналіз понять «фізичний стан», «функціональний стан», «фізіологічний стан», узагальнення та конкретизація його результатів дають можливість наголошувати, що ці поняття є одним із найбільш суперечливих і невизначених у науці, оскільки існує величезна кількість різноманітних, у т.ч. і вкрай суперечливих їх дефініцій. Це пов'язано з такими обставинами: по-перше, з допущенням науковцями методологічної помилки: не фізіологічні процеси управляють поведінкою та діяльністю будь-якого суб'єкта діяльності, а його цінності та мотивація, зміст, методи, засоби і характер цієї діяльності; по-друге, з великою кількістю проблем фізичного виховання та спорту конкретної категорії респондентів, коли науковці їх намагаються досліджувати, інтерпретувати та розв'язувати за допомогою функціонального стану; по-третє, з відсутністю конкретного предмета дослідження щодо функціонального стану респондентів у багатьох наукових дослідженнях; це з методології наукового дослідження вкрай невірно чи помилково, оскільки «Головна мета констатувального експерименту у сфері фізичного виховання та спорту всіх категорій військовослужбовців – зафіксувати актуальні реалії щодо фізичної підготовленості та готовності конкретної категорії військовослужбовців... до бойової діяльності, що необхідно для з'ясування таких проблемних питань: по-перше, для їх діагностування; по-друге, з'ясування фізичної підготовленості та готовності конкретної категорії військовослужбовців...; по-третє, ці поняття – фізична підготовленість і готовність військовослужбовців, на жаль, науковці трактують і розуміють по-різному;

відповідно їх необхідно чітко з'ясувати хоча б в межах конкретного експериментального дослідження...» [24, с. 197]; по-четверте, з відсутністю універсальної методики та достатнього комплексу часткових методик дослідження функціонального стану людини, оскільки немає конкретного предмета дослідження.

Підтвердженням цих положень є такі тези: «Функціональний стан – це комплекс, який включає такі функціональні процеси: хімізм тіла, серцево-судинні зміни; міміку... і пантоміміку...; інтонаційна забарвлення; ритм і спосіб дихання; лад мислення і картину світу; поведінкові установки та програми; фіксують весь цей комплекс кінестетичні відчуття. Функціональний стан – душевний і фізичний стан людини, визначається не його стабільною конституцією, а тонкими настройками... Будь-яка людина завжди знаходиться в тому чи іншому функціональному стані – він спокійний або збуджений, втомився або бадьорий, уважний чи розсіяний, налаштований до когось або від чогось, його увагу притягнуто до когось чи чогось...» [20]. Отже, тут маємо всі варіанти – і позитивні, і негативні, і повне нерозуміння проблеми дослідження.

Аналогічну позицію маємо в наступному висловлюванні: «функціональний стан визначають як: фізіологічний стан організму і його систем...; фонову активність центральної нервової системи... Функціональний стан визначається як комплекс взаємопов'язаних фізіологічних реакцій» [16].

Отже, для цих науковців немає відмінності між поняттями «функціональний стан» і «фізіологічний стан», «стан» і «функція», що характерний для більшості науковців, які досліджують функціональний стан спортсменів. А друге методологічне упуцнення – «Функціональний стан визначається як комплекс взаємопов'язаних фізіологічних реакцій», який навіть повністю суперечить дефініції В. Медведєва. Підтвердженням такого тезису й є наступне висловлювання: «Відповідна функціональна система формується із залучанням психофізіологічних функцій організму спортсмена, основним компонентом якої є нейродинамічні функції» [8, с. 96].

У цих висловлюваннях маємо такі **суттєві методологічні, змістовні та термінологічні упуцнення науковців, які досліджують різні аспекти функціонального стану різних спортсменів і фахівців:**

по-перше, комплекс фізіологічних реакцій – це певний фізіологічний процес, а не реалізація функції, оскільки для її реалізації будь-якому суб'єкту діяльності потрібні мінімум мета й мотивація до цієї діяльності та комплекс певних моральних, емоційних, вольових, поведінково-діяльнісних, фізичних і фізіологічних зусиль для активної поведінки та діяльності;

по-друге, функціональний стан вони, як правило, зводять тільки до фізіологічного стану організму і його систем, а також до фонові активності центральної нервової системи. А цього вкрай недостатньо для реалізації будь-якої функції діяльності, особливо в спорті та в екстремальних видах діяльності;

по-третє, функціональний стан – це, на думку певної частини дослідників, система фізіологічних і нейродинамічних функцій, тобто функціональний стан – це система функцій – повний абсурд як з точки зору здорового глузду, так і з наукової – термінологічної, логічної.

Науковці також наголошують, що залежно від ступеня нейрофізіологічного конфлікту формується певний функціональний стан людини – нормальний, порушений і патологічний. Вони вважають, наприклад, що «Нормальний стан характеризується тим, що конфлікт між основною і другорядною функцією згладжується чи повністю долається... Особливість нормального стану полягає в тому, що витрачання функціональних ресурсів організму не виходить за межі його можливостей...» [16]. Отже, тут науковці функціональний стан повністю зводять тільки до фізіологічних процесів респондентів, що невірно, однобоко.

Маються достатньо парадоксальні його визначення – «У цілому функціональний стан визначають як *системну і багатомірну реакцію адаптації* (виділ. наше), як інтегральне відображення об'єктивної реальності... Тому функціональний стан як об'єкт залежить і від змін у психічних станах... і, по-друге, зумовлюються впливом зовні, у т.ч. вимогами професійної діяльності... Функціональний стан виступає у формі розв'язання суперечності між цими

двома потоками змін за рахунок «переказу» факторів зовнішнього впливу до *внутрішнього зміну стану* (виділ. наше)... *Функціональний стан*, як відображення цієї взаємодії внутрішніх і зовнішніх детермінант, розкриваються особливості та суперечності різних підходів до *функціонального стану*... (виділ. наше)» [7, с. 64–65].

