

Сремеева Наталія Федорівна,

кандидат філологічних наук, доцент,

доцент кафедри мовної підготовки,

Національний університет цивільного захисту України

м. Черкаси, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-3691-0298>

КОГНІТИВНО ОРІЄНТОВАНІ ТЕХНОЛОГІЇ ВИКЛАДАННЯ ІНОЗЕМНОЇ МОВИ:

МЕТОД КАТЕХЕЗИ ТА ЕВРИСТИЧНОЇ КОНВЕРСАЦІЇ

Ключові слова: система освіти, суспільство, когнітивні здібності, діалогічна мова, іноземна мова.

Жогло Володимир Миколайович,

старший викладач кафедри пожежно-рятувальної та фізичної підготовки,

Національний університет цивільного захисту України

м. Черкаси, Україна

<https://orcid.org/0009-0005-4984-193X>

Усачов Дмитро Володимирович,

кандидат технічних наук,

доцент кафедри пожежно-рятувальної та фізичної підготовки,

Національний університет цивільного захисту України

м. Черкаси, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-1140-9798>

ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ЯК СКЛADOVA ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ВИКЛАДАЧА СПЕЦІАЛЬНИХ ДИСЦИПЛІН В УМОВАХ СУЧАСНИХ ВИКЛИКІВ

Ключові слова: фізична підготовка, професійна компетентність, викладач, спеціальні дисципліни, пожежно-рятувальна діяльність, сучасні виклики.

У сучасних умовах викладач спеціальних дисциплін, зокрема у сферах пожежної безпеки та рятувальних служб, виконує багатофункціональну роль, яка вимагає не лише глибоких теоретичних знань і педагогічної майстерності, але й високого рівня фізичної підготовленості. Враховуючи зростання кількості надзвичайних ситуацій, техногенних катастроф, екологічних загроз і викликів, пов'язаних зі збройними конфліктами, фізична підготовка викладача набуває критичного значення як складова його професійної компетентності.

Фізична готовність викладача є не лише засобом підтримання власного здоров'я та працездатності, а й важливою передумовою ефективного освітнього процесу, особливо в умовах, наближених до реальної пожежно-рятувальної діяльності. Розвинуті фізичні якості – сила, витривалість, швидкість, гнучкість і координація – забезпечують здатність викладача демонструвати спеціальні прийоми, моделі поведінки у стресових і екстремальних умовах, а також здійснювати фізичне навантаження без ризику для здоров'я та безпеки учасників освітнього процесу [1].

Особливо важливою є кардіореспіраторна витривалість, яка дозволяє підтримувати високий рівень фізичної активності протягом тривалого часу. У реальних умовах пожежно-рятувальних операцій це означає здатність працювати у високотемпературному середовищі, при підвищеному пульсі та задишці, зберігаючи концентрацію, оперативність і спроможність до прийняття рішень. Особистий приклад фізичної форми викладача сприяє формуванню позитивного психологічного клімату в групі, підвищує рівень авторитету серед здобувачів освіти та стимулює їх до регулярних занять фізичними вправами [2].

З урахуванням специфіки пожежно-рятувальної діяльності, фізична підготовка викладача має враховувати виконання завдань у спецодязі та засобах індивідуального захисту, що значно обмежують рухливість і збільшують енергетичні витрати. Практика тренувань у реалістичних умовах, таких як задимлені приміщення, імітаційні тренажери, середовища зі складною прохідністю - підвищує рівень підготовки викладача та дозволяє ефективніше готувати здобувачів освіти до професійних викликів [3].

Методика фізичної підготовки викладача має базуватися на комплексному підході, що поєднує фізичний та психоемоційний компоненти. Здатність зберігати стійкість до стресу, керувати диханням і пульсом, демонструвати витримку у критичних ситуаціях – це ключові риси викладача, які передаються під час підготовки майбутніх фахівців. Психофізіологічна рівновага, що формується завдяки цілеспрямованим тренуванням, є запорукою ефективності професійної діяльності в умовах підвищених ризиків [4].

Вагоме значення має впровадження інноваційних технологій у процес фізичної підготовки. Застосування фітнес-трекерів, пульсометрів, інтерактивних симуляторів, платформ для дистанційного тренування дозволяє здійснювати персоналізований підхід до фізичного навантаження, аналізувати фізіологічні показники в режимі реального часу та підвищувати мотивацію до занять. Ці технології є особливо корисними у періоди обмеженого доступу до спеціалізованих майданчиків і залів.

