

Перспективи подальших досліджень спрямовані на встановлення факторів спортивної діяльності, що забезпечать успішність у змагальній діяльності висококваліфікованих спортсменів.

#### Література

1. Вожжов І. А. Психолого-педагогічні супроводження спортивної діяльності з ігрових видів в контексті самореалізації особистості. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*, (2), 2023. С. 27–31.
2. Костюкевич В. М. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації : навч. посіб. Вінниця: «Планер», 2007. 273 с.
3. Олійник Н. А., Войтенко С. М. Психологічні особливості спортивної діяльності : монографія. Вінниця: ВНАУ, 2020. 240 с.
4. Платонов В. М. Сучасна система спортивного тренування : підручник. Київ : Перша друкарня, 2021. 672 с.
5. Сергієнко В. М. Фізкультурно-спортивна діяльність тренера з виду спорту : навч. посіб. Суми : Сумський державний університет, 2022. 184 с.
6. Сучасний словник іншомовних слів: близько 20 тис. слів і словосполучень / укл. : О. І. Скопненко, Т. В. Цимбалюк. Київ : Довіра, 2006. 796 с.
7. Тодорова В.І. Основи теорії і методики спортивного тренування : навч. посіб. Одеса : Університет Ушинського, 2023. 206 с.
8. Beauchamp M. R., Eys M. A. Group dynamics in exercise and sport psychology : contemporary themes. London, New York: Routledge, 2008. 260 p.
9. Kellmann M. Review Preventing overtraining in athletes in high-intensity sports and stress/ recovery monitoring. *Scand J Med Sci Sports*, 2010. Oct. (№ 20). P. 95–102.

#### References

1. Vozhzhov I.A. (2023). Psykhologo-pedagogichni suprovodzhenya sportyvnoyi diyalnosti z igrovyykh vydiv v konteksti samorealizatsii osobystosti [Psychological and pedagogical support of sports activity in sports games in the context of personality self-realization]. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*, 2. S. 27-31 [in Ukrainian]
2. Kostyukevych V.M. (2007). Teoriya i metodyka sportsmeniv vysokoyi kvalifikatsii: Navchalnyi posibnyk [Theory and methods of training of highly-qualified athletes: Textbook]. Vinnytsya: Planer [in Ukrainian]
3. Oliynyk N.A., Voytenko S.M. (2020). Psykhologichni osoblyvosti sportyvnyi diyalnosti [Psychological aspects of sports activity]. *Monograph*. Vinnytsya: VNAU [in Ukrainian]
4. Platonov V.M. (2021). Suchasna sistema sportyvnoho trenuvannya: pidruchnyk [Modern system of sports training: textbook]. Kyiv: Persha drukarnya [in Ukrainian]
5. Serhiyenko V.M. (2022). Fizkulturno-sportyvna diyalnist trenera z vydu sportu: navchalnyi posibnyk [Physical culture and sports activity of a coach in different kinds of sport: textbook]. Sumy: Sumy State University [in Ukrainian]
6. Skopnenko O.I. & Tsybuliyik T.V. (2006). Suchasnyi slovnyk inshomovnykh sliv: blyzko 20 tysyach sliv i slovospoluchen [Modern dictionary of modern words: around 20 thousand words and word combinations]. Kyiv: Dovira [in Ukrainian]
7. Todorova V.I. (2023). Osnovy teoriyi i metody sportyvnoho trenuvannya: navchalnyi posibnyk [Fundamentals of theory and methods of sports training: textbook]. Odessa: Ushynskiy University [in Ukrainian]
8. Beauchamp M.R., Eys M.A. Group dynamics in exercise and sport psychology: contemporary themes. London, New York: Routledge, 2008. 260 p.
9. Kellmann M. Review Preventing overtraining in athletes in high-intensity sports and stress/ recovery monitoring. *Scand J Med Sci Sports*, 2010. Oct. (№ 20). P. 95–102.

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K\(176\).47](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K(176).47)  
УДК: 378.6:355

Євтушенко В.В.,  
<https://orcid.org/0009-0007-0832-2724>  
доцент кафедри спеціальної фізичної та бойової підготовки,  
Національна академія Служби безпеки України, м. Київ

### ОСНОВНІ НАУКОВІ ПІДХОДИ ДО НАВЧАННЯ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ СЛУЖБИ БЕЗПЕКИ УКРАЇНИ

У статті обґрунтована система основних наукових підходів навчання спеціальної фізичної підготовки майбутніх офіцерів СБУ також висвітлено теоретичні засади та досліджено стан та формування змісту спеціальної фізичної підготовки майбутніх оперативних співробітників СБУ, запропоновано шляхи удосконалення вказаної ділянки роботи у ЗВО відомства.