Отже, у цьому висловлюванні мінімум допущена одна методологічна помилка, не функціональний стан керує психічним станом суб'єкта діяльності, а навпаки, а психічним станом управляють цінності та мотивація відповідної поведінки та діяльності, а також відповідні психічні процеси – емоційні, вольові та пізнавальні: «ціннісна вмотивованість дій, вчинків, поведінки і в цілому діяльності, що демонструє причинну зумовленість діяльності особистості як її суб'єкта» [21, с. 68].

Наступна методологічна та термінологічна помилка дослідниці – «*Функціональний стан*, як відображення цієї взаємодії внутрішніх і зовнішніх детермінант, розкриваються особливості та суперечності різних підходів до *функціонального стану*». Про що тут написано, не зрозуміло. Так, навіть дослідники функціонального стану акцентують увагу на цьому аспекті. Наприклад, Н. Данилова у своїй книзі наголошувала, що головним змістом функціонального стану людини є системна інтеграція функцій і особливо її регулювальних механізмів. Вона наголошує, що основу взаємодії функціонального стану та діяльності складає двобічний взаємовплив і функціональний стан являє собою систему рівнів – психічного, фізіологічного та поведінкового.

Кодлубовська Т. слушно ставить проблемне запитання: «Виникає запитання: що таке функціональний (психофізіологічний) стан? Звернімось до визначень, в яких функціональний і психофізіологічний стан розглядається як синоніми. Функціональний стан – це: сукупність функцій і якостей, які прямо або опосередковано зумовлюють порядок виконання діяльності; симптомокомплекс фізіологічних і психофізіологічних характеристик, від яких залежить активність систем організму, у т.ч. і працездатність...; фізіологічні та психологічні показники, інтегральна величина актуальних властивостей людини, яка забезпечує ефективність її діяльності...; цілісні функціонально-системні реакції на зовнішні та внутрішні стимули, спрямовані на досягнення корисного результату...» [7, с. 55–56].

Отже, тут маємо певні проблемні ситуації. По-перше, функціональний і психофізіологічний стани – це різні стани? По-друге, так і не зрозуміло, що таке функціональний стан людини, тобто проблемних питань стає більше.

Наступна проблема – це *класифікація основних видів функціонального стану*. Науковці виокремлюють такі його види: «активаційні стани в континуумі «кома – глибокий сон – поверхневий сон – дрімота – пробудження – пасивна бадьорість – активна бадьорість – емоційне збудження – надмірне збудження»; працездатність – втома, монотонія; психічне напруження – спокій – розслаблення; емоційний стрес... Дослідники практичних станів додають до них такі стани: функціонального комфорту – дискомфорту; відсутності мотивації; тривоги; індивергентності...» [7, с. 55–56].

Така класифікація не вносить ясності в розв'язання проблеми функціональних станів, оскільки не виокремлені чіткі критерії їх класифікації і водночас, наприклад, тривога (правильно – тривожність) не є функціональним станом, а тривожність є проявом напруженого емоційного стану особи в силу певних обставин її поведінки та діяльності.

Отже, у цих та інших висловлюваннях і визначеннях функціонального стану, з'ясування його різновидів науковцями порушені, на жаль, всі вимоги термінологічного підходу до формулювання понять і категорій, відсутній предмет класифікації та відповідні відсутні чіткі її критерії. Ми даємо однозначну їх дефініцію: «...фізична підготовленість – це фізична загартованість і сформованість основних фізичних навичок і вмінь, а також професійно-важливих фізичних якостей військовослужбовця як військового професіонала, а фізична готовність – це власне фізичний стан фізичної підготовленості, який дає змогу успішно виконувати різні завдання за посадовим призначенням шляхом актуалізації кожним військовослужбовцем своєї фізичної підготовленості...»

Фізична готовність майбутнього офіцера – це його фізичний стан як військовослужбовця..., який дає йому змогу успішно виконувати бойові... та інші військово-професійні завдання за посадовим призначенням відповідно до вимог сучасного бою та стійко переносити фізичні навантаження військово-професійної, у т.ч. і безпосередньо управлінської діяльності у військових підрозділах і частинах... Отже, ці два поняття взаємопов'язані та взаємозумовлені, одного фізичного явища немає без іншого, але на першому місці – фізична підготовленість, а на другому – фізична готовність військовослужбовця до військово-професійної діяльності» [24, с. 198].

Наступна проблема – **відсутність чіткого інструментарію діагностування функціонального стану респондентів**, оскільки вже саме визначення поняття «функціональне діагностування» викликає багато запитань: «функціональна діагностика – комплексна система аналітико-методичних підходів до визначення й оцінки функціонального стану органів і систем організму» [10, с. 6], оскільки таке визначення містить багато упущень – термінологічних, поняттєвих, змістовних, стилістичних і логічних.

Особливо така плутанина має місце у діагностуванні функціональних станів різних категорій респондентів: «У жодному випадку... не можемо не відзначити один факт. Навіть побіжний аналіз матеріалу з проблеми функціональної діагностики, **особливо в галузі фізичної культури і спорту** (виділ. наше), дозволив констатувати як істотну широту розроблених **методичних підходів** (виділ. наше), з одного боку, так і значну їх розрізненість, **відсутність чіткого алгоритму функціонального обстеження конкретного спортсмена, фізкультурника або просто людини** (виділ. наше), яка не займається ні фізичною культурою, ні спортом – з іншого» [10, с. 7].

У своїй статті М. Гресь комплексно підходить до їх визначення: «фізичний розвиток, фізична роботоздатність, фізичне здоров'я та фізична підготовленість» [4, с. 60], тобто, з одного боку, автор на чотирьох сторінках статті продіагностував чотири різних предмета дослідження, кожен з яких може бути предметом окремої докторської дисертації, а з іншого – у статті немає щодо кожного з них чітких критеріїв і показників їх діагностування, тобто безпредметне діагностування.

