

**Н. А. Орленко**

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри спортивної підготовки  
Національний авіаційний університет

## **Аналіз сучасної системи фізичного виховання майбутніх пілотів у вищих навчальних закладах авіаційного профілю**

### **Анотація**

*Проведено аналіз фізичного виховання майбутніх пілотів у вищих навчальних закладах авіаційного профілю, в процесі якого були виявлені основні недоліки фізичної підготовки. Виявлено, що основними формами проведення занять з фізичної підготовки є практичні та теоретичні заняття, а система фізичної підготовки має бути перебудованою на основі принципів гуманістичної психології та з урахуванням педагогічних умов.*

**Ключові слова:** *фізичне виховання, фізична підготовка, професійно-прикладна фізична підготовка, здоров'я, майбутні пілоти.*

### **Аннотация**

*Проведен анализ физического воспитания будущих пилотов в высших учебных заведениях авиационного профиля, в процессе которого были выявлены основные недостатки физической подготовки. Выявлено, что основными формами проведения занятий по физической подготовке являются практические и теоретические занятия, а система физической подготовки должен быть перестроенной на основе принципов гуманистической психологии и с учетом педагогических условий.*

**Ключевые слова:** *физическое воспитание, физическая подготовка, профессионально-прикладная физическая подготовка, здоровье, будущие пилоты.*

### **Summary**

*The analysis of physical training future pilots in higher education aviation profile in the process which identified the main weaknesses of fitness. Revealed that the main form of physical training sessions with a practical and theoretical studies, and the system of physical training should be rebuilt based on the principles of humanistic psychology and considering pedagogical conditions.*

**Key words:** *physical education, physical training, professional-applied physical training, health, future pilots.*

## **Вступ**

Фізичне виховання у вищих навчальних закладах України, складаючи органічну частину всього навчально-виховного процесу, покликано підтримувати високу працездатність студентів протягом усіх років навчання, сприяючи успішному навчанню та ефективній професійній діяльності. При цьому важливо, щоб майбутній фахівець був міцний тілом і духом, здатний свідомо примножувати потенціал держави, успішно самореалізовувати свої природні і набувати фізичні та духовні здібності й потенціал, активно розвивати їх.

## **Аналіз досліджень і публікацій**

У сучасній літературі фізичне виховання розглядається дослідниками у різних аспектах. Так, дослідник В. Білогур проводив дослідження з теоретико-методичного забезпечення фізичного виховання у вищих навчальних закладах [1], А. Домашенко – систематизував організаційно-педагогічні засади системи фізичного виховання студентської молоді України [2], А. Драчук розглядає проблему оптимізації фізичного виховання студентів вищих закладів освіти гуманітарного профілю [3], О. Кузнєцова – фізичну та розумову працездатність студентів з низьким рівнем фізичної підготовки [5], Ю. Новицький – питання щодо організаційно-методичного підходу в індивідуалізації процесу фізичного виховання студентів [7].

Проведений аналіз досліджень учених дозволяє нам зробити визначення фізичного виховання як спеціалізованого педагогічного процесу цілеспрямованого системного впливу на людину фізичних вправ, гігієнічних факторів у цілях зміцнення здоров'я, розвитку фізичних якостей, удосконалення морфологічних і функціональних можливостей, формування та поліпшення основних життєво важливих рухових навичок, умінь і пов'язаних з ними знань, забезпечення готовності людини до активної участі у суспільному, виробничому та культурному житті.

Погоджуючись з думкою С. Ніколаєва [6, с. 23], оптимізація навчального процесу з фізичного виховання у вищих закладах освіти важливо здійснювати за допомогою програм, які дають змогу викладати предмет «фізичне виховання», планувати й контролювати фізичну підготовленість, загальну рухову активність, а також психофізичний стан студентів, але вважаємо, що програми важливо складати відповідно напрямків спеціальностей майбутніх фахівців.

*Метою фізичного виховання майбутніх пілотів у вищих технічних навчальних закладах ВНЗ авіаційного профілю є формування фізичної та психофізичної надійності організму до професійної діяльності, а також фізичної, духовної та професійної культури, підвищення ресурсів здоров'я як*

системи цінностей, що активно і довготерміново реалізуються у здоровому способі життя, а також здатності застосовувати її у соціально-професійній, фізкультурно-спортивній та у професійній діяльності. Основним принципом фізичного виховання стає принцип відповідності застосованих форм, засобів і методів підготовки з урахуванням вікових особливостей організму особистості майбутнього пілота та загальної фізичної підготовленості.