Сучасний етап реформування СБУ спрямований на інтенсифікацію процесу підготовки військовослужбовців. Одним із її пріоритетних напрямів є посилення прикладної спрямованості ФП, що сприятиме розвитку та вдосконаленню у майбутніх офіцерів спеціальних фізичних якостей, формуванню навичок до ефективних дій в складі бойових груп та індивідуально в умовах підвищеного ризику, складної оперативної обстановки. Фізична підготовленість офіцерів дозволяє їм зберігати працездатність і навички ефективного управління підлеглими в стресових ситуаціях, що зустрічаються при виконанні оперативно-службових завдань. Тому зростає актуальність оптимізації процесу ФП курсантів, формування їхньої готовності до виконання складних професійних завдань.

Одним з найважливіших напрямків розвитку СБУ є формування особистості оперативного співробітника, його фізичних якостей, що впливає на рівень професіоналізму всього відомства. В ході виконання бойових завдань, саме фізична підготовленість військовослужбовців сприяла підтриманню здоров'я і підвищенню спротиву дії небезпечних факторів. Не випадково останні роки все частіше йдеться про фізичну культуру не тільки як про самостійний соціальний феномен, але і як про стійку якість особистості. Визначено шляхи удосконалення системи спеціальної фізичної підготовки через стандартизацію результатів навчання, інтеграцію елементів бойової підготовки в єдину комплексну систему навчання.

**Ключові слова:** майбутні офіцери, фізична готовність, професійна підготовка, спеціальна фізична підготовка, системний аналіз, освітній процес.

**Yevtyshenko Victor. Main scientific approaches to teaching special physical training of future security officers of Ukraine.** The article substantiates the system of basic scientific approaches to teaching special physical training to future SSU officers, highlights the theoretical foundations and examines the state and formation of the content of special physical training of future SSU operational officers, and suggests ways to improve this area of work in the agency's higher education institutions.

The current stage of the SSU reform is aimed at intensifying the process of training of servicemen. One of its priority areas is to strengthen the applied orientation of physical education, which will contribute to the development and improvement of special physical qualities of future officers, the formation of skills for effective actions in combat groups and individually in conditions of increased risk and difficult operational environment. The physical fitness of officers allows them to maintain their performance and skills of effective management of subordinates in stressful situations encountered in the performance of operational and service tasks. Therefore, it is becoming increasingly important to optimize the process of cadets' physical training and to form their readiness to perform complex professional tasks.

One of the most important areas of the SSU's development is the formation of an operative's personality and physical qualities, which affects the level of professionalism of the entire agency. In the course of combat missions, it is the physical fitness of servicemen that helps to maintain health and increase resistance to dangerous factors. It is no coincidence that in recent years, physical culture has been increasingly referred to not only as an independent social phenomenon, but also as a stable quality of personality. The ways to improve the system of special physical training through standardization of learning outcomes, integration of combat training elements into a single integrated training system are identified.

**Key words:** future officers, physical readiness, professional training, special physical training, system analysis, educational process.

**Постановка проблеми та її взаємозв'язок з важливими науковими та практичними дослідженнями.** Виклики і загрози сьогодення, нестабільне становище, військова агресія російської федерації проти України потребують повної мобілізації моральних та фізичних сил співробітників Служби безпеки України. Професійна діяльність співробітників у цих умовах характеризується високим рівнем екстремальності, що обумовлено дією стресогенних факторів, загрозою для здоров'я та життя. Результативність роботи співробітників безпосередньо залежить від професіоналізму, рівня підготовки, засвоєних знань та вмінь їх застосовувати у практичній діяльності. Все це вимагає також відповідної спеціальної фізичної підготовки як діючих співробітників, так і майбутніх офіцерів – курсантів СБ України. Адже від ефективності їхньої фізичної підготовки залежить успіх виконання ними завдань, що покладені на органи безпеки. Вище сказане активізує питання обґрунтування наукових підходів до навчання курсантів спеціальної фізичної підготовки в освітньому процесі військового закладу вищої освіти зі специфічними умовами навчання в системі СБ України.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Загальні питання обґрунтування використання наукових підходів в педагогічних дослідженнях викладені в роботах В. Бабаєва, І. Грязнова, С. Романчука, Р. Раєвського, А. Лігоцького та ін. [1-4, 12]. Частково застосування загально філософських та загальнонаукових підходів у процесі навчання фізичної підготовки фахівців різних спеціальностей розглянуто А. Лігоцьким, Н. Орленко, О. Старчуком та ін. [4-6]. Проте на сьогодні недостатньо висвітлено можливості використання наукових підходів під час навчання спеціальної фізичної підготовки курсантів в освітньому процесі закладу вищої освіти в системі СБ України.

**Мета дослідження** – є обґрунтування наукових підходів до навчання спеціальної фізичної підготовки курсантів в освітньому процесі військового закладу вищої освіти зі специфічними умовами навчання в системі СБ України.

