

**ПОЛІТ. Сучасні проблеми науки. Гуманітарні науки:** тези доповідей XX Міжнародної науково-практичної конференції здобувачів вищої освіти і молодих учених: [у 2-х т.]. – Т. 2 (м. Київ, 1-3 квітня 2020 р.) / [ред. кол.: В.М. Ісаєнко та ін.]; Національний авіаційний університет. – К.: НАУ, 2020. – С. 338-340.

УДК 378.1: 613.86:355.232.2 (043.2)

**Феклістов М.О. Коротенко О.М.**  
*Національний авіаційний університет*

## **ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПІЛОТІВ ВІЙСЬКОВОЇ АВІАЦІЇ**

У 21 столітті з'явилося багато наукових робіт з психофізичної підготовки, велика частина яких спрямована на вивчення фізичних і психічних складових психічної напруги. Проблема психічної травми зайняла одне з провідних місць у багатьох прикладних областях психології, що вивчають життя людини в небезпечних умовах (медицина, інженерна, військова, авіаційна, космічна, спортивна психологія, Психологія мистецтва та ін.). Однак, незважаючи на велику кількість досліджень, присвячених цій проблемі, психічні механізми емоційного стресу залишаються маловивченими. Це погано позначається на виявленні необхідного управління психічним здоров'ям, що, в свою чергу, не дозволяє психологам домагатися ефективних результатів у своїй роботі.

Льотчиків для Збройних сил навчають тільки в Харківському авіаційному інституті ВПС. Курсанти третього і четвертого курсів навчання тренуються на бойових літаках Л-39. І спочатку вони освоюють тренажер. Пілот повинен правильно поводитися з органами управління, знати порядок дій і вчасно реагувати в особливих ситуаціях. Для університету також було розроблено спеціальне програмне забезпечення. Сама система підготовки пілотів реалізується на декількох рівнях.

Перша ступінь – це коли курсанти першого і другого курсів освоюють легкий літак. Далі льотчик-інструктор, що працює з ними в повітрі, визначає професійну придатність курсанта для освоєння бойового літака-винищувача, бомбардувальника або транспортного літака.

Крім того, курсанти отримують ліцензію цивільного пілота. Це дозволить в майбутньому стати захищеним військовим льотчиком. Після закінчення навчання в університеті, під час підсумкової атестації, студенти п'ятого курсу здають англійську мову на стандартизованому рівні ІКАО. Після цього вони отримують міжнародний сертифікат про свої знання, щоб пілоти не відразу бігли за кордон в цивільну авіацію, після завершення навчання вони підписують контракт з ЗСУ на п'ять-десять років.

Також значно покращилися умови навчання в авіаційному університеті. Раніше курсанти не могли тренуватися так багато, як сьогодні через брак палива. І держава, і Університет мали обмежені можливості для фінансування льотної підготовки. Сьогодні в середньому курсант літає 200-250 годин. Тому тут багато часу приділяється фізичній активності.

У польоті на пілота впливають висотні перевантаження, морська хвороба і кисневе голодування. Стаціонарне гімнастичне колесо допоможе вам освоїтися. Він виконує повороти вліво або вправо. Існують також засоби для розвитку стійкості до перевантажень. Це важлива вправа для майбутніх льотчиків-винищувачів. Під час самих поворотів я відчуваю, що кров приливає до голови і вона трохи паморочиться.

Взагалі, навчання одного пілота обходиться державі в чималу суму. Навчання одного пілота транспортної авіації обходиться у вісім мільйонів гривень. Найбільші витрати витрачаються на авіаційний гас під час практичних занять. Щоб підготувати бійця, держава витрачає близько десяти мільйонів гривень на підготовку курсантів і використовує реальні дані із зони ООС.

Зокрема, тут можна побачити ворожі літаючі об'єкти. Ми постійно бачимо ворожі літаки на кордоні України, в східній її частині. Ми можемо розрахувати висоту цілі, курс.

Серцем навчально-тренувального комплексу є тренажер Мі-171. Створений українськими розробниками, він не має аналогів ні в Україні, ні в світі. Зараз цей тренажер все ще знаходиться на стадії тестування. Польоти на цьому тренажері максимально наближені до реальних умов, стверджують розробники. Програмне забезпечення дозволяє моделювати ситуації у всіх можливих кліматичних умовах, рельєфі місцевості і навіть відпрацьовувати аварійні ситуації. Тренажер відповідає стандартам НАТО. Розробники стверджують, що він увійшов до ТОП-5 досягнень оборонно-промислового комплексу України. Міністерство оборони вже замовило компанії розробити тренажер для бойових вертольотів Мі – 24 для потреб армії.

Відомо, що фізична підготовка сприяє підвищенню витривалості організму і його стійкості до несприятливих льотних факторів, а також поліпшенню льотно-технічних характеристик (швидкості і точності рухових реакцій, координації рухів, обережності, уваги, просторової орієнтації, нервової та емоційної витривалості і т.д.).