Відповідно до мети нами були сформульовані завдання дослідження: розглянути зміст фізичного виховання у ВНЗ авіаційного профілю, де загальна фізична підготовка не лише створює передумови, а й визначає рівень і темпи розвитку основних рухових здібностей людини: сили, швидкості, витривалості, гнучкості та спритності. Тому завданнями загальної фізичної підготовки є:

- зміцнення здоров'я, протидія негативному впливу на людину умов життя, побуту, трудової діяльності, процесів старіння;
- забезпечення всебічного і гармонійного фізичного розвитку людини;
- створення бази для спеціальної фізичної підготовленості до конкретних видів діяльності.

### **Основний зміст дослідження**

Як відомо, загальна фізична підготовка (ЗФП) є основним, базовим видом фізичного виховання, що реалізує загальну підготовчу спрямованість системи фізичного виховання в цілому, її зміст, засоби, методи та форми організації занять передбачають створення надійної бази фізичної підготовленості до будь-якого виду діяльності (професійної, побутової тощо) людей у процесі життя.

Провідну роль у змісті ЗФП відіграють природні види рухів і похідні від них, що супроводжують людину протягом усього життя (різноманітні види ходьби, бігу, стрибків, метань). Крім того, ЗФП може містити елементи різних видів спорту: рухливих і спортивних ігор, гімнастики, акробатики, важкої атлетики, плавання, легкої атлетики тощо. Також можуть використовуватися вправи на тренажерах.

Навчальні заняття із загальної та спеціальної фізичної підготовки майбутніх пілотів проводять протягом усього навчання у ВНЗ авіаційного

профілю. Їх зміст визначається поставленою метою, завданнями, обсягом навчального матеріалу з урахуванням професійного спрямування, віку і стану здоров'я.

Основними формами проведення занять з фізичного виховання є практичні та теоретичні заняття. Практичні заняття є основним видом навчальних занять, які мають методичну спрямованість відповідно до навчальної програми. Теоретичні заняття спрямовані на оволодіння необхідними знаннями, передбаченими програмою навчання, і проводяться у формі бесід під час заняття.

Самостійні заняття здійснюються за індивідуальними планами в обсязі програми з фізичної підготовки.

Спортивно-масова робота спрямована на фізичне виховання особового складу пілотів, залучення до регулярних занять спортом, підвищення рівня спортивної майстерності та фізичної підготовленості.

Зміст фізичної підготовки майбутніх пілотів визначає цілий ряд чинників, пов'язаних з особливостями професійної діяльності, і, насамперед, вимогами до фізичної та психічної підготовленості, що зумовлено специфікою професійної діяльності.

Крім того, формування професійно важливих якостей майбутніх пілотів засобами фізичного виховання, як фактора загальної підготовки майбутніх авіаційних фахівців, активно сприяє:

- всебічному гармонійному розвитку особистості, формуванню, вихованню, розвитку й удосконаленню багатьох позитивних і необхідних духовних і фізичних якостей;

- зміцненню здоров'я, підвищенню загальної працездатності, витривалості, удосконалюванню регуляції біологічних механізмів, що забезпечують стійкість виробничої діяльності у складних і мінливих умовах;

- більш ефективному загальному і спеціальному навчанню, оскільки оптимально нормована активна рухова діяльність позитивно впливає на розумову працездатність майбутнього фахівця, підвищення його успішності.

Відомо, що основним місцем підготовки майбутніх пілотів в Україні була Кіровоградська льотна академія, де кількість годин на фізичну підготовку змінювалась у різні роки (1978–2009 рр.) від 189 год. до 584 год. Дані зміни кількості навчальних годин представлені у табл. 1.

*Таблиця 1*

**Аналіз кількості годин навчальної дисципліни «Фізичне виховання» у Кіровоградській льотній академії**

Роки навчання	Загальна кількість навчальних годин за 4 роки навчання	Види навчальних занять із кількістю навчальних годин		
		практичні заняття	самостійні заняття	лекційні заняття
1978–1992	512	256	256	–
1992–1998	450	300	150	–
1998–2003	189	122	59	8
2003–2009	584	274	292	18

Аналізуючи кількість навчальних годин з фізичного виховання (табл. 1) можна зробити висновок, що фізичній підготовці на даний час у Кіровоградській льотній академії приділяється достатньо уваги і здійснюється рівномірний розподіл часу, що гармонізує та оптимізує процес фізичної підготовки. Крім того, слід відзначити, що в останні роки було зроблено акцент на теоретичну частину фізичної підготовки, що дає теоретико-методичне обґрунтування відповідного навчального процесу.