Важливим аспектом професійної діяльності викладача є формування здорового способу життя. До його складових належать збалансоване харчування, якісний сон, систематичне відновлення та психоемоційне розвантаження. Викладач має виступати не лише носієм знань, а й взірцем здоров'язбережувальної поведінки, формуючи у здобувачів освіти відповідальне ставлення до власного фізичного і психічного стану [2].

Організаційне забезпечення фізичної підготовки передбачає системність, регулярність, доступність тренувальних умов, дотримання норм безпеки та індивідуальний підхід до планування навантажень. Програми підготовки мають враховувати вік, стан здоров'я, рівень загальної фізичної підготовленості та професійну специфіку викладача. Раціональне поєднання загальнорозвивальних, спеціальних та функціональних вправ забезпечує цілісність підготовки [3].

Фізична підготовка є інтегрованою складовою професійної компетентності викладача спеціальних дисциплін, особливо у сфері пожежно-рятувальної справи. Вона сприяє не лише збереженню працездатності та здоров'я викладача, але й підвищенню якості освітнього процесу, рівня безпеки під час занять, ефективності

II Міжнародна науково-практична конференція «Професійна компетентність педагога: методологія, теорія, методика, практика»
II International Scientific and Practical Conference «Professional competence of a teacher: methodology, theory, technique, practice»

професійної підготовки здобувачів освіти. У зв'язку з цим, питання фізичного вдосконалення педагогів мають розглядатися як один із пріоритетних напрямів в організації освітнього процесу.

Список використаних джерел

1. Козяр, М., Білінський, Б., & Ступницька, Н. (2020). Психологічні аспекти травматизму та підготовка особового складу пожежно-рятувальної служби МНС України. *Пожежна безпека*, (4), 45–49.
2. Лапшин, В., & Романчук, С. (2025). Фізична та психічна підготовка військовослужбовців пожежно-рятувальних підрозділів Збройних Сил України. *Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення*, 233–241. <https://journals.urau.ua/hdafk-tmfv/article/view/326057>.
3. Петрушин, Д., & Сальніков, Д. (2024). Фізична підготовка в закладах вищої освіти із специфічними умовами навчання МВС України. У *Назва збірника матеріалів конференції (якщо відома)*. <https://lnk.ua/y4XB80vVX>.
4. Ткачук, П., Романчук, С., & Афонін, В. (2019). *Фізичне виховання, спеціальна фізична підготовка і спорт військовослужбовців* (Підручник). Львів: Друкарня НАСВ.

Volodymyr Zhoglo,

Senior Lecturer of the Department of Fire and Rescue and Physical Training,
 National University of Civil Defense of Ukraine
 Cherkasy, Ukraine

<https://orcid.org/0009-0005-4984-193X>

Dmytro Usachov,

Candidate of Technical Sciences (PhD),
 Associate Professor of the Department of Fire and Rescue and Physical Training,
 National University of Civil Protection of Ukraine
 Cherkasy, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-1140-9798>

**PHYSICAL TRAINING AS A COMPONENT OF THE PROFESSIONAL COMPETENCE
 OF A TEACHER OF SPECIAL DISCIPLINES UNDER MODERN CHALLENGES**

Key words: *physical training, professional competence, teacher, special disciplines, fire-rescue activity, modern challenges.*

Журова Олена Вячеславівна,

вихователь-методист закладу дошкільної освіти (ясел-садка)
 комбінованого типу № 237 «Смородинка» Запорізької міської ради
 м. Запоріжжя, Україна

**ПЕДАГОГ ЯК НОСІЙ СТАБІЛЬНОСТІ, БЕЗПЕКИ
 ТА ВНУТРІШНЬОГО РЕСУРСУ**

Ключові слова: *професійна компетентність, ментальне здоров'я, педагог, емоційна стійкість, вигорання.*

Сучасна система освіти України функціонує в умовах динамічних суспільних, технологічних і культурних змін. Одним із ключових чинників забезпечення якості освіти є постійне професійне самовдосконалення педагогів, що визначено низкою нормативно-правових актів: Законами України «Про освіту» [2], «Про дошкільну освіту» [1], а також професійними стандартами педагогічних професій [3; 4]. Професійне самовдосконалення – це безперервний процес, який поєднує розвиток професійних компетентностей та особистісних якостей педагога. Його мета – підвищення якості