Дубчук О. також допускає методологічну помилку: «**Показники результатів фізіологічного тестування** (виділ. наше), які включали оцінку фізичного стану й фізичної працездатності, указують на необхідність пошуку сучасних ефективних засобів фізичного виховання для їх корекції» [6, с. 367], тобто результати фізіологічного тестування включають, на думку дослідниці, оцінку фізичного стану й фізичної працездатності. Нині немає такого комплексного фізіологічного тесту, за допомогою якого можна було б з'ясувати і фізичний стан, і фізичну працездатність респондентів. А водночас фізичний стан і фізична працездатність – це різні предмети дослідження, кожен з яких має свої критерії та показники діагностування. А чому так відбувається? Головна причина – це відсутність чи неокресленість конкретного предмета дослідження щодо функціонального стану респондентів, бо більшість науковців просто не усвідомлюють відмінність фізичного та фізіологічного аспектів досліджуваного явища, допускають їх вільне трактування та часто ототожнення. Це вкрай недопустимо ні в методологічному, ні в теоретичному аспектах.

Водночас зрозуміло, в одному науковому дослідженні не можна охопити умовний функціональний стан респондента у повному обсязі, оскільки просто немає такого дослідницького інструментарію та відповідної комплексної методики. Але цього методологічного аспекту більшість науковців не усвідомлюють і допускають відповідну помилку, бо мається широка палітра шкал дослідження функціонального стану респондентів. Ця палітра переважно має фізіологічний, а не фізичний, психічний і поведінково-діяльнісний аспекти, а хоча самі дослідники, як правило, обґрунтовують певний фізичний аспект щодо досліджуваних – фізичну вихованість, сформованість, розвиненість, загартованість, професійно важливі фізичні якості, а не фізіологічний аспект, а коли наголошують про стан, то пишуть про фізичну готовність досліджуваних. Наприклад, у статті «Функціональний стан та фізичне

здоров'я військовослужбовців-жінок протягом проходження військової служби» автори слушно наголошують про це: «Найгірші показники функціонального стану мають жінки, вік яких понад 35 років. Встановлено, що чинна система фізичної підготовки не враховує специфіки військово-професійної діяльності та фізіологічних особливостей жінок під час навчання у військових навчальних закладах» [5, с. 55].

«Критерієм, на підставі якого можна судити про зміни функціонального стану, є зниження або підвищення ефективності діяльності... Оцінювання ефективності пропонується проводити з точки зору енергетичних витрат, розглядаючи теорію активації як психофізіологічну основу вивчення функціональних станів...» [7, с. 64]. Тут дослідниця допускає достатню вільність, коли наголошує про те, що критерієм, на підставі якого можна судити про зміни функціонального стану, є зниження або підвищення ефективності діяльності, оскільки, з одного боку, фізіологічні процеси впливають тільки на фізичну працездатність фахівця, а не на результативність діяльності, а з іншого – критерії ефективності – це окреме наукове дослідження з відповідними критеріями ефективності.

Наступна група науковців досліджує функціональний стан і фізичну підготовленість учнів ліцею з посиленою фізичною підготовкою з різним рівнем біологічної розвиненості та взаємозв'язок між їх функціональним станом і фізичною підготовленістю, тобто тут з'являється новий предмет чи критерій дослідження – біологічна розвиненість. Для цього вони використовують такі «Методи дослідження: 1) тестування фізичної підготовленості (комбінований силовий тест, біг на 100 і 1000 м, човниковий біг 4×9 м, стрибок у довжину з місця, нахил тулуба вперед з положення сидячи, підтягування з вису); 2) біологічні методи (антропометрія, визначення рівня біологічного розвитку, артеріального тиску, адаптаційного потенціалу, індексів Робінсона та Кердо, життєвого індексу, проби Штанге та Генчі); 3) методи математичної статистики.

Під час дослідження використовували такі методи: 1) контент-аналіз науково-методичної літератури; 2) тестування фізичної підготовленості (за 7-ма тестами: комбінований силовий тест, біг на 100 м, 1000 м, човниковий біг 4×9 м, стрибок у довжину з місця, нахил тулуба вперед з положення сидячи, підтягування у висі)...; 3) біологічні методи (антропометрію, визначення артеріального тиску, адаптаційного потенціалу, індексів Робінсона та Кердо, життєвого індексу (ЖІ), проби Штанге та Генчі; визначення рівня біологічного розвитку)...; 4) методи математичної статистики [9, с. 26–27]. Але науковці допускають одне суттєве упущення: антропометрія, визначення рівня біологічної розвиненості, артеріального тиску, адаптаційного потенціалу, індексів Робінсона та Кердо, життєвого індексу, проби Штанге та Генчі – це фізіологічні методи дослідження, а не біологічні, бо предмет біології інший.

Наступна група науковців практично повністю суперечить вищевикладеним предметам діагностування, яка наголошує, що «...діагностика функціонального стану організму під час занять фізичною культурою і спортом має важливе значення для оцінки ступеня впливу фізичних навантажень на організм, внесення відповідних коректувальних заходів...» [10, с. 7].

Треті автори наголошують, що «Фізичне навантаження на організм школярів залежно від віку, статі та рівня фізичного стану... регулювали за допомогою таких параметрів, як тривалість виконання вправ, кількість повторень, темп виконання вправ, вихідне положення, паузи відпочинку між вправами, амплітуда рухів, застосування вправ на гнучкість, розслаблення, дихальних вправ» [1, с. 21], тобто тут маємо абсолютно іншу методику визначення фізичного стану в порівнянні з попередніми науковцями, але достатньо обґрунтовану.

Науковці також досліджують моніторинг фізичного стану курсантів, а для цього вони використовують такі показники: фізичний розвиток, композиційний склад тіла, кардіореспіраторну систему [27, с. 57-63]. Але такий перелік викликає певні проблемні запитання. Наприклад, фізичний розвиток – це процес, який не вимірюється, відповідно фізичний розвиток є ні критерієм, ні показником. А необхідно оцінювати фізичну розвиненість курсантів, а для цього необхідні відповідні критерії та показники, яких у статті немає, оскільки це має бути окрема стаття чи дисертація.