Але, в той же час можна зауважити, що ця кількість годин не може повністю забезпечити фізичний розвиток майбутніх пілотів (при заняттях один раз на тиждень), тому що, як відомо [8], розвиваючий ефект фізичної підготовки можливий лише за умови 2–3 занять на тиждень (4–6 годин).

Національний авіаційний університет займався первинною теоретичною підготовкою майбутніх пілотів (борт-інженерів), які навчались за спеціальністю – 13.0309 «Льотна експлуатація літальних апаратів» з 1988 по 1999 рр. У 2004 р. була відновлена підготовка майбутніх пілотів за спеціальністю 6.100100

«Експлуатація літальних апаратів», а в 2009 р. відбувся перший випуск майбутніх пілотів, при цьому загальна кількість годин з фізичного виховання складала 503 години за п'ять років навчання. Аналіз кількості навчальних годин з фізичного виховання в НАУ показано у табл. 2.

Таблиця 2

**Кількість навчальних годин у НАУ з дисципліни  
«Фізичне виховання та психофізіологічна підготовка»**

Роки навчання	Види фізичної підготовки	Кількість навчальних годин			
		Загальна кількість годин	Години практичних занять	Години самостійних занять	Лекційні заняття
1993 – 1996	ЗФП	596	596	–	–
1996 – 1999	ЗФП	481	481	–	–
2004 – 2005	ЗФП	159	104	55	–
2005 – 2006	ЗФП + ПОФП	105	70	35	–
2006 – 2007	ЗФП + ППФП	105	70	55	–
2007 – 2008	ЗФП + ППФП	80	60	20	–
2008 – 2009	Удосконалення ППФП	54	24	30	–

**Примітки:** ЗФП – загальна фізична підготовка; ПОФП – професійно-орієнтована фізична підготовка; ППФП – професійно-прикладна фізична підготовка.

Представлений у табл. 2 аналіз кількості навчальних годин з дисципліни «Фізичне виховання та психофізіологічна підготовка» свідчать про те, що в Національному авіаційному університеті диференційованій та інтегрованій фізичній підготовці майбутніх пілотів приділяється значна увага, що відповідає концепції неперервного фізичного вдосконалення майбутніх фахівців авіаційного профілю.

З метою виявлення недоліків фізичного виховання у навчально-виховному процесі у Національному авіаційному університеті (НАУ) нами був проведений констатувальний експеримент, який включав наступні завдання:

– виявлення у студентів – майбутніх пілотів основних негативних факторів, що перешкоджають успішній фізичній підготовці в НАУ;

– з’ясування самооцінки стану фізичного здоров’я студентів, які навчаються за спеціальністю «Експлуатація літальних апаратів» НАУ, та виявлення мотиваційної потреби студентів у заняттях з фізичного виховання.

В експерименті брало участь 65 студентів другого курсу різних спеціальностей (вибірково) та 42 студенти 1–4 курсів, які навчалися за спеціальністю 6.100100 – «Експлуатація літальних апаратів». У ході констатуючого експерименту за допомогою анкетування було виявлено основні недоліки сучасної системи фізичної підготовки студентів. Результати дослідження представлені у табл. 3.

*Таблиця 3*

**Основні недоліки сучасної системи фізичної підготовки (%)**

<b>Недоліки</b>	<b>Студенти – майбутні пілоти</b>	<b>Студенти інших спеціальностей</b>
відсутність належних умов	24	12
брак інвентарю та обладнання, що забезпечують ефективне функціонування фізичної підготовки	43	20
не вистачає вільного часу для занять фізичними вправами	21	42
відсутність мотивації до занять фізичним вихованням	5	7
недостатня увага до теоретичної та методичної професійно-орієнтованої підготовки	5	9
немає потреби у заняттях з фізичної підготовки, бо працюють щоденно	2	10

Відомо, що однією з умов, що перешкоджає майбутнім фахівцям займатися фізичним вихованням, є стан їх здоров’я. Нами виділені основні негативні фактори які, на наш погляд, впливають на стан здоров’я молоді. Це, у першу чергу, незадовільна організація системи фізичного виховання у навчальному процесі школи та ВНЗ. Як свідчать дані досліджень, проведених С. Кириленком, серед загальної кількості підлітків до моменту здобуття середньої освіти здоровими залишаються менше 5%. Суттєві морфофункціональні відхилення мають 45–50% випускників, а 40–60% –

хронічні захворювання. Від 20 до 80 відсотків підлітків набувають патологію, одночасно у від двох до п'яти життєзабезпечуючих системах людини [4].

Щоб з'ясувати, як оцінюють свій стан здоров'я студенти НАУ, ми запропонували їм відповісти на ряд запитань, в тому числі і на запитання: «Як Ви оцінюєте свій стан здоров'я?», на що отримали відповіді, які наведені на рис. 1.

