

## **КОМПЕТЕНТІСНО ОРІЄНТОВАНА ФІЗИЧНА І ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА КУРСАНТІВ-ПІЛОТІВ ТА ЇЇ ЕФЕКТИВНІСТЬ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ**

Формування у курсантів-пілотів фізкультурно-оздоровчих компетентностей загального і спеціального напрямку здійснюється на основі поєднання як традиційних методів фізичної підготовки, так і активних методів самоорганізації занять фізичними вправами, а також інноваційних технологій, особливо в умовах сьогодення (дистанційні технології) [1;3]. Особливе місце в методичному арсеналі формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей належить автодидактичним прийомам і способам саморозвитку курсанта [2]. Власне, досвід самонавчання курсанта – це довготривалий, динамічний, гнучкий і багатовекторний процес створення особистісного дидактичного арсеналу самотворення в навчальній діяльності. Набутий курсантом досвід самотворення формує певне «русло» найбільш ефективних автодидактичних прийомів, що стабілізує зміст саморуку курсанта на заняттях фізичними вправами, забезпечує психологічну єдність внутрішнього стану особистості, співвідносить індивідуальні можливості та стани курсанта з завданнями, які стоять перед ним.

Найбільш важливими з точки зору необхідності формування психофізіологічної надійності майбутніх авіаційних фахівців, їх професійного й особистісного саморозвитку є безумовно питання організації активної вмотивованої участі курсантів-пілотів у компетентнісному навчанні. Це потребує спеціальних підходів до конструювання і проведення занять з фізичної і психофізіологічної підготовки, до самоорганізації фізкультурної діяльності, особливо в умовах дистанційного навчання майбутніх авіаційних фахівців. Дуже важливою є побудова і дотримання методики поетапної системи організації навчальної діяльності. Беручи за основу підхід, відповідно до якого вміння – це засвоєний суб'єктом спосіб виконання дій, що забезпечується сукупністю педагогічних умов, визначаємо загальні чинники впливу на ефективність компетентісно організованої фізичної і психофізіологічної підготовки:

- конструювання змісту занять з фізичної підготовки необхідно здійснювати таким чином, щоб він був достатнім для формування окремих фізкультурно-оздоровчих компетентностей та їх елементів з одного боку, і оптимізованим з точки зору часу для організації активної навчальної діяльності курсантів на заняттях і поза ними з опанування тих чи інших елементів окреслених компетентностей і автономних навичок;

- спеціальна організація фізкультурної діяльності курсантів-пілотів здійснюється з дотриманням технології поетапного формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей та технології саморегуляції фізкультурною самодіяльністю курсанта, яка містить обов'язкові складові як для викладача, так і для курсанта (суб'єкти навчальної діяльності);

- запровадження системи інтерактивного навчання: прийомів, методів і форм організації активної теоретико-методичної і практичної підготовки, що можуть оптимально забезпечити компетентнісний результат Ф і ПФП;

- приділення спеціальної уваги формуванню мотиваційного-ціннісного ставлення курсантів до планових занять Ф і ПФП та створенню умов для

конструктивної самостійної фізкультурної діяльності коли курсант бере на себе відповідальність за досягнуті результати;

– обов'язкове врахування у процесі занять фізичною підготовкою: рівня розвитку загальних і спеціальних компонентів фізкультурно-оздоровчих компетентностей, самостійності й вмотивованості курсантів, стану здоров'я; необхідність створення сприятливого навчального середовища, позитивної психологічної атмосфери на заняттях.

Як вже зазначалось, навчальна діяльність з Ф і ПФП має бути організована таким чином, щоб курсант-пілот усвідомлював особистісну значимість, як планових занять, так і самостійно організованих. Зароджувану в діяльності здатність особистості курсанта змінювати в собі те, що має змінитись як відповідь на потребу, на виклик ситуації, можна позначити як психологічне новоутворення, що позначається поняттям фізкультурно-оздоровча компетентність. Умотивована участь курсанта в планових заняттях Ф і ПФП й усвідомлена самостійна фізкультурна діяльність складається з конкретних дій та операцій. Виконуючи ці дії, розмірковуючи над їх виконанням, усвідомлюючи потребу в них та оцінюючи їхню важливість, курсант розвиває у себе особистісну компетентність. Компетентна особистість завжди є суб'єктом власної діяльності.

Зауважимо на кількох важливих моментах. Компетентісно орієнтована Ф і ПФП спрямована на формування загальних і спеціальних фізкультурно-оздоровчих компетентностей курсанта-пілота, на становлення його особистісного досвіду самоорганізації регулярних занять фізичними вправами, накопичення методичного арсеналу розвитку предметних компетентностей особистості. Очевидно, що для рішення цих важливих завдань на заняттях Ф і ПФП курсанту необхідні:

- знання з основ здорового способу життя, основ фізичної і психофізіологічної підготовки, але не просто інформація, а сучасна, динамічна, різноманітна, що потрібна для формування професійно важливих якостей, професійної надійності й психологічної готовності до майбутньої льотної діяльності, динамічного здоров'я та професійного довголіття. Зрозуміло, що окреслені знання навряд чи можливо засвоїти, звертаючись до теорії системної організації Ф і ПФП побіжно, чи принагідно. Не досягнемо бажаного результату й за умови надмірного використання наукової інформації. Лише послідовно-акцентований спосіб подачі необхідної конкретної інформації служить перспективним підґрунтям для свідомого й надійного засвоєння окреслених знань. Йдеться не лише про передачу інформації від викладача до курсанта але й про забезпечення умов для розвитку і формування здібності курсанта до самостійного пошуку окреслених знань, уміння відсіяти від непотрібних та перевести їх у досвід власної фізкультурної діяльності;