Отже, такий різнобій у критеріях і показниках діагностування науковцями функціонального стану досліджуваних, по-перше, свідчить про те, що переважна більшість із них діють за шаблоном: усі так діагностують функціональний стан, я також так буду його вимірювати. По-друге, ті критерії та показники діагностування функціонального стану респондентів свідчать про те, що у науковців немає конкретного предмета дослідження та його основних проявів і відповідних шкал вимірювання. У зв'язку з цим маємо такий широкий діапазон критеріїв і показників, які переважно мають фізіологічний характер та, як правило, досліджують певну кількість фізіологічних процесів людини. А фізіологічні процеси та фізичний стан не тотожні між собою. По-третє, всі вищевикладені наші основні положення, тези та пропозиції про фізичний стан респондентів є обґрунтованими, оскільки для їх вимірювання використовуються такі чіткі критерії та показники: ціннісно-мотиваційний, інтелектуальний, поведінково-діяльнісний, індивідуально-психічний і суб'єктний [23, с. 44–47].

Нами «з урахуванням сутності та змісту фізичної готовності майбутніх офіцерів... до їх військово-професійної підготовки у ВВНЗ, результатів аналізу основних наукових підходів науковців до визначення структурних компонентів психологічної, професійної та особистісної видів готовності майбутніх військових фахівців до військово-професійної діяльності виокремлюємо ціннісно-мотиваційний, когнітивний, поведінково-діяльнісний, індивідуально-психічний і суб'єктний компоненти їх фізичної готовності» [24, с. 198].

Ціннісно-мотиваційний критерій дає можливість вимірювати цінності та мотивацію здорового способу життя, позитивне ставлення до своєї фізичної підготовленості та фізичного стану як певного професіонала та спортсмена.

Інтелектуальний – з'ясувати сформованість у досліджуваних таких знань: теоретичних і практичних знань про здоровий спосіб життя; сформованість, а в ідеалі розвиненість контекстних теоретичних і практичних знань про систему формування своєї фізичної підготовленості та готовності чи позитивного фізичного стану як певного професіонала та спортсмена; сформованість, а в ідеалі розвиненість системних теоретичних і практичних знань про свою фізичну підготовленість і фізичний стан чи фізичну готовність.

Поведінково-діяльнісний – з'ясувати сформованість і розвиненість таких практичних навичок, умінь і здатностей: опанування навичками, вміннями та культурою здорового способу життя як певного професіонала та спортсмена; здатність творчо використовувати методи та засоби формування, розвитку, вдосконалення та підтримання своєї фізичної підготовленості та фізичного стану як професіонала певного виду діяльності та спортсмена; сформованість, а в ідеалі розвиненість системних контекстних практичних фізичних навичок, умінь і здатностей, які складають підвалини фізичної підготовленості та дають можливість з'ясувати конкретний фізичний стан фахівця як певного професіонала та спортсмена.

Індивідуально-психічний – з'ясувати сформованість, а в ідеалі розвиненість професійно-важливих фізичних якостей як професіонала певного виду діяльності, оскільки кожна професія висуває певні фізичні вимоги до кожного професіонала, а також і спортсмена, який займається конкретним видом спорту. Наприклад, різні види витривалості є мінімально необхідними фізичними якостями як для професіоналів екстремального виду діяльності, так і для спортсменів, які займаються певними видами спорту.

Суб'єктний критерій найголовніший у поряд з ціннісно-мотиваційним, оскільки вони разом дають можливість визначити, з одного боку, наскільки фахівець і спортсмен стали суб'єктом фізичного виховання як певний професіонал і спортсмен конкретного виду спорту, а з іншого – сформованість цього компонента фізичного стану певного професіонала та спортсмена свідчить про те, що вони стали суб'єктом фізичного самовиховання.

Отже, слід чітко наголошувати та виокремити ті психічні явища, які регулюють фізичний стан людини, у т.ч. і спортсменів і фахівців. З урахуванням вищевикладених критеріїв – це такі психічні явища: 1) цінності та мотивація – те заради чого виконується певна діяльність, чим інтенсивніше і значиміше цінності та мотиви, тим чіткіше формується та актуалізується певний фізичний стан, наприклад, перемоги спортсмена на олімпійських іграх і становлення

олімпійським чемпіоном; 2) зміст самої діяльності, характер завдань, ступінь їх складності; це знання про зміст, специфіку та особливості діяльності, спортивного буття; 3) навички, вміння, здатності відповідного виду діяльності та спорту; 4) індивідуально-психічні якості; наприклад, індивідуально-фізіологічні якості спортсмена та працівника можуть мати безпосередній вплив на величину сенсорного навантаження, що може мати також форму сенсорного перенасичення, перевантаження, сенсорної депривації з недоліком сенсорних впливів; такий стан переважно має місце в екстремальних видах діяльності; 5) досвід діяльності, що визначає початковий фоновий рівень діяльності суб'єкта, який зберігає сліди від попередньої діяльності; 6) індивідуальні особливості суб'єкта діяльності та найголовніше сформованість професійної суб'єктності як суб'єкта конкретного виду діяльності та спорту.

Висновки.

1. З'ясовано, що єдиного визначення функціонального стану як людини, так і фахівця й спортсмена у науці не існує, а наявні дефініції не дотримуються вимог і принципів термінологічного методологічного підходу до формулювання нових понять і термінів і відповідно не витримують жодної наукової критики.

З'ясовано, що науковцями як синоніми використовуються поняття «фізичний стан», «функціональний стан» і «фізіологічний стан», прикметники «фізичний», «функціональний» і «фізіологічний» щодо стану людини, які пов'язані з конкретними фізичними зусиллями та навантаженнями. Але ці прикметники у різних словниках української мови чітко наповнюються конкретним змістом і змістовно між собою повністю відрізняються та, відповідно, не можуть використовуватися як синоніми щодо фізичного стану як фахівців, так і спортсменів.

