

**УНІВЕРСИТЕТ УШИНСЬКОГО
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ФІЗИЧНОЇ
КУЛЬТУРИ, СПОРТУ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ**

**КАФЕДРА ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА
СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІН**

**СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,
СПОРТУ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ**

**МАТЕРІАЛИ VI ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ
ІНТЕРНЕТ-КОНФЕРЕНЦІЇ
17-18 листопада 2022 року**

Одеса
Букаєв Вадим Вікторович
2022

СПОРТИВНІ ІГРИ ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ УВАГИ У МАЙБУТНІХ ДИСПЕТЧЕРІВ УПРАВЛІННЯ ПОВІТРЯНИМ РУХОМ

Лопатюк О.

Льотна академія Національного авіаційного університету, Україна

Анотація. Розкривається загальне поняття про увагу, її значення в професійній діяльності авіаційних фахівців, наведені засоби та методи удосконалення уваги за допомогою спортивних ігор.

Актуальність. Сучасні вимоги до професійної діяльності диспетчера управління повітряним рухом в навчальному процесі вимагає пошуку нових шляхів, форм, методів і способів у підготовці курсантів. Усі ми прекрасно усвідомлюємо, що недостатньо розвинені психофізіологічні якості – головна перешкода на шляху успішного освоєння курсантами програми навчання льотним спеціальностям.

Численні експериментальні наукові дослідження довели високу ефективність засобів фізичної підготовки в справі формування у курсантів академії таких професійно важливих якостей, як емоційна стійкість, оперативна пам'ять, розподіл і переключення уваги, вміння працювати в високому вимушеному темпі і виконувати додаткову роботу на фоні основної діяльності, стійкість до заколисування, психологічної та фізичної перенапруги тощо.

Виклад основного матеріалу. Однією із важливих якостей для диспетчера управління повітряним рухом є увага. Увага означає зв'язок свідомості з певним об'єктом, його зосередженість на ньому. Особливості цієї зосередженості визначають властивості уваги. До них відносяться: стійкість, концентрація, розподіл, переключення і обсяг.

Ми зупинимося на обсязі уваги. Відомо, що людина не може одночасно думати про різні речі і виконувати різноманітні роботи. Це обмеження змушує дробити інформацію, що надходить ззовні, на частини, щоб не перевищувати можливості обробної системи. Таким же чином людина володіє вельми обмеженими можливостями одночасно сприймати декілька незалежних один від одного об'єктів – це і є обсяг уваги.

Знання властивостей уваги має велике значення для професійного відбору, особливо для тих професій, які ставлять високі вимоги саме до цих властивостей.

Від ступеня її розвитку та вдосконалення властивостей уваги залежить успіх в оволодінні професією диспетчера, а також безпека польотів.

Диспетчер повинен оперативно, швидко аналізувати повітряну обстановку, приймати єдине і своєчасне рішення і давати потрібні команди на борт літака. Він у будь-який час повинен знати, де знаходиться контрольований ним літак, своєчасно підказати пілотові, як йому діяти, щоб повернутися на заданий курс, як витримати задану висоту польоту, який маневр зробити перед посадкою в аеропорту. Диспетчер також зобов'язаний позачергово посадити літак, у якого з якоїсь причини паливо виявилось на нулю, або стан здоров'я пасажера вимагає

екстренного зниження і посадки, або відбулися які-небудь технічні неполадки [1].

Тому диспетчер системи управління повітряним рухом повинен мати великий обсяг уваги і оперативної пам'яті, добре розвинене просторове подання, високий рівень стратегічного мислення, уміти прогнозувати, швидко вирішувати конфліктні ситуації і приймати правильні рішення на основі неповної, а часом і спотвореної різними перешкодами інформації. Навчання авіаційному мистецтву вимагає від курсанта великої витримки і уваги.

Є багато засобів для формування уваги у курсантів, але найбільш ефективний – спеціальна фізична підготовка.

При формуванні уваги необхідно підбирати такі вправи, які висували б високі навантаження одночасно на різні системи аналізаторів. Загальною методичною і педагогічною умовою при цьому є поступове ускладнення фізичних вправ, їх новизна, відсутність шаблонності, несподівані ситуації, сигнали.