**Організація та методи дослідження.** Для вирішення завдань дослідження використовувались педагогічні методи – аналіз та узагальнення наукової та навчально-методичної літератури, формування кола яких здійснювали після їхнього пошуку у базі даних Scopus, SPORT Discus, Web of Science. Проаналізовано понад 40 джерел інформації та виокремлено 15 джерел літератури, матеріал яких було опрацьовано за допомогою загальнонаукових методів.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Мета й завдання спеціальної фізичної підготовки досягаються значно ефективніше, якщо процес навчання здійснюється у відповідності до наукових підходів, що визначають діяльності викладача й курсанта та відображують закономірності педагогічного процесу навчання. Перейдемо до обґрунтування основних наукових підходів, які доцільно використовувати у процесі спеціальної фізичної підготовки курсантів.

Системний підхід, який дістав широкого визнання та застосування у другій половині ХХ ст., по суті, у своїх головних передумовах і теоретичних основах склався значно раніше і являє собою конкретно-наукову методологію пізнання складних об'єктів, що прийшов на зміну аналітичним дослідженням окремих складових об'єктів.

Перші дослідники цього напрямку наголошували на важливості бачення цілісності, що не може обмежуватися описом найбільш істотних ознак і розкриттям лише деяких зв'язків. Вчені показали, що педагогічні явища належать до складних систем і мають такі особливості: цілісність (підпорядкованість усіх частин складної системи загальній меті), вплив змін одного параметра на всі інші, необхідність наукового обґрунтування управління такими системами.

Важливим результатом педагогічної системоології стало не лише виділення педагогічних систем з кола соціальних, а й установлення їх якісної своєрідності, специфічних характеристик. Так, у своєму дослідженні А. Лігоцький зазначав, що основна ідея системного аналізу полягає в тому, щоб працювати з системою (моделлю системи) як з цілим, шукати нові шляхи не в поділі та спрощенні, а в цілісності та взаємозв'язку.

Об'єктом системного аналізу може бути [4]:

- порівняння кількох систем, що виконують спільне завдання;
- дослідження змін системи у її розвитку;
- вивчення поведінки системи, «зануреної» у зовнішнє середовище.

Автор підкреслює особливість методології системного аналізу, яка полягає в тому, що спеціального розроблення потребує процедура дослідження, тобто, якщо ми вивчаємо систему як ціле, а не як сукупність окремих фрагментів, то ми повинні використовувати стратегію дослідження, в якій місце кожної «сходинки» визначається з точки зору зведення цих фрагментів у єдине ціле наприкінці програми дослідження [4].

Значні евристичні можливості системного підходу і, відповідно, системного аналізу полягають у вивченні явищ у цілісності, неподільності та комплексності, що дає змогу множинності опису структури підготовки майбутніх фахівців шляхом виділення сукупності компонентів, елементів і взаємозв'язків як одного з одним, так і з макросередовищем, соціумом [5].

Будь-яка система характеризується впорядкованістю зв'язків і відносин між складовими компонентами, елементами, також їх цілісністю, інтегративністю, що має особливості у різних системних об'єктах. Відношення частин до цілого знаходиться у складному взаємозв'язку – будь-яка зміна властивостей одного з елементів викликає зміну й інших компонентів, а, можливо, і всієї системи.

Виходячи з того, що поява нових зв'язків між елементами може приводити до виникнення нових інтегративних властивостей, важливою характеристикою будь-якої системи слід вважати виділення особливих системоутворюючих зв'язків. С. Варв'янський серед головних ознак системи відзначав наявність структури як певної внутрішньої організації, наявність функціональних характеристик системи в цілому та окремих компонентів, а також наявність комунікативних властивостей системи – взаємодію із середовищем, іншими суб'єктами, суперсистемами, наслідування минулого і майбутнього в системі та її компонентах [8].

Дослідниця Н. Орленко поняття «системний підхід» розглядає як наукову методологію, «в основі якої лежать принципи діалектики, що дозволяють розглядати, досліджувати, конструювати та моделювати педагогічні процеси й явища у вигляді систем» [5]. Також вона зазначила, що, на жаль, у сучасних умовах фізична підготовка і тісно пов'язані з нею психологічна і психофізіологічна підготовка не виконують у повній мірі своїх функцій у загальній системі підготовки фахівців. Основна причина – відсутність комплексних програм професійно прикладної фізичної підготовки. У зв'язку з цим традиційні форми організації фізичної підготовки професіоналів стають неефективними, на основі чого автор вказує на важливість використання нових підходів до здійснення фізичної підготовки фахівців на базі системного стилю мислення.

Виходячи з того, що одним із вихідних моментів у системному дослідженні є виділення сукупності ознак, що виступають як критерії життєздатності системи та їх системний опис, є необхідність розгляду системних явищ з точки зору організованості, структурності, функціональності та цілісності. Так, О. Старчук вважає [6], що саме фізична підготовка відіграє системоутворючу роль в установленні професійної підготовки як педагогічної системи, а ефективний результат підготовки майбутнього фахівця вбачає у наповненні структурно-функціональних елементів цієї педагогічної системи через фізичну підготовку курсантів, яка дає змогу реалізувати всі головні дидактичні й методичні принципи в системі вищої професійної освіти.

