

святах і змаганнях, пов'язаних зі створенням гострої ситуації, відповідальності, прийняття нестандартного рішення.

Висновки. Для ефективної підготовки студентів до майбутньої професії необхідно формувати у студентів високу мотивацію до навчання при оптимальному функціональному стані організму. Тільки в цьому випадку можливе досягнення максимального рівня знань при мінімальних втратах психічного і фізичного здоров'я студентів.

Список використаної літератури

1. Габреева Г.Ш. Практикум з психології станів; навчальний посібник. Під ред. проф. А. О. Прохорова. - СПб Мова, 2004 - 480с.
2. Косякова О.О. Вплив емоційної стійкості студентів педвузів на ефективність їх навчальної діяльності. Вісник ТвГУ. Серія, Педагогіка і психологія, 2008. Т.1. С. 130-140.
3. Проблемы развития физической культуры и спорта в новом тысячелетии: материалы VIII международной научно-практической конференции, Екатеринбург, 28 февраля 2019 г. ФГАОУ ВО «Рос. гос. проф. – пед. ун-т». 2019. 703 с.
3. Тетранова А.І., Мороз А.В., Шурхавецкая Л.П. Оцінка рівня тривожності студентів в період екзаменаційної сесії. Фізична культура, спорт і здоров'я. Йошкар. Ола: Изд - во Мар-ГУ, 2015. №26. С.176

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ В СИСТЕМІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ПІЛОТІВ

Лопатюк О. В.

Льотна академія Національного авіаційного університету

Анотація. У статті розкрито роль і значення спеціальної фізичної підготовки в навчально-професійній діяльності майбутніх пілотів льотних закладів вищої освіти, розглянуто професійно важливі якості пілотів та обґрунтовано вплив спортивних ігор на формування професійної надійності майбутніх фахівців авіаційної галузі.

Вступ. Праця пілота цивільної авіації відноситься до одного з найбільш складних видів трудової діяльності людини. Вона виконується в тривимірному просторі при постійному впливі екстремальних фізичних і психічних факторів, в умовах постійної готовності до зміни режиму діяльності. Високий примусовий темп діяльності і жорсткий ліміт часу в поєднанні з великим потоком інформації роблять роботу пілота вельми напруженою. Зазначені обставини є причиною підвищення рівня функціонування фізіологічних систем організму пілота [2].

Аналіз експертних висновків показує, що щорічно в світі близько 90% авіаційних подій з літаками відбувається з вини людського фактора. В останні роки серед льотного складу відзначається тенденція до збільшення захворювань серцево-судинної системи, особливо в

молодому віці [1]. Спеціальна фізична підготовка під час підготовки майбутніх пілотів в льотних закладів вищої освіти допомагає вирішувати ці проблеми.

Мета дослідження – розкрити значення спеціальної фізичної підготовки в навчально-професійній діяльності майбутніх пілотів льотних закладів вищої освіти.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнювання даних науково-методичної літератури, систематизація, порівняння.

Результати дослідження та їх обговорення. Відомо, що в процесі своєї професійної діяльності екіпаж може допускати помилки, які умовно поділяються на закономірні і випадкові. Причинами їх прояви можуть бути різні чинники від недостатніх теоретичних знань, тренувань (тобто навичок), невідповідності рівня підготовки до умов виконання польотного завдання і психологічного стану льотчика, недостатнього обсягу уваги та ін.

Фізична підготовка благотворно впливає на формування і розвиток професійно важливих якостей льотного складу. Вона не стоїть відокремлено, а сприяє успішності початкового навчання курсантів льотних навчальних закладів, при перенавчанні льотного складу на нові типи літаків тощо. Залежно від підбору фізичних вправ і їх поетапного планування заняття з фізичної підготовки мають свою спрямованість: загальну фізичну підготовку, спеціальну фізичну підготовку, коригуючу фізичну підготовку і профілактичну фізичну підготовку. Мета фізичної підготовки льотного складу полягає у формуванні фізичної та психологічної готовності пілота до оволодіння складною авіаційною технікою, ефективного її використання, високої психофізіологічної надійності організму в умовах навчальної діяльності. У процесі фізичної підготовки вирішуються завдання загальної і спеціальної спрямованості [3].

Спеціальні завдання фізичної підготовки вирішуються відповідно до специфіки професійної діяльності льотного складу. Вони включають формування емоційної стійкості, розвиток і вдосконалення якостей уваги, тонкої рухової координації, здатності змінювати структуру рухових актів, просторового орієнтування, швидкості реакції і точності рухів, формування стійкості організму до несприятливих факторів польоту – пілотажних перевантажень, заколисування, гіпоксії, дихання під надлишковим тиском, гіподинамічних режимів льотної діяльності [4].

Великі можливості в удосконаленні функції уваги, здатності діяти в умовах дефіциту ліміту часу, змінювати структуру рухових актів, екстраполювати розвиток ситуацій мають спортивні ігри. Діяльність людини в спортивних іграх з психофізіологічних характеристик близька до операторської професії пілота, що виражаються в необхідності швидко аналізувати зміну ситуацій, приймати рішення і швидко його реалізовувати.

Разом з тим, слід зазначити, що діяльність людини в спортивних іграх стереотипна, так як використовується всього кілька основних елементів гри і тактичних прийомів. Тому для розвитку зазначених якостей рекомендується використовувати ускладнені варіанти гри з м'ячем (гра з двома-трьома м'ячами одночасно, кидок м'яча в стіну з ловлею після повороту на 360 градусів, гра з різними обмеженнями, ведення баскетбольного м'яча з одночасним підрахунком кількості ударів партнера і т. д.), виконання вправ на спеціальних снарядах (обороти на рухливих гімнастичних колесах в двох площинах, стрибки і комбінації на батуті), плавання різними способами.

Висновки. Спеціальна фізична підготовка сприяє формуванню високого рівня надійності професійних навичок в діяльності пілотів, розвитку комплексу психофізіологічних якостей майбутнього фахівця, що визначають адаптаційні можливості його організму до навчальної діяльності та недопущення помилок в професійній діяльності.

Список використаної літератури

1. Макаров, Р. Н., Неделько С. Н., Бамбуркин А. П., Григорецкий В. А. *Авиационная педагогика: учебник*. Москва; Кировоград: МНАПЧАК, ГЛАУ, 2005. 433 с.
2. Макаров Р. Н. *Методические рекомендации по физической и психофизиологической подготовке летного и курсантского состава гражданской авиации: учебное пособие*. Москва, 1988. 344 с.
3. *Модернізація професійної підготовки майбутніх фахівців авіаційної галузі: монографія* / кол. авторів; за ред. Т. С. Плачинда. Кропивницький, 2020. 428 с.
4. Попов Ф. И., Маракушин А. И. *Успешность первоначального летного обучения в зависимости от уровня развития физических, психических качеств и функционального состояния курсантов-вертолетчиков. Оздоровительные технологии по физической культуре и спорту в учебных заведениях: сб. науч.-метод. трудов Междунар. научн.-метод. конф.* Белгород, 2004. С. 221–226.