

### **1.3. Розвиток резилієнтності як складника дискурсивно-проективної компетентності фахівця в галузі фізичної культури і спорту**

**Постановка проблеми.** Сучасна ситуація в Україні, пов'язана з воєнною агресією північного сусіда, вимагає вирішення актуальних завдань вироблення нової методології неперервної освіти і підвищення кваліфікації фахівців у галузі фізичної культури і спорту, яка б сприяла розвитку їхньої резилієнтності на основі набутих дискурсивно-проективних компетентностей. У Полтавській академії неперервної освіти ім. М.В. Остроградського налагоджена системна діяльність з управління процесами фахової підготовки фахівців у галузі фізичної культури і спорту у реаліях війни. Актуальним стає розгляд методологічних і практичних основ такої системи підвищення кваліфікації фахівців у галузі фізичної культури і спорту, яка б забезпечувала розвиток їхньої резилієнтності на основі їхніх дискурсивно-проективних компетентностей, адже важливим для фахівців у галузі фізичної культури і спорту в умовах воєнного стану є розвиток цієї якості, що дозволяє їм самим мати психологічну стійкість і допомагати іншим у складних життєвих ситуаціях.

Ураховуючи вищесказане, важливо розробити програму курсів підвищення кваліфікації фахівців у галузі фізичної культури і спорту, які б цілеспрямовано розвивали їхню резилієнтність, у якій би інтегрувалися і особистісно-творча, і суспільна мета їхнього підвищення кваліфікації на основі сформованих у них дискурсивно-проективних компетентностей (зокрема особистої, соціальної та навчальної компетентності). Проблему вбачаємо у виробленні методологічних, методичних і практичних основ неперервної освіти, що забезпечила б виконання вимог МОН України щодо проходження фахівцями у галузі фізичної культури і спорту курсів підвищення кваліфікації з удосконалення знань, умінь і практичних навичок у частині надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу, виконання фахівцями у галузі фізичної культури і спорту завдань реформування української освіти.

Проведений **аналіз попередніх досліджень і публікацій** підтвердив важливість проблеми розвитку дискурсивно-проективних компетентностей, формування резиліентності фахівців через засоби діагностики розвитку якостей їхніх особистостей, подолання ними труднощів, які виникають у професійному житті (О. Авілова [39, с. 349–351]; К. Балахтар [1, с. 55–62]; А. Бойко [34]; Л. Бондар [34]; В. Вербицький [34]; Л. Ворона [38, с. 472–484]; В. Гладкова [2, с. 238–243]; Т. Гура [38, с. 349–351]; І. Зязюн [3, с. 11–57]; І. Калініченко [38, с. 472–484]; З. Кісарчук [33]; А. Корнієнко [34]; Т. Кречотіна [34]; Г. Лазос [33]; Л. Лебедик [2, с. 238–243; 4–15; 23, с. 47–52; 36, с. 60–63; 37, с. 128–157; 38, с. 472–484; 39, с. 349–351]; О. Липецький [34]; О. Литовченко [34]; Н. Лосєва [16, с. 49–53]; О. Любич [34]; В. Маринич [34]; В. Мачуський [34]; В. Моргун [17, с. 27–40]; Я. Омельченко [33]; Н. Перепелиця [34]; О. Просіна [34]; Г. Пустовіт [34]; В. Радул [19, с. 15–20]; Н. Сидоренко [34]; (С. Сисоєва [39, с. 349–351]; Л. Сігаєва [20, с. 165–176]; С. Станкевич [39, с. 349–351]; Л. Тихенко [34]; С. Шаповалова [39, с. 349–351]; С. Шара [38, с. 472–484] та ін.). Особливості формування професійних дискурсивно-проективних компетентностей майбутніх фахівців різних профілів, різні моделі професійної компетентності і якостей фахівців, організація їхньої неперервної освіти розглядалися у наших попередніх дослідженнях [12; 16, с. 49–53; 21, с. 76–84; 22, с. 415–420; 23, с. 47–52; 24, с. 25–33; 25, с. 270–275; 26, с. 64–81; 27, с. 94–101; 28, с. 15–21; 28, с. 20–24; 30, с. 230–248; 31, с. 520–527; 32, с. 30–34; 37, с. 128–157; 39, с. 349–351 та ін.]. Однак, у цих та інших дослідженнях відсутня належна увага обґрунтуванню методологічних засад (принципів) проведення курсів підвищення кваліфікації для розвитку резиліентності фахівців у галузі фізичної культури і спорту в умовах війни, відсутній також узагальнений досвід цілеспрямованого розвитку у закладі неперервної освіти резиліентності фахівців у галузі фізичної культури і спорту на основі їхніх дискурсивно-проективних компетентностей, ще відсутні теоретичні узагальнення формування резиліентності фахівців у галузі фізичної культури і спорту, хоча наголошується:

«особистість є активним суб'єктом процесу власного розвитку» (В. Моргун [17, с. 27–40]).