Методично правильно і регулярно проводяться заняття фізичною культурою зміцнюють здоров'я, покращують фізичний розвиток і знижують ймовірність розвитку остеохондрозу, ішемічної хвороби серця, вегето-судинної дистонії, ожиріння та інших захворювань; при організації медичного контролю фізичної підготовки льотних екіпажів з урахуванням таких особливостей льотної діяльності в авіації різної статі спеціальна фізична підготовка льотчиків тактичної авіації повинна бути спрямована на підвищення витривалості льотних перевантажень шляхом тренування статичної витривалості м'язів ніг, спини, черевного преса, шиї, що лежать в основі ефективного і правильного виконання захисних проти загрузочних прийомів.; перш за все, льотному складу транспортної авіації необхідні тренування, спрямовані на підвищення стійкості організму до тривалих статичних навантажень м'язів тулуба і таза, а також вироблення навичок виконання складних фізичних вправ в кабіні пілота, що сприяє підтримці функціонального стану і працездатності при монотонному характері праці в тривалому польоті.; фізична підготовка льотчиків армійської авіації повинна бути спрямована на підвищення статичної м'язової витривалості згиначів ніг, глибоких м'язів спини, шиї, живота, рівень фізичної підготовленості яких залежить від зниження несприятливого впливу вібрації на організм; на заняттях передбачається виконання різних фізичних вправ спеціальної спрямованості з використанням тренажерів; під час контролю фізичної підготовки льотного складу та авіаційного персоналу вимагається начальник медичної служби; брати участь у плануванні фізичної підготовки з урахуванням психічних особливостей льотної діяльності; спостерігати за змінами фізичного стану та інтенсивності занять; здійснювати санітарно-гігієнічний контроль за умовами занять фізичною культурою; брати участь у розробці та здійсненні заходів з профілактики спортивного травматизму; проводити санітарно-виховну роботу з фізичної культури і спорту; інтенсивність занять фізичною культурою повинна коригуватися в залежності від льотного навантаження. При незначному польотному навантаженні доцільно збільшувати інтенсивність, під час якої частота серцевих скорочень в кінці мікроциклів вправ становить 130-150 ударів в хвилину. Під час Великої льотної навантаження заняття повинні носити характер активного відпочинку, що є ефективним засобом відновлення працездатності. Частота серцевих скорочень під час тренувань не повинна перевищувати 110-130 ударів в хвилину; спільно з начальником фізичної підготовки розробляються індивідуальні програми фізичної підготовки для льотного складу і авіаційного персоналу, що мають відхилення в стані здоров'я, недостатню стійкість до льотних факторів, недостатній фізичний розвиток або надмірна вага.; відомості про фізичну підготовку льотного складу та авіаційного персоналу начальник відділу фізичної підготовки заносить до медичних книжок до проведення медичної льотної комісії. Фізична підготовка льотчиків армійської авіації повинна бути спрямована на підвищення статичної витривалості м'язів згиначів ніг, глибоких м'язів спини, шиї і живота, що залежить від рівня підготовленості до зниження несприятливого впливу вібрації на організм.

Таким чином, в наш час розумова і психофізична підготовка льотчиків є невід'ємною і однією з найважливіших складових діяльності льотчиків. Психологічно, в області авіації-це широке поняття, що охоплює підготовку льотчиків морально – це область функціональних і багатогранних понять; це основна рушійна сила поведінки льотчиків в процесі оволодіння навичками підготовки льотчиків. Вона пов'язана з цілями, потребами, характером, почуттями, волею, емоціями і самооцінкою. Фізично-результати констатуючого дослідження мотиваційної спрямованості льотчика на фізичну підготовку дозволяють встановити, що льотчик, тільки почав проходити фізичну підготовку, має позитивну мотиваційну основу.

#### Список літератури

1. Керницький О. (2004). Методика формування психічної готовності курсантів-льотчиків до льотної діяльності. (Дис. канд. пед. наук). Харківський ін-т військово-повітряних сил ім. І.Кожедуба, Харків.
2. Макаров Р. Н., Неделько С. Н., Бамбуркин А. П. & Григорецький В. А. (2005). Авиационная педагогика. Москва-Кировоград. МНАПЧАК, ГЛАУ.
3. Орленко Н.А. (2010). Професійна-прикладна фізична підготовка майбутніх пілотів. (Дис. канд. пед. наук). Ін-т. вищ. освіти АПН України, Київ.
4. Посилання:<https://www.5.ua/suspilstvo/v-ukraini-vidkryly-unikalnyi-tsentr-dlia-trenuvannia-pilotiv-viiskovoi-aviatsii-139740.html>,  
<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0040-14?find=1&text=%D1%84%D1%96%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%B0+%D0%BF%D1%96%D0%B4%D0%B3%D0%BE%D1%82%D0%BE%D0%B2%D0%BA%D0%B0+%D0%B2%D1%96%D0%B9%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%BE%D0%B2#w226>, <http://www.glau.kr.ua/index.php/ua/abiturient/perelikspek/kompl>

*Науковий керівник: Величенко М.А., ст. викладач*