Приєднуючись до думки О. Старчука і розглядаємо реалізацію системного підходу на кількох рівнях:

- 1) на особистісному рівні – як накопичення ознак системності у фізичній підготовленості майбутнього офіцера, що межують, врешті, з усвідомленим ставленням до свого здоров'я та фізичного стану;
- 2) на інституційному рівні – як зростання системних ознак у процесуальних та організаційних характеристиках формування фізичної підготовленості курсантів в умовах військового закладу вищої освіти;
- 3) на макрорівні – як вплив загальнодержавних системних процесів у формуванні здорового стилю і способу життя на рівень сформованості фізичної підготовленості окремого курсанта [6].

Доцільність системного підходу до вирішення проблеми формування фізичної підготовленості майбутніх офіцерів засвідчує і той факт, що навчально-виховний процес у військовому закладі вищої освіти настільки складний, що недооцінка чи переоцінка окремого його компонента у межах цілісної системи впливає на загальний результат військово-професійної підготовки.

Фізична підготовка майбутнього офіцера також може бути окреслена як система, що відображає цілеспрямований підхід до побудови навчально-виховного процесу на основі закономірностей і принципів фізичного виховання, а також свідомого науково обґрунтованого добору форм, методів і засобів фізичної підготовки майбутніх офіцерів [14, 15].

Таким чином на мій погляд, фізична підготовка у військовому закладі вищої освіти повинна передбачати єдність світоглядного, інтелектуального та тілесного компонентів у формуванні фізичної культури особистості, що зумовлюють освітню, методичну і професійно-прикладну спрямованість виховного процесу.

У дослідженні С. Варв'янського та О. Куца зазначено, що фізична культура впливає на суспільний прогрес культури, оскільки вона є її складовою і сприяє як фізичному, так і духовному вдосконаленню людини [8]. Ці ідеї також знаходять підтвердження у працях В. Дехтяря та Л. Суценко, які стверджують, що фізична культура базується як на матеріальних, так і на духовних цінностях. Тому «і в справі формування фізичної культури особи дуже важливо пам'ятати про єдність і взаємообумовленість біологічного і соціального в людині, які знаходять своє відображення в руховому й інтелектуальному компонентах фізичної культури» [9]. При цьому, у формуванні рухового компонента основна увага приділяється цілеспрямованому, систематичному засвоєнню різних рухових дій і розвитку різнобічних фізичних здібностей; за умов

формування інтелектуального компонента зусилля акцентуються, насамперед, на набутті індивідом спеціальних знань і вмінь та їх використання з метою самовдосконалення.

Оскільки фізична підготовка є одним з видів навчальної діяльності курсанта, значущим для аналізу проблеми нашого дослідження вважаємо *діяльнісний підхід*, який разом із *особистісно орієнтованим* може тлумачитися як особистісно-діяльнісний. Фізична підготовка як діяльність, на мою думку, виконує важливу професійну й соціально-психологічну функції, оскільки створює сприятливі умови для розвитку соціального досвіду, своєчасного прийняття рішень, попередження міжособистісних конфліктів на засадах доцільної групової взаємодії курсантів. Згодом, у військово-професійній діяльності офіцера, цей досвід дасть змогу організувати колективну взаємодію у військових підрозділах для вирішення завдань службової діяльності.

Будь-яка діяльність розгортається за логікою «потреба – мотив – діяльність»; отже, фізична підготовка майбутніх офіцерів як діяльність детермінована потребнісно-мотиваційними чинниками, усвідомленням необхідності у фізичній підготовленості до оперативно-службової діяльності.

Діяльнісна концепція відіграє значущу роль у нашому дослідженні, оскільки [6]:

- 1) фізична підготовка є різновидом людської діяльності і мотивується іншими її видами;
- 2) у освітньо-професійній підготовці заняття з фізичної підготовки є різновидом навчальної діяльності;
- 3) фізична підготовка як навчальна діяльність може розглядатися як сукупність кількох компонентів: постановки навчальної задачі з фізичної підготовки, виконання певних дій щодо її вирішення, діяльності з контролю й самоконтролю ступеня засвоєності дій, оцінки ефективності процесу фізичної підготовки з боку учасників освітнього процесу;
- 4) діяльність з фізичної підготовки може перейти на операційний усвідомлений рівень, тому й рухова активність може бути засвоєна на свідомому рівні.

Реалізація особистісно орієнтованого підходу у площині досліджуваної нами проблеми відбувається з урахуванням двох основних вимог: відображення у змісті фізичної підготовки майбутніх офіцерів мети військово-професійної підготовки, яка передбачає єдність розумового, морального, фізичного розвитку особистості; вибору системи педагогічних форм і методів, які стимулюють позитивну мотивацію до формування фізичної готовності у курсантів військових закладах вищої освіти [6].