- курсанту-пілоту необхідні уміння застосовувати ці знання для рішення конкретного завдання з розвитку професійно важливих якостей, власного здоров'я, з вибору певного виду фізичної активності, методичного прийому чи техніки у конкретній ситуації й розуміння, яким чином це зробити, для якого завдання найбільш ефективними будуть ті чи інші знання, який метод потрібний, яка ситуація чого вимагає;

- курсанту-пілоту потрібні ціннісні орієнтації в теорії і практиці компетентісно орієнтованої Ф і ПФП. Вони є основою суб'єктної позиції курсанта в навчальній діяльності та визначають, чи буде він діяти у тій чи іншій ситуації,

наскільки рішуче, послідовно і відповідально. Власне, цінності, виконуючи функцію стимулів, створюють умови для реалізації активності курсанта на планових заняттях і самотворенні власного здоров'я і суб'єктності. Джерелом окресленого самотворення є специфічні для фізкультурно-оздоровчої діяльності потреби, насамперед постійне фізичне та особистісне самовдосконалення. Оскільки саме Ф і ПФП як учбова дисципліна створює основне підґрунтя для формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей курсанта-пілота. Окрім цього, під її впливом та під впливом власних потреб формуються мотиви, стимули, які курсант усвідомлює у вигляді різноманітних інтересів до формувальних можливостей засобів фізичної підготовки. Стейкий розвинений інтерес сприяє формуванню певної спрямованості особистості, її часто пов'язують з психологічною установкою на фізкультурну діяльність, спосіб реагування, готовністю тощо. Наявність установки особистості сприяє виникненню у неї емоційно-ціннісного ставлення до регулярних занять фізичними вправами. Таким чином, заняття набувають у свідомості курсанта статусу цінності, переконань і завершуються утворенням певних відносно стійких моделей фізкультурної самодіяльності курсанта;

- відбір та структурування програмного змісту фізичної підготовки з урахуванням психологічного механізму формування ставлень курсанта до планових занять, тобто треба надавати факти про те, якими були потреби, мотиви, інтереси авіаційних фахівців, які створили такі цінності і прагнули втілити їх у професійну діяльність, як вони ставились до занять фізичними вправами і спортом, як діяли в штатній чи позаштатній ситуаціях, спираючись на власний фізичний розвиток і здоров'я;

- рефлексивність змісту занять з фізичної підготовки має створювати умови для усвідомлення курсантами способів та результатів власної навчальної діяльності у процесі розвитку фізкультурно-оздоровчих компетентностей. Так, результати такої роботи не будуть якісними, якщо планові заняття своїм змістом не створюють умов для усвідомлення курсантами формувальних впливів засобів фізичної підготовки, досвіду застосування певних методик і технік, творчого та емоційно-ціннісного спрямування конкретного заняття. Виходячи з таких міркувань щодо рефлексивності змісту, необхідним є новий підхід до оцінювання фізичної і психофізіологічної готовності курсантів-пілотів. Вся система оцінювання має бути орієнтована, з одного боку, на усвідомлення курсантом змісту заняття, а з іншого — на послідовну рефлексію власного здобутків, адекватного оцінювання власних перевершувальних в розвитку професійно важливих якостей, збагачення досвіду застосування методичного арсеналу, оцінки внутрішніх станів (симпатія, натхнення, схвалення, зацікавленість, відданість тощо).

Тож, виходячи з вищевикладеного можна сказати, що фізкультурно-оздоровчі компетентності забезпечують максимальну затребуваність особистісного потенціалу та сприяють формуванню психофізіологічної надійності майбутніх авіаційних фахівців. Для нас важлива вихідна методологічна позиція щодо саморуху особистості в навчальній діяльності де фізкультурно-оздоровчі компетентності виступають в якості механізму самотворення особистості курсанта-пілота, його здатності вибудовувати свій внутрішній світ таким чином, щоб особистісні протиріччя і смисли у фізичній і психофізіологічній підготовці ставали рушійною силою професійного та особистісного саморозвитку. Це особливо важливо в умовах дистанційного навчання. Тут фізкультурно-оздоровчі

компетентності загального і спеціального напрямку виступають як невід’ємний атрибут професійного і особистісного зростання, як провідна властивість суб’єктності курсанта, яка розвивається на основі внутрішньої свободи та відповідальності в самостійній навчальній діяльності.

Отже, компетентнісно орієнтована Ф і ПФП потребує зламу певних стереотипів як у плануванні занять, в організації фізкультурної самодіяльності курсантів, так і в оцінюванні їх індивідуальних досягнень. Все це потребує і нової практики і ґрунтовних теоретичних напрацювань.

### **Література**

1. Голуб І.І. Підвищення ефективності самостійної роботи в системі дистанційного навчання. Теорія і практика дистанційного навчання у професійній освіті, 28.02.17, м. Київ. С. 91-94.

2. Piven Mykola. Physical and health competence as a synergetic characteristics of psychophysiological reliability for future pilots. Міжнародна наукова монографія Science, technology, and innovation: the experience of European countries and prospects for Ukraine: Рига, Латвія: Baltija Publishing, 2021. 412 p.

3. Самоленко Т.В., Гордійчук Б.В., Дембiцька О.О., Дубовiк Р.Г. Рухова активнiсть студентiв в рамках дистанцiйного навчання. Актуальнi науковi дослiдження в сучасному свiтi // Журнал - Переяслав, 2020. - Вип. 4(60), ч. 4 – 171 с. – С. 139-140.