2. Доведено, що у фахівця та спортсмена є відповідний фізичний стан, важливою складовою якого є фізіологічні процеси та фізіологічний стан, а не функціональний стан. А фізіологічні процеси підпорядковуються цінностям і мотивації певного виду професійної та спортивної поведінки та діяльності, суттєво залежать від набутого поведінково-діяльнісного досвіду, наприклад, спортивного, професійного, а також і цілей, специфіки, характеру і засобів конкретного виду діяльності – ігрового, навчального та професійного, а професійний і спортивний види діяльності можуть бути й екстремальними.

Обґрунтовано, що фізичний стан як спортсмена, так і фахівця характеризує їх фізичну підготовленість і готовність до конкретного виду, у т.ч. і професійної діяльності та до спортивних заходів, що дозволяє їм успішно виконувати ці види діяльності та стійко переносити фізичні навантаження екстремальних видів діяльності, наприклад, військово-професійної, спортивної. Доведено, що важливою складовою фізичного стану спортсмена та фахівця є характер протікання їх фізіологічних процесів, а ці процеси у певний час мають конкретний стан – фізіологічний, а не функціональний.

3. З'ясовано, якщо немає більш-менш узгодженого у науковому співтоваристві визначення функціональних станів фахівця та спортсмена, то і немає їх єдиної класифікації.

4. З'ясовано, що наслідком вищеперахованих методологічних упущень, теоретичних недоліків щодо визначення поняття «функціональний стан» стало діагностування її сформованості переважно на фізіологічному рівні, що свідчить про неусвідомлення науковцями як природи фізіологічних процесів фахівця та спортсмена й їх зв'язку з їх фізичним станом, поведінкою та діяльністю, так і їх безпосереднього зв'язку з ціннісно-мотиваційними, емоційно-вольовими, поведінково-діяльними, індивідуально-психічними й фізичними аспектами поведінки та діяльності фахівця та спортсмена.

Література:

1. Альошина А., Дем'янчук О. Корекція фізичного стану школярів 15–16 років засобами спортивного туризму. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2021. 4. С. 19–23. DOI: 10.32652/tmfvs.2021.4.19–23. (дата звернення: 28.09.2024).

2. Бородін Ю. А., Красота В. М., Ольховий О. М., Піддубний О. Г. Вплив несприятливих факторів військово-професійної діяльності на фізичний стан офіцерів – спеціалістів

операторського профілю. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2006. 6. С. 10–12.

3. Великий тлумачний словник сучасної української мови : 250000 / уклад. та голов. ред. В. Т. Бусел. Київ; Ірпінь : Перун, 2005. 1728 с. <https://slovnyk.me/dict/vts/%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD>. (дата звернення: 28.09.2024).

4. Гресь М. Характеристика показників фізичного стану майбутніх фахівців правоохоронної діяльності. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2019. 4. С. 59–62. URL: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2019.4.59-62>. (дата звернення: 28.09.2024).

5. Грибан Г. П., Тимошенко О. В., Романчук В. М., Боярчук О. М., Гусак О. Д. Функціональний стан та фізичне здоров'я військовослужбовців-жінок протягом проходження військової служби. *Науково педагогічні проблеми фізичної культури. Фізична культура і спорт*. 2014. 9(50). С. 55–59. URL: <https://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/5930>. (дата звернення: 28.09.2024).

6. Дубчук О. Оцінка фізичного стану студентів групи фізичної реабілітації вищих навчальних закладів. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві* : зб. наук. пр. 2012. № 4 (20). С. 364–368. URL: <https://sport.vnu.edu.ua/index.php/sport/article/view/671>. (дата звернення: 28.09.2024).

7. Кодлубовська Т. Б. Психофізіологічні механізми регуляції функціональних станів співробітників правоохоронних органів. Дис. ...д-ра псих. наук : 19.00.02 – «Психофізіологія» / Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2020. 515 с. URL: <http://psychology-naes-ua.institute/read/2213/>. (дата звернення: 28.09.2024).

8. Коробейніков Г., Коробейнікова Л., Вольський Д., Шопен Го. Оцінка психофізіологічного стану кваліфікованих кікбоксерів із різною постуральною стійкістю. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2019. 4. С. 94–97. DOI:10.32652/tmfvs.2019.4.94-97. (дата звернення: 28.09.2024).

9. Корсак О. М., Лемак О. Й., Султанова І. Д., Іванишин І. М. Функціональний стан і фізична підготовленість учнів ліцею з посиленою фізичною підготовкою з різним рівнем біологічного розвитку. *Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура*. 2020. № 36. С. 26–38. URL: 4703-Текст статті-10420-1-10-20210120.pdf. (дата звернення: 28.09.2024).

10. Маліков М. В., Сватєв А. В., Богдановська Н. В. Функціональна діагностика у фізичному вихованні і спорті : навч. посіб. Запоріжжя : ЗДУ, 2006. 227 с. URL: <https://chmnu.edu.ua/wp-content/uploads/2016/07/Malikov-M.-V.-ta-inshi-Funktsionalna-diagnostika-u-FV-i-sporti.pdf>. (дата звернення: 28.09.2024).

11. Малхазов О. Р. Динаміка індивідуально-психологічних та психофізіологічних характеристик студентської молоді (1976–2000 рр.). *Актуальні проблеми сучасної української психології*. До 60-річчя від дня народження академіка С. Д. Максименка : наук. зап. Ін-ту психології АПН України / За ред. Н. В. Чепелевої. 2002. Вип. 22. С. 173–181.

12. Овчарук І., Сидорченко М. Аналіз фізичного стану курсантів 1-го курсу факультету Військового інституту на початковому етапі навчання. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2010. 11. С. 72–76. URL: <https://www.sportpedagogy.org.ua/html/journal/2010-11/10oissos.pdf>. (дата звернення: 25.10.2024).