Відомо, що при традиційних моделях педагогічних систем, побудованих на принципах класичної науки, розглядали учнів і курсантів як об'єктів впливу, суб'єктно-об'єктне розуміння педагогічного процесу трактувалося як формування особистості із заданими якостями, а освіта – як трансляція суми знань, умінь і навичок від викладача до курсантів.

Це спричиняло жорстку регламентацію педагогічної діяльності, обмеження ініціативи і творчості викладача, «живучості» авторитарного стилю відносин, що гальмують особистісний та професійний розвиток суб'єктів освітнього процесу, заважають їх самореалізації.

Подібні типи педагогічних систем функціонують як закриті, що позбавлені здатності до саморозвитку, тому вичерпують свої можливості та не мають перспективи. Саме тому в останні роки основна увага педагогічної науки пов'язується із побудовою нових концепцій «відкритої» освіти, які не скасовують класичних канонів педагогіки, а розвивають їх у нових умовах. Відповідно до цього інтерес представляє розуміння педагогічної синергетики з позиції концепції самоорганізації педагогічної діяльності, запропонованої рядом вчених [2], які виділяють такі принципові характеристики відкритої освіти:

- нелінійність (знання і досвід нарощуються не тільки послідовно, а й спонтанно);
- незавершеність (інформація повідомляється не повністю, є змога її доповнювати);
- суб'єктивність (притаманна конкретному учню та викладачу);
- нестійкість і нестабільність;
- відносна передбачуваність результатів;
- орієнтація на різнобічний, а не всебічний розвиток особистості;
- доповнюваність логічного пізнання асоціативними й інтуїтивними відкриттями;
- змінюваність уявлень про світ не тільки бінарна, а й тринарна можливість пізнання й оцінювання;
- поняття «методика», що вимагає «ритуального» виконання і жорстких приписів, поступається місцем поняттю «технології» як цілісному і м'якому наборові орієнтирів;
- пріоритет свідомості над зовнішніми впливами тощо [2].

Фундаментальні положення синергетичного підходу відкривають якісно нові можливості для розуміння та вирішення проблем професійного та особистісного розвитку майбутнього офіцера СБ України, навчальної праці у цілому, яку не можна вважати планомірно-поступовою, лінійною, безконфліктним процесом, що зумовлюють перебудову професійної «картини світу» майбутнього офіцера, його ціннісних орієнтацій, їх ієрархію, стимулюючи власну самопізнавальну та самовиховну активність.

Аксіологічний підхід передбачає вивчення цінностей як смислоутворювальних основ формування особистості фахівця. Вибір цінностей – це початковий пункт концептуалізації навчально-виховного процесу, в тому числі й у військовому закладі вищої освіти. Так, у сфері фізичної культури, формування фізичної підготовленості, здорового способу життя вирізняють такі головні *групи цінностей* [10; 11]:

- інтелектуальні – сукупність знань у галузі фізичного вдосконалення людини, інтелектуальний потенціал фізичного стану майбутнього офіцера СБ України, знання в галузі фізичної активності особистості тощо;
- рухового характеру – особистісний фізичний потенціал майбутнього військового фахівця, загалом його фізична підготовка, показники працездатності, стан здоров'я;



– педагогічні – уміння й навички організації фізкультурно-спортивної діяльності, цінність фізкультурно-спортивної тренувальної діяльності;

– мобілізаційні цінності – пов'язані з раціональною організацією часу курсанта, внутрішнім станом дисципліни, зібраністю, необхідністю й умінням швидко оцінювати ситуацію й приймати рішення, самоорганізацією здорового способу життя, вмінням протистояти негативним впливам зовнішнього середовища;

– інтенційні цінності – престижність фізичної культури і спорту, громадська думка стосовно фізичної підготовленості майбутнього офіцера СБ України, соціально-психологічні установки на вдосконалення фізичної підготовки тощо.

Ціннісно-смысловая сфера військового професіонала, співвіднесення своєї діяльності з життєвими смислами ґрунтується, на думку О. Старчука [6], на таких професійно-педагогічних цінностях:

1) соціально зумовлені цінності, до яких належить і стан здоров'я та здоровий спосіб життя майбутнього офіцера як соціальні категорії;

2) особистісні цінності, до яких відносимо фізичну готовність як цільовий компонент військово-професійної підготовки.

Важливим для вирішення проблеми цього дослідження вважаю також *соціально-педагогічний підхід*, який дає можливість розглядати формування фізичної готовності як соціально-педагогічне явище і процес [12]. Фізична готовність майбутніх офіцерів СБ України як категорія і результат цілісного науково-методичного процесу у військовому закладі вищої освіти розглядається на кількох головних рівнях, як це прийнято у соціально-педагогічній науці:

– на *соціальному* рівні – як комплексний вплив соціального макросередовища на формування здорового способу життя, здатності до саморозвитку фізичних якостей без організованого із-зовні (наприклад, у вигляді навчально-виховного процесу) впливу;

– на *інституалізованому* рівні – як побудова спеціально організованого процесу формування фізичної підготовленості військового фахівця на рівні військового закладу вищої освіти;

– на *інтерперсональному* рівні – як сукупність способів, форм, методів формування фізичної підготовленості майбутнього офіцера;

– на *інтраперсональному* рівні – як виведення процесу формування фізичної підготовленості та рівень «само-процесів» – саморозвитку, самовиховання, самоосвіти, самоусвідомлення тощо.