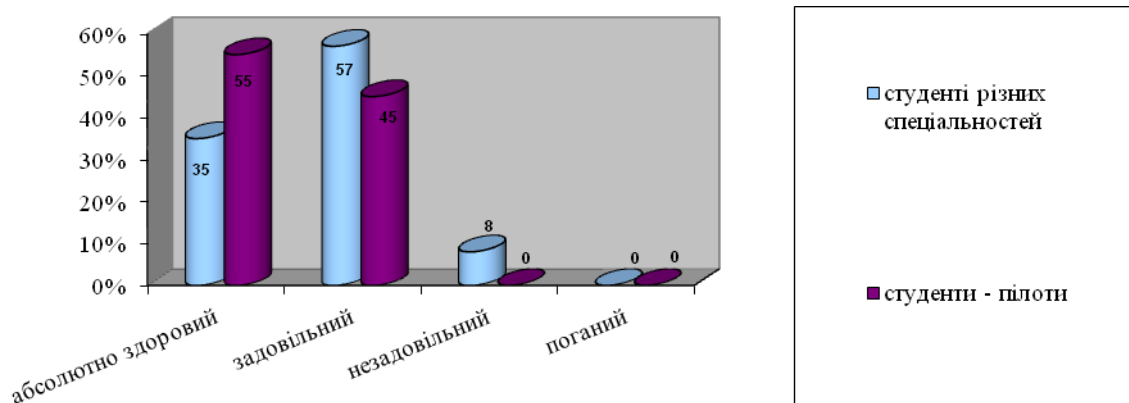


Рис. 1 Самооцінки стану здоров'я студентами НАУ (%)

За цими показниками можна зробити висновок, що студенти, які своєю майбутньою професією вважають льотну діяльність, на даний час мають показники здоров'я вище, ніж інших спеціальностей студенти.

Для підтвердження цього ми проаналізували кількість захворювань студентів різних спеціальностей і майбутніх пілотів впродовж 2007/2008 навчального року. Так, 65 студентів різних спеціальностей НАУ на запитання «Як часто Ви хворієте упродовж року (крім хронічних захворювань)?» відповіли: «не хворію» – 21%; 1 раз – 29%; до 2-х разів – 34%; до 4-х разів – 13%; до 10-ти разів – 3%. На це ж запитання майбутні пілоти відповіли так: «не хворію» – 51%; 1 раз – 41%; до 2-х разів – 7%; до 4-х разів – 1%; до 10-ти разів – 0%.

Виходячи з того, що стан здоров'я людини є динамічною характеристикою, яка постійно змінюється відповідно до змін зовнішніх умов,



*категорію здоров'я майбутніх пілотів* будемо визначати як «процес збереження та розвитку біологічних, фізіологічних, психічних і психофізичних функцій, оптимальної трудової та соціальної активності при максимальній тривалості професійного життя», який можна продовжити засобами фізичного виховання.

Проаналізувавши систему фізичної підготовки майбутніх пілотів у провідних навчальних закладах України (Кіровоградської льотної академії та Національному авіаційному університеті), можна зазначити такі недоліки:

- між соціальним замовленням, щодо якісної ППФП у вищій школі і недоцільним рівнем сформованості у майбутніх фахівців авіаційного профілю готовності до професійної діяльності;

- між інтегративним характером вимог, що висуваються до майбутнього пілота і недостатньо розробленістю методичних основ формування готовності майбутніх пілотів до професійної діяльності засобами ППФП;

- невідповідність кількості предметів у навчальних планах і робочих програмах системності й наступності підготовки майбутніх пілотів;

- мало уваги приділяється ефективності формування професійно значущих психофізіологічних і фізичних якостей та підвищенню рівня можливостей функціональних систем, що забезпечують високий рівень загальної та спеціальної підготовки;

- не вирішуються оздоровчі та професійно-прикладні задачі занять, які залишаються лише засобом боротьби за успішність, а не метою покращення здоров'я та набуття професійних знань і навичок;

- програми з фізичного виховання, розроблені у ВТНЗ авіаційного профілю, включають нормативні види занять, які не мають прикладного значення для обраної спеціальності;

- процес підготовки майбутніх пілотів не орієнтований на урахування індивідуальних особливостей студентів.

Таким чином, ефективність реформування системи освіти і професійної підготовки льотного складу значною мірою залежить від того, наскільки вища школа зможе звільнитися від шаблонів старих ідей і стати спрямованою до майбутнього.