13. Ольховий О. М., Корчагін М. В., Красота В. М. Вплив військово-професійної діяльності на фізичну підготовленість, розвиток, фізичний та функціональний стан військовослужбовців-операторів. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2010. 12. С. 89–93.

14. Практичний словник синонімів української мови. К. : «Українська книга», 2000. 480 с. URL: https://kropivnitsky.maup.com.ua/assets/files/praktichnij_slovnik_sinonimiv_ukrajinskoji_movi.pdf. (дата звернення: 25.10.2024).

15. Публічний електронний словник української мови. URL: http://ukrlit.org/slovnyk/%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD#google_vignette. (дата звернення: 25.10.2024).

16. Семенов А. М., Лазуренко С. І. Можливості фізичної реабілітації при порушеному функціональному стані людини. *Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами*. 2013. № 10. С. 313–325.

17. Словник іншомовних слів. Тлумачення, словотворення та слововживання : близько 35000 слів і словосполучень / С. П. Бибики, Г. М. Сютя; за ред. С. Я. Єрмоленко. Харків : Фоліо, 2005. 623 с. URL: <https://www.jnsm.com.ua/cgi-bin/u/book/sis.pl?Qry=%25D4%25B3%25E7%25E8%25F7%25ED%25E8%25E9>. (дата звернення: 25.10.2024).
18. Словник синонімів. URL: <https://synonymy.info/%D1%84/%D1%84%D1%96%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%B9>. (дата звернення: 25.10.2024).
19. Тлумачний словник української мови [: у 20-ти томах : електронна версія видання / Нац. акад. наук України, Укр. мовно-інформ. фонд; гол. ред. В. М. Русанівський ; науковий керівник проекту В. А. Широков, 2010. Т. 20. URL: <http://test.ulif.org.ua:8000/expl/Entry/index?wordid=1&page=0>. (дата звернення: 25.10.2024).
20. Функціональний стан. URL: http://psychologis.com.ua/funkcionalnoe_sostoyanie.htm. (дата звернення: 25.10.2024).
21. Ягупов В. В. Військова психологія : методологія, теорія та практика : підр. К. : Psyhobook, 2023. 517 с.
22. Ягупов В., Коновалов Д. Сутність і зміст фізичної готовності майбутніх офіцерів сухопутних військ до професійної діяльності. *Військова освіта* : зб. наук. пр. 2022. № 45. С. 283–293.
23. Ягупов В. В., Коновалов Д. О., Чепурний В. А. Компоненти фізичної готовності майбутніх офіцерів до професійної діяльності. *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 міжн. наук.-практ. конф. (Київ, 25 листопада 2021 р.). / Національний університет оборони України. Київ : НУОУ, 2021. С. 44–47. URL: https://nuou.org.ua/assets/documents/conf_ifksot_211124.pdf. (дата звернення: 25.10.2024).
24. Ягупов В. В. Методи дослідження у фізичному вихованні та спорті : навч. посіб. Житомир : «Свро-Волинь», 2024. 556 с.
25. Ягупов В. В. Теорія і методологія військово-педагогічних досліджень : підр. К. : НУОУ імені Івана Черняхівського, 2019. 444 с.
26. Ягупов Василь. Термінологічні проблеми визначення інноваційних педагогічних технологій: методологічний аспект. *Військова освіта* : зб. наук. пр. 2023. №1 (47). С. 346–359. URL: DOI: <https://doi.org/10.33099/2617-1783/2023-47/343-356>. (дата звернення: 25.10.2024).
27. Ярмач О., Михайлов В., Чепурний В. Моніторинг фізичного стану курсантів вищих військових навчальних закладів в умовах правового режиму воєнного стану. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2023. 2. С. 57–63. DOI: 10.32652/tmfvs.2023.2.57–63. (дата звернення: 25.10.2024).

References:

1. Alosyna, A., & Demianchuk, O. (2021). Korektsiia fizychnoho stanu shkoliariv 15–16 rokiv zasobamy sportyvnoho turizmu [Correction of the Physical Condition of 15–16-Year-Old Students Through Sports Tourism]. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu*. 4. S. 19–23. DOI: 10.32652/tmfvs.2021.4.19–23. [in Ukrainian].
2. Borodin, Yu. A., Krasota, V. M., Olkhovyi, O. M., & Piddubnyi, O. H. (2006). Vplyv nespriyatlyvykh faktoriv viiskovo-profesiinoi diialnosti na fizychnyi stan ofitseriv – spetsialistiv operatorskoho profilu [The Impact of Adverse Factors of Military-Professional Activity on the Physical Condition of Officers – Specialists in the Operator Profile]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu*. 6. S. 10–12. [in Ukrainian].
3. Olkhovyi, O. M., Korchahin, M. V., & Krasota, V. M. (2010). Vplyv viiskovo-profesiinoi diialnosti na fizychnu pidhotovlenist, rozvytok, fizychnyi ta funktsionalnyi stan viiskovosluzhbovtziv-operatoriv [The Impact of Military-Professional Activity on the Physical Fitness, Development, and Physical and Functional State of Military Operators]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu*. 12. S. 89–93. URL: <https://sportpedagogy.org.ua/html/journal/2010-12/10oomoso.pdf>. [in Ukrainian].
4. Velykyi tлумachnyi slovnyk suchasnoi ukrainskoi movy (2005). [The Great Explanatory Dictionary of Modern Ukrainian Language]: 250000 / uklad. ta holov. red. V. T. Busel. Kyiv;

Irpin : Perun, 1728 s. <https://slovnyk.me/dict/vts/%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD>. [in Ukrainian].

5. Hres, M. (2019). Kharakterystyka pokaznykiv fizychnoho stanu maibutnikh fakhivtsiv pravookhoronnoi diialnosti [Characteristics of Physical Condition Indicators of Future Law Enforcement Specialists]. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu*. 4. S. 59–62. URL: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2019.4.59-62>. [in Ukrainian].