У умовах адаптаційних труднощів першокурсників фізична підготовка виконує, насамперед, стабілізуючу, соціалізаційну, психічно-регулюючу функції. Крім того, у процесі занять з фізичної підготовки забезпечується засвоєння майбутнім офіцером СБ України соціально значущих цінностей і норм, реалізується процес самопізнання, відбувається формування «Я-концепції» на засадах зростання рівня самооцінки, формування ситуації успіху й розвитку почуття самодостатності.

Як один із найважливіших у площині нашого дослідження виокремлено *акмеологічний* підхід. Йдеться про те, що процес формування фізичної підготовленості сприяє розвитку військового професіонала, командира, котрий здатен ефективно виконувати свої службові обов'язки. При цьому, крім формалізованої статусної ієрархії суб'єктів військової діяльності (від рядового до керівника різного рангу), мені важливо вивчити статусну ієрархію, що ґрунтується на рівні фізичної підготовленості, розвитку фізичних якостей, рівні самоусвідомлення як суб'єкта військово-професійної діяльності. На акмеологічних засадах виписано основи військового професіоналізму в особливих й екстремальних умовах, для небезпечних професій, для військових управлінців і командирів, військових психологів і педагогів.

Для проблематики цього дослідження важливим є також положення педагогічної акмеології, які дають можливість визначати:

– траєкторію особистісного зростання майбутнього офіцера, що реалізується при формуванні його фізичної готовності як структурному елементу загальної професійної готовності;

– можливості подолання професійних деформацій, викликаних низьким рівнем сформованості фізичної готовності до військово-професійної діяльності (аналогом чому у педагогів, наприклад, є «синдром професійного вигорання»). Зважаючи на те, що офіцер також має реалізувати у професійній діяльності певні педагогічні функції, достатній рівень сформованості фізичної готовності дає змогу запобігти професійному виснаженню й перенасиченню, оскільки з фізичним станом офіцера напряму пов'язаний його психоемоційний стан.

Як свідчать наукові дослідження, акмеологічним може стати будь-який вплив на особистість як об'єкт розвитку. Ми вважаємо, що головним у цьому впливі є стимулювання розвитку властивостей особистості, які забезпечують самоефективність розвитку й мотивацію до досягнення успіху. За допомогою фізичної підготовки як компонента військово-професійної підготовки майбутнього офіцера у нього повинні сформуватися впевненість у собі, відсутність страху перед майбутнім, здатність більш повно реалізувати свій потенціал як ситуацію професійного успіху.

**Висновки.** Розглядаючи наукові праці, що відображають проблему дослідження, слід констатувати, що ці роботи знаходяться в площині загальнонаукових підходів, які використовуються психолого-педагогічною наукою як загальнотеоретичні, загальнодидактичні, загальнофілософські. До таких наукових підходів вважаю треба віднести системний, діяльнісний, синергетичний аксіологічний, акмеологічний, соціально-педагогічний. Водночас таке поєднання названих підходів не об'єднує їх за якимись характерологічними ознаками; вони несуть певне змістово-функціональне навантаження як теоретичні конструкти, за допомогою яких можна визначити специфіку об'єкта і предмета зазначеного дослідження серед інших у психолого-педагогічній науці.

Перспективним напрямком подальших досліджень є обґрунтування педагогічних умов забезпечення спеціальної фізичної підготовки майбутніх офіцерів СБ України, поглиблений аналіз стану фізичної підготовки, розробка авторської програми для майбутніх офіцерів відомства та впровадження наукової праці в освітній процес ЗВО.