Як слушно наголошують багато фахівців [1, 2, 3, 5, 8 та ін.], у галузі фізичної культури вся система фізичної підготовки має бути докорінно перебудованою на основі принципів гуманістичної психології та з урахуванням педагогічних умов, найважливішими з яких є:

- створення комфортного освітнього середовища для занять із фізичного виховання, тобто здійснення науково-методичного й організаційно-технологічного забезпечення занять із фізичного виховання у ВНЗ авіаційного профілю;

- оптимальне планування структури та змісту занять з фізичного виховання для забезпечення єдності теоретичної та практичної фізичної підготовки;

- застосування традиційних та інноваційних методів навчання (творча атмосфера та креативний стиль викладання, високий рівень компетентності викладачів);

- цілеспрямоване залучення студентів до активної рухової діяльності: створення та посилення позитивної мотивації до виконання рухових дій різного рівня складності;

- гнучка система оцінювання ефективності процесу підготовки та своєчасна діагностика рівня готовності студентів – майбутніх пілотів до професійної діяльності, до подолання труднощів і стереотипів;

- різноманітність і поступове ускладнення завдань, орієнтованих на підвищення рівня професійних знань, умінь і навичок, що впливають на формування професійно-важливих якостей, досягнення та підтримку високої розумової працездатності майбутніх пілотів;

– створення особистісно-орієнтованого стилю взаємодії викладача зі студентами на засадах гуманізму, дотримання гуманістичної парадигми в навчально-виховному процесі підготовки льотного складу.

### **Висновки**

Таким чином, система виховання, є підсистемою функціонування суспільства і визначається за його параметрами. Потреба у системному підході при дослідженні проблеми фізичного виховання та професійної підготовки зумовлена складністю та багатоаспектністю досліджуваного об'єкта, його елементів і відносин, які неможливо розглядати ізольовано.

Для того, щоб науково обґрунтувати процес формування професійних якостей майбутніх спеціалістів засобами фізичного виховання у вищому навчальному закладі, важливо чітко уявляти стан реальної життєдіяльності студентства, його способу життя. Яким спеціалістом стане нинішній студент – майбутній пілот залежить не лише від того, наскільки добре він учить, а й від уміння володіти здоровими життєвими навичками, від його буття взагалі. Вихованню саме цих навичок і сприяє фізичне виховання, а формування навичок ведення здорового способу життя у студентському віці є запорукою успішної професійної діяльності у майбутньому.

Так, одним із шляхів підвищення ефективності фізичного виховання студентської молоді є розробка нормативів фізичної підготовленості за належними величинами, які забезпечують стабільний рівень здоров'я.

### **Список використаних джерел**

1. Білогур В. Є. Теоретико-методичне забезпечення фізичного виховання у вищих навчальних закладах освіти: дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / Білогур Влада Євгенівна. – Рівне, 2002. – 157 с.

2. Домашенко А. В. Організаційно-педагогічні засади системи фізичного виховання студентської молоді України: дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / Домашенко Анатолій Васильович. – К., 2003. – 152 с.

3. Драчук А. І. Оптимізація фізичного виховання студентів вищих закладів освіти гуманітарного профілю: дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / Драчук Андрій Іванович. – Вінниця, 2001. – 198 с.
4. Кириленко С. В. Соціально-педагогічні умови формування культури здоров'я старшокласників: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07 / Кириленко Світлана Володимирівна. – К., 2004. – 180 с.
5. Кузнєцова О. Т. Фізична та розумова працездатність студентів з низьким рівнем фізичної підготовки: дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / Кузнєцова Олена Тимофіївна – Львів, 2005. – 176 с.
6. Ніколаєв С. Ю. Оптимізація рухової активності студенток залежно від психофізичних особливостей: дис. ... канд. фіз. вих. і спорту: 24.00.02 / Ніколаєв Сергій Юрійович. – Луцьк, 2004. – 175 с.
7. Новицький Ю. В. Організаційно-методичний підхід в індивідуалізації процесу фізичного виховання студентів: автореф. дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти»/ Ю. В. Новицький. – К., 1997. – 24 с.
8. Руководство по физической подготовке летного состава авиапредприятий и курсантов летных училищ гражданской авиации (РФП ЛС ГА–83). – М.: Воздушный транспорт, 1983. – 151 с.

## **Авторська довідка**

Орленко Наталія Анатоліївна  
кандидат педагогічних наук,  
доцент кафедри спортивної підготовки  
Національний авіаційний університет  
м. Київ, вул. Ніжинська 12, кімн. 109.  
тел. моб. 8-067-740-17-66, 8-063-176-51-32  
[natali7727@ukr.net](mailto:natali7727@ukr.net)