6. Hryban, H. P., Tymoshenko, O. V., Romanchuk, V. M., Boiarchuk, O. M., & Husak, O. D. (2014). Funktsionalnyi stan ta fizyчне zdorov'ia viiskovosluzhbovtiv-zhinok protiahom prokhozhenia viiskovoi sluzhby [Functional State and Physical Health of Female Service Members Throughout Military Service]. *Naukovo pedahohichni problemy fizychnoi kultury. Fizychna kultura i sport*. 9(50). S. 55–59. URL: <https://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/5930>. [in Ukrainian].

7. Dubchuk, O. (2012). Otsinka fizychnoho stanu studentiv hrupy fizychnoi reabilitatsii vyshchikh navchalnykh zakladiv [Assessment of the Physical Condition of Students in Physical Rehabilitation Groups at Higher Education Institutions]. *Fizyčne vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi : zb. nauk. pr. № 4 (20)*. S. 364–368. URL: <https://sport.vnu.edu.ua/index.php/sport/article/view/671>. [in Ukrainian].

8. Kodlubovska, T. B. (2020). Psykhofiziologichni mekhanizmy rehuliatcii funktsionalnykh staniv spivrobotnykiv pravookhoronnykh orhaniv [Psychophysiological Mechanisms of Regulating Functional States of Law Enforcement Employees]. *Doctor's thesis*. Instytut psykholohii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy. Kyiv, 515 s. URL: <http://psychology-naes-ua.institute/read/2213/>. [in Ukrainian].

9. Korobeinikov, H., Korobeinikova, L., Volskyi, D., & Shopen, Ho. (2019). Otsinka psykhofiziologichnoho stanu kvalifikovanykh kikkokseriv iz riznoiu posturalnoiu stiikistiu [Assessment of the Psychophysiological State of Qualified Kickboxers with Varying Postural Stability]. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu*. 4. S. 94–97. DOI: 10.32652/tmfvs.2019.4.94-97. [in Ukrainian].

10. Korsak, O. M., Lemak, O. Y., Sultanova, I. D., & Ivanyshyn, I. M. (2020). Funktsionalnyi stan i fizychna pidhotovlenist uchniv litseiu z posylenoju fizychnoju pidhotovkoju z riznym rivnem biolohichnoho rozvytku [Functional State and Physical Fitness of Students in a High School with Enhanced Physical Training at Different Levels of Biological Development]. *Visnyk Prykarpatskoho universytetu. Serii: Fizychna kultura*. № 36. S. 26–38. URL: <4703-Tekst-statti-10420-1-10-20210120.pdf>. [in Ukrainian].

11. Malikov, M. V., Svatiev, A. V., & Bohdanovska, N. V. (2006). *Funktsionalna diahnostyka u fizychnomu vykhovanni i sporti [Functional Diagnosis in Physical Education and Sports]: navch. posib. Zaporizhzhia: ZDU, 227 s.* URL: <https://chmnu.edu.ua/wp-content/uploads/2016/07/Malikov-M.-V.-ta-inshi-Funktsionalna-diaagnostika-u-FV-i-sporti.pdf>. [in Ukrainian].

12. Malkhazov, O. R. (2002). Dynamika indyvidualno-psykhologichnykh ta psykhofiziologichnykh kharakterystyk studentskoi molodi (1976-2000 rr.) [Dynamics of Individual Psychological and Psychophysiological Characteristics of Student Youth (1976-2000)]. *Aktualni problemy suchasnoi ukrainskoi psykholohii. Do 60-richchia vid dnia narodzhennia akademika S. D. Maksymenka : nauk. Zap.* In-tu psykholohii APN Ukrainy / Za red. N. V. Chepelievoi. Vyp. 22. S. 173–181. [in Ukrainian].

13. Ovcharuk, I., & Sydorchenko, M. (2010). Analiz fizychnoho stanu kursantiv 1-ho kursu fakultetu Viiskovoho instytutu na pochatkovomu etapi navchannia [Analysis of the Physical Condition of First-Year Cadets at the Military Institute at the Initial Stage of Training]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu*. 11. S. 72–76. [in Ukrainian].

14. *Praktychnyi slovnyk sinonimiv ukrainskoi movy* (2000). [Practical Dictionary of Synonyms in the Ukrainian Language]. K. : «Ukrainska knyha», 480 s. URL: https://kropivnitsky.maup.com.ua/assets/files/praktichnij_slovnik_sinonimiv_ukrajinskoji_movi.pdf. [in Ukrainian].

15. Publichnyi elektronnyi slovnyk ukrainskoi movy [Public Electronic Dictionary of the Ukrainian Language]. URL: http://ukrlit.org/slovnyk/%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD#google_vignette. [in Ukrainian].