Література

1. Бабаєв В. М., Пономарьов О. С., Пазиніч С. М. Соціальне пізнання і логіка управління: монографія. Харків. нац. ун-т міськ. госп-ва ім. О. М. Бекетова. Х.: ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 2015. 182 с.
2. Романчук С. В. Формування мотивації до занять фізичною підготовкою і спортом курсантів технічних військових навчальних закладів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». Львів, 2006. 24 с.
3. Раєвський Р.Т., Халайджі С.В. Професійно-прикладна фізична підготовка : навч. посіб. [для студ. вищих навч. закладів] О.: Наука і техніка, 2006. 138 с.
4. Лігоцький А.О. Професійна педагогіка в системі підготовки кадрів МВС України: Стан та перспективи відомчої системи освіти і науки МВС України: матеріали наук.-практ. Конф. (Харків, 27 трав.2016 р.). Харків. Нац. ун-т внутр.справ. С. 90-98.
5. Орленко Н.А. Професійно-прикладна фізична підготовка майбутніх пілотів у вищих навчальних закладах: дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук за спеціальністю 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. Інститут вищої освіти НАПН України. Київ, 2010. 258 с.
6. Старчук О.О. Методика формування фізичної готовності майбутніх офіцерів до військово-професійної діяльності: дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук зі спеціальності 13.00.02 – теорія та методика навчання (загальновійськові та військово-спеціальні дисципліни). Національна академія Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького. Хмельницький, 2011. 184 с.
7. Концепція розвитку фізичної підготовки і спорту в системі Міністерства оборони України. Наказ Міністерства оборони України від 28.12.2022 № 452 [in Ukraine]. 23(2021); С. 46-51 <https://doi.org/10.32626/2309-8082.2021-23.46-51> [in Ukraine].
8. Варв'янський С., Куц О. Місце фізичної культури в системі культурних цінностей. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2003. № 7. С. 44-56.
9. Дехтяр В.Д., Суценок Л.П. Фізичне виховання студентів вищих навчальних закладів: навч. Посібник. К.: Екмо, 2005. 214 с.
10. Одеров А., Романчук С., Небожук О., Кузнецов М., Романчук В., Боярчук О., Тичина І. Інноваційні дослідження змісту фізичної підготовки Збройних Сил іноземних держав як елементу підготовки військового професіоналу. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. 2021р.
11. Білоус Т.І. Формування ціннісних орієнтацій в професійній військовій діяльності. Психологія. Збірник наукових праць. Київ : НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2000. Ч.ІІ., Вип. 2 (9). С. 241-254.
12. Грязнов І.О. Теретико-методичні засади морального виховання майбутніх офіцерів Державної прикордонної служби України : дис. ... доктора пед. наук : 13.00.07.Тернопіль, 2006. 470 с.
13. Столяров В.И., Быховская И.М., Лубышева Л.И. Концепция физической культуры и физкультурного воспитания (инновационный подход). Теория и практика физической культуры. 1998. № 5. С. 11-15.
14. Євтушенко В. В., Бондарович О. П., Івахно О. В. та ін. Спеціальна фізична та психологічна підготовка співробітників СБ України до оперативно-службової діяльності в умовах підвищеного ризику: навч. посіб. / Київ: Нац. акад. СБУ, 2016. 234 с.
15. Фіногенов Ю.С. Структура та рівні управління в системі фізичної підготовки Збройних сил України. Вісник НУОУ. 2011; 6(25): 114-120 [in Ukraine].

#### References

1. Babaev V. M., Ponomaryev O. S., Pazynich S. M. Social cognition and management logic: a monograph. Kharkiv. national city university farm named after O. M. Beketova. H.: XNUMG named after O. M. Beketova, 2015. 182 p.
2. Romanchuk S. V. Formation of motivation for physical training and sports in cadets of technical military educational institutions: autoref. thesis for obtaining sciences. degree of candidate of sciences in physical education and sports: special. 24.00.02 "Physical culture, physical education of different population groups". Lviv, 2006. 24 p.
3. Raevsky R.T., Khalajji S.V. Professional and applied physical training: education. manual [for students higher education institutions]. O.: Nauka i tekhnika, 2006. 138 p.
4. Ligotsky A.O. Professional pedagogy in the system of personnel training of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine: State and prospects of the departmental system of education and science of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine: scientific-practical materials. Conf. (Kharkiv, May 27, 2016). Kharkiv. National University of Internal Affairs. pp. 90-98.
5. Orlenko N.A. Professional-applied physical training of future pilots in higher educational institutions: dissertation for obtaining the scientific degree of Candidate of Pedagogical Sciences, specialty 13.00.04 (theory and methodology of professional education). Institute of Higher Education of the National Academy of Sciences of Ukraine. Kyiv, 2010. 258 p.
6. Starchuk O.O. The method of forming the physical readiness of future officers for military professional activity: dissertation for obtaining the scientific degree of Candidate of Pedagogical Sciences in the specialty 13.00.02 (theory and training methods (general military and special military disciplines). National Academy of the State Border Service of Ukraine named after Bohdan Khmelnytskyi. Khmelnytskyi, 2011. 184 p.
7. Concept of development of physical training and sports in the system of the Ministry of Defense of Ukraine. Order of the Ministry of Defense of Ukraine dated December 28, 2022 No. 452 [in Ukraine]. 23(2021); P. 46-51 <https://doi.org/10.32626/2309-8082.2021-23.46-51> [in Ukraine].
8. Varvyanskyi S., Kuts O. The place of physical culture in the system of cultural values. Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports. 2003. No. 7. P. 44-56.
9. Dekhtyar V.D., Sushchenko L.P. Physical education of students of higher educational institutions: education. manual. K.: Ekmo, 2005. 214 p.