Під час звичайних занять з фізичної підготовки ускладнення різних завдань на обсяг уваги при виконанні різних фізичних вправ може проводитися шляхом поступового додавання нових дій.

Методичний принцип поступового ускладнення спеціальних вправ на увагу за рахунок зміни і збільшення числа виконуваних дій відкриває великі можливості в розробці численних варіантів спеціальних вправ для вдосконалення уваги.

Під час занять з фізичної підготовки можуть застосовуватися найрізноманітніші вправи, рухливі та спортивні ігри для виховання уваги.

Кожна спортивна гра має свої характерні особливості, але одночасно багато спортивних ігор мають і подібні ознаки, які дозволяють розділити ці ігри на певні групи: командні і некомандні, з безпосередньою опірністю з суперником і без опірності, з додатковим інвентарем і без нього. Загальна характеристика ігрових дій є основою при визначенні впливу ігрових видів спорту на організм тих, хто займається, отож і на визначення значення їх в системі фізичного виховання для формування професійно важливих якостей [3].

В ігрових видах спорту застосовуються різноманітні рухи і дії: ходьба, біг, стрибки, різноманітні метання і удари по м'ячу. Гравці стараються доцільно застосовувати ігрові прийоми спільно зі своїми партнерами, добитися переваги над суперником, який створює активну протидію. Протидії суперника приводять до постійних змін умов при здійсненні задуманих дій окремого гравця і команди в цілому, швидкій зміні ігрових ситуацій. Перед гравцями виникають самі різноманітні завдання, які вимагають своєчасного, миттєвого вирішення. Для цього необхідно за короткий проміжок часу побачити обставини, які склалися (розміщення партнерів і суперника, положення м'яча тощо), оцінити її, вибрати найбільш правильні дії і застосувати їх. Для цього потрібно мати високу концентрацію та об'єм уваги.

Все це можливо здійснювати, якщо у гравців є певні знання, навички, вміння, рухові і вольові якості. Рухові навички у тих, хто займається ігровими

видами спорту відрізняються значною рухливістю, динамічністю. Гравці повинні вміти виконувати точні передачі, удари в ворота, кидки в кошик, удари по м'ячу через сітку різними способами і в найрізноманітніших умовах.

Важлива особливість ігрових видів спорту – складність колективних тактичних дій. Адже більшість ігрових видів спорту – командні, і успіх в змаганнях в значній мірі залежить від злагоджених дій усіх учасників команди. Трудність добре злагоджених тактичних дій в тому, що в іграх немає завчасно визначеної послідовності виконання ігрових прийомів і постійного ритму.

В кожній ігровій ситуації дій окремих гравців команди бувають різні, але вони мають бути обумовлені і спрямовані на вирішення загальної задачі. Від гравців вимагається максимум ініціативи, творчості і сміливості, для того, щоб узгоджувати свої дії з партнерами і досягнути успіху. Гравці змушені не лише визначити, який технічний прийом і тактичні дії необхідно використати в даний момент, але й пам'ятати про правила гри [2].

Таким чином, ігрові види спорту, сприяють формуванню обсягу уваги курсантів. Заняття ігровими видами спорту позитивно впливають на розвиток зорового, вестибулярного та інших аналізаторів. У тих, хто займається ігровими видами спорту спостерігається збільшення поля зору, розвивається глибина зору, що не лише важливо для ігрової діяльності, але дуже необхідно в трудових і екстремальних умовах професійної діяльності диспетчерів управління повітряним рухом.

Література:

1. Лопатюк О.В. Формування уваги у майбутніх авіаційних фахівців засобами спортивних ігор. *Спортивні ігри*. Харків, 2021. № 3 (21). С. 31–39.
2. Пархоменко П. П., Лопатюк Е. В. Формирование объёма внимания и тест для его оценки. *Сучасні інформаційні технології в управлінні та професійній підготовці операторів складних систем*: матеріали Міжн. наук.-практ.конф. Кіровоград, 2009. С. 47–48.
3. Сокирко О.С., Чечель М.М., Дядечко І.Є. Методика проведення рухливих ігор: навчально-методичний посібник для студентів факультетів фізичного виховання та інститутів фізичної культури. Запоріжжя: ЗНУ, 2007. 36 с.