16. Semenov, A. M., & Lazurenko, S. I. (2013). Mozhlyvosti fizychnoi reabilitatsii pry porushenomu funktsionalnomu stani liudyny [Possibilities of Physical Rehabilitation in Cases of Impaired Functional State of a Person]. *Aktualni problemy navchannia ta vykhovannia liudei z osoblyvymy potrebamy*. № 10. S. 313–325. [in Ukrainian].
17. Slovnyk inshomovnykh sliv (2005). Tlumachennia, slovotvorennia ta slovovzhyvannia [Dictionary of Foreign Words: Definitions, Word Formation, and Usage]: blyzko 35000 sliv i slovospoluchen / S. P. Bybyk, H. M. Siuta; za red. S. Ya. Yermolenko. Kharkiv : Folio, 623 c. URL: <https://www.jnsm.com.ua/cgi-bin/u/book/sis.pl?Qry=%25D4%25B3%25E7%25E8%25F7%25ED%25E8%25E9>. [in Ukrainian].
18. Slovnyk sinonimiv [Dictionary of Synonyms]. URL: <https://synonimy.info/%D1%84/%D1%84%D1%96%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%B9>. [in Ukrainian].
19. Tlumachnyi slovnyk ukrainskoi movy (2010). [Explanatory Dictionary of the Ukrainian Language] : u 20-ty tomakh : elektronna versiia vydannia / Nats. akad. nauk Ukrainy, Ukr. movno-inform. fond; hol. red. V. M. Rusanivskyy ; naukovy kerivnyk proektu V. A. Shyrokov, T. 20. URL: <http://test.ulif.org.ua:8000/expl/Entry/index?wordid=1&page=0>. [in Ukrainian].
20. Funktsionalnyi stan [Functional State]. URL: http://psychologis.com.ua/funkcionalnoe_sostoyanie.htm. [in Ukrainian].
21. Yahupov, V. V. (2023). *Viiskova psykholohiia : metodolohiia, teoriia ta praktyka [Military Psychology: Methodology, Theory, and Practice]*: pidr. K. : Psyhobook, 517 s. [in Ukrainian].
22. Yahupov, V., & Konovalov, D. (2022). Sutnist i zmist fizychnoi hotovnosti maibutnikh ofitseriv sukhoputnykh viisk do profesiinoi diialnosti [The Essence and Content of Physical Readiness of Future Ground Forces Officers for Professional Activity]. *Viiskova osvita : zb. nauk. pr.* № 45. S. 283–293. [in Ukrainian].
23. Yahupov, V. V., Konovalov, D. O., & Chepurnyi, V. A. (2021). Komponenty fizychnoi hotovnosti maibutnikh ofitseriv do profesiinoi diialnosti [Components of Physical Readiness of Future Officers for Professional Activity]. Suchasni tendentsii ta perspektyvy rozvytku fizychnoi pidhotovky ta sportu Zbroinykh Syl Ukrainy, pravookhoronnykh orhaniv, riatuvalnykh ta inshykh spetsialnykh sluzhb na shliakhu yevroatlantychnoi intehratsii Ukrainy : tezy V mizhn. nauk.-prakt. konf. (Kyiv, 25 lystopada 2021 r.) / Natsionalnyi universytet oborony Ukrainy imeni Ivana Cherniakhovskoho. Kyiv : NUOU, S. 44–47. URL: https://nuou.org.ua/assets/documents/conf_ifksot_211124.pdf. [in Ukrainian].
24. Yahupov, V. V. (2024). *Metody doslidzhennia u fizychnomu vykhovanni ta sporti [Research Methods in Physical Education and Sports]*: navch. posib. Zhytomyr : «Ievro-Volyn», 556 s. [in Ukrainian].
25. Yahupov, V. V. (2019). *Teoriia i metodolohiia viiskovo-pedahohichnykh doslidzhen [Theory and Methodology of Military-Pedagogical Research]*: pidr. K. : NUOU imeni Ivana Cherniakhovskoho, 444 s. [in Ukrainian].
26. Yahupov, Vasyl. (2023). Terminolohichni problemy vyznachennia innovatsiinykh pedahohichnykh tekhnolohii: metodolohichni aspekt [Terminological Issues in Defining Innovative Pedagogical Technologies: A Methodological Aspect]. *Viiskova osvita : zb. nauk. pr.* №1 (47). S. 346–359. URL: DOI: <https://doi.org/10.33099/2617-1783/2023-47/343-356>. (January 11, 2024). [in Ukrainian].
27. Yarmak, O., Mykhailov, V., & Chepurnyi, V. (2023). Monitorynh fizychnoho stanu kursantiv vshchykh viiskovykh navchalnykh zakladiv v umovakh pravovoho rezhymu voiennoho stanu [Monitoring the Physical State of Cadets in Higher Military Educational Institutions Under the Legal Regime of Martial Law]. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu*. 2. S. 57–63. DOI: 10.32652/tmfvs.2023.2.57–63. [in Ukrainian].

METHODOLOGICAL APPROACHES TO JUSTIFYING THE PHYSICAL OR FUNCTIONAL STATE OF ATHLETES AND SPECIALISTS

This study identifies the urgent need for a systematic yet contextual application of the core principles of modern methodological approaches to substantiate the concept of “physical state” and to clarify its relationship with the concept of “functional state”.

The main objective is to provide a methodological justification for the concept of “physical state” and determine its correlation with the terms “physiological state” and “functional state” concerning the physical fitness and readiness of athletes for sports events and professionals for their professional activities.

The methodological justification of the concept of “physical state of athletes and specialists” was carried out using theoretical research methods, based on key ideas and principles of subject and activity, contextual, and terminological methodological approaches to their physical training, including within the system of higher professional education. At the same time, the incorrectness of using the term “functional state” was proven.

The study demonstrates that the physical state of athletes and professionals is directly dependent on their physiological state, as the former is filled with the specific content of the latter. Additionally, these concepts form a meaningful and procedural sequence in the physical training of professionals: “professional training” – “physical training as an important component of professional preparation” – “physical fitness” and “physical readiness as crucial elements of professional readiness for professional activity”. Regarding athletes, this sequence is: “general physical training” – “specialized physical training” – “training in a specific sport” – “physical fitness” – “readiness for competition in a specific sport.”

It has been proven that the result of physical training for both athletes and specialists is their physical fitness, which is manifested in their positive physical condition and is actualized in the physical readiness of athletes for critical sports events and professionals for specific types of professional activities. This readiness also contributes to successful sports and professional self-actualization within their respective professional and sports environments. Physical readiness is a systemic yet contextual professionally significant mental formation or an integral result of their physical fitness, which shapes their corresponding positive physical state. This state is reflected in the values of physical culture for both the individual athlete and the professional subject, including theoretical and behavioral-activity-based physical preparedness for sports events and professional activities, as well as the development of professionally significant physical qualities, among which professional endurance and subjectivity are the most important for both athletes and specialists.

Key words: *physical state, functional state, functional training, physiological state, physical fitness, physical readiness, methodology, athlete, specialist, terminological problems.*