10. Oderov A., Romanchuk S., Nebozhuk O., Kuznetsov M., Romanchuk V., Boyarchuk O., Tychyna I. Innovative studies of the content of physical training of the Armed Forces of foreign countries as an element of military professional training. Bulletin of the Kamianets-Podilskyi National University named after Ivan Ohienko. 2021p.
11. Bilous T.I. Formation of value orientations in professional military activity. Psychology. Collection of scientific works. Kyiv: NPU named after M.P. Drahomanova, 2000. Ch. II., Vol. 2 (9). pp. 241-254.
12. Gryaznov I.O. Theoretical and methodological principles of moral education of future officers of the State Border Guard Service of Ukraine: diss. ... doctor of pedagogy Sciences: 13.00.07. Ternopil. 2006. 470 p.
13. Stolyarov V.I., Bykhovskaya I.M., Lubysheva L.I. The concept of physical culture and physical education (innovative approach). Theory and practice of physical culture. 1998. No. 5. P. 11-15.
14. Yevtushenko V. V., Bondarovykh O. P., Ivakhno O. V. and others. Special physical and psychological training of employees of the Security Service of Ukraine for operational and service activities in conditions of increased risk: training. Manual. Kyiv: National. Acad. SBU, 2016. 234 p.
15. Finogenov Yu.S. The structure and levels of management in the system of physical training of the Armed Forces of Ukraine. Bulletin of NUOU. 2011; 6(25): 114-120 [in Ukraine].

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K\(176\).48](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K(176).48)  
УДК 37.01 6.796.01 1.61

**Євтушок М. В.,**  
<https://orcid.org/0000-0002-1161-1179>  
кандидат педагогічних наук, доцент  
доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання,  
Український державний університет імені Михайла Драгоманова, м. Київ  
**Філатова З. І.,**  
<https://orcid.org/0000-0002-6053-9601>  
кандидат педагогічних наук, доцент  
доцент кафедри фітнесу і фізкультурно-спортивної реабілітації,  
Український державний університет імені Михайла Драгоманова, м. Київ  
**Ведмідь І. О.,**  
<https://orcid.org/0009-0009-5202-469X>  
вчитель фізичної культури,  
школа I-III ступенів №309 Дарницького району, м. Київ

### МЕТОДИ ФОРМУВАННЯ СПЕЦІАЛЬНИХ УМІНЬ ТА НАВИЧОК У СТУДЕНТІВ ЗВО В ХОДІ ЗАНЯТЬ З АКВАФІТНЕСУ З МЕТОЮ ПОЛІПШЕННЯ КОМПЕТЕНТІСНИХ ЗНАНЬ

У статті окреслено методи поліпшення компетентнісних знань студентів, напрямки розробки структури та змісту умов, які передбачають використання інформаційних технологій, які сприяють створенню, виконанню й корекції індивідуальних проектів здорового способу життя і забезпечують формування в студентів умінь самоврядування пізнавальною діяльністю в межах професійно-фахової та фізкультурно-оздоровчої спрямованості; шляхи оптимізації формування у здобувачів освіти прагнення до систематичних занять аквафітнесом. **Мета роботи.** Визначити методи поліпшення компетентнісних знань здобувачів освіти в ході занять аквафітнесом. **Методологія.** Для розв'язання поставлених завдань дослідження використовувались методи: теоретичний аналіз наукової та науково-методичної літератури, опитування, педагогічне спостереження, тестування та методи математичної статистики.

Для оволодіння системою знань, умінь, рухових навичок, творче їх використання в навчальній діяльності та фізичному самовдосконаленні в ході занять аквафітнесом використовувався метод надання здобувачам освіти свободи вибору, для поліпшення компетентнісних знань здобувачів освіти використовувався метод випереджувальної самостійної роботи, з метою створення умов для подолання пізнавальних труднощів в ході занять аквафітнесом використовувався проблемний метод. **Наукова новизна.** Визначено методи впливу на формування спеціальних умінь та навичок у студентів ЗВО в ході занять з аквафітнесу з метою поліпшення компетентнісних знань. **Висновки.** Тенденції розвитку сучасного суспільства, його яскраво виражена інформатизація зумовлюють необхідність все більш широкого використання інформаційних технологій у сфері освіти, де особливо зростає необхідність їх створення та використання в ході занять аквафітнесом.

**Ключові слова:** компетентнісні знання, пізнавальна діяльність, аквафітнес, пізнавальні можливості.

**Yevtushok Maryna, Filatova Zoya, Vedmid Iryna. Methods of forming skills for improving students' knowledge of competence busy in aquafitness.** The article marked the main methods of improving the competent knowledge of students busy in aquafitness, the direction of developing the structure and content of the conditions that involve the use of information technologies that promote the creation, implementation and correction of individual projects of healthy lifestyle and provide the formation of self-government skills for cognitive activity within the physical culture - health and professional orientation. as well as ways to optimize the formation of students of a higher education institution desire for systematic aquafitness lessons. **The aim of the study.** To determine the methods of improving the competence knowledge of the students of education in the course of aquafitness classes. **Methodology.** Methods were used to solve the research tasks: theoretical analysis of scientific and scientific-methodical literature, survey, pedagogical observation, testing and methods of mathematical statistics.