Отже, проблема розвитку дискурсивно-проективних компетентностей і резилієнтності фахівців у галузі фізичної культури і спорту залишається у дослідженнях з філософії освіти, дидактики і психології особистості однією з постійно актуальних та досить складних.

### **Виділення невирішених раніше частин досліджуваної проблеми.**

Існування об'єктивної суспільної потреби в ефективній системі розвитку резилієнтності фахівців у галузі фізичної культури і спорту на основі їхніх дискурсивно-проективних компетентностей (зокрема особистої, соціальної та навчальної компетентності) показує, що особливу роль в умовах війни відіграють курси підвищення кваліфікації фахівців у галузі фізичної культури і спорту, які мають на меті закладення основ науково обґрунтованого і цілеспрямованого розвитку їхньої резилієнтності. Головними чинниками успішного розвитку резилієнтності є наявність сучасних методологічно і методично обґрунтованих індивідуально орієнтованих освітніх програм, належна спеціальна підготовка фахівців у галузі фізичної культури і спорту до розвитку власної резилієнтності на основі дискурсивно-проективних компетентностей.

**Мета** дослідження полягає у теоретичному і практичному обґрунтуванні можливостей курсів підвищення кваліфікації для розвитку в умовах війни резилієнтності фахівців у галузі фізичної культури і спорту на основі їхніх дискурсивно-проективних компетентностей.

### **Завданнями дослідження є:**

1) окреслення сутності термінів «дискурсивно-проективні компетентності», «особиста, соціальна та навчальна компетентність», «резилієнс», «резилієнтність», які використовуються у досліджуваній проблематиці;

2) обґрунтування доцільності дотримання правил і порад самопомогі для розвитку складників резилієнтності фахівців у галузі фізичної культури і спорту під час курсів підвищення кваліфікації;

3) визначення методологічних принципів проведення означених курсів для розвитку в умовах війни резилієнтності фахівців у галузі фізичної культури і спорту на основі їхніх дискурсивно-проективних компетентностей.

**Виклад основного матеріалу дослідження** розпочнемо з аналізу основних понять, якими оперуємо для вирішення означеної проблеми (перше завдання дослідження). Так, «дискурсивно-проективні компетентності» розглядаємо як такі, що людині необхідні для підвищення особистісного потенціалу, розвитку, розширення можливостей для працевлаштування, соціальної інтеграції, активного громадянства. Дискурсивно-проективні компетентності розвиваються протягом усього життя, у процесі формального, неформального й інформального навчання [18]. Хоча всі дискурсивно-проективні компетентності вважаються однаково важливими, розглянемо одну зі схвалених Європейським парламентом і Радою Європейського Союзу 17 січня 2018 року у Рамковій програмі оновлених ключових компетентностей для навчання протягом життя [35]. Для розвитку в умовах війни резилієнтності фахівців у галузі фізичної культури і спорту ця компетентність є найбільш важливою для життєвої і професійної сфери фахівців у галузі фізичної культури і спорту. Це – п'ята ключова компетентність – «особиста, соціальна та навчальна компетентність» (Personal, social and learning competence). Вона визначається як здатність: а) усвідомлювати внутрішні стани людини; б) ефективно управляти часом, інформацією; в) конструктивно працювати з іншими людьми; г) залишатися стійкими; д) керувати власним навчанням та кар'єрою; е) справлятися з невизначеністю та складністю; є) учитися вчитися; ж) підтримувати фізичне і емоційне благополуччя; з) співпереживати і конструктивно вирішувати конфлікти [18].

Основні знання, вміння, навички і ставлення, пов'язані з особистою компетентністю: а) знання компонентів здоров'я розуму, тіла і способу життя;

б) уміння бути стійким, здатним упоратися з невизначеністю і стресом;  
в) навички – здатність концентруватися, виявляти свої можливості, справлятися зі складнощами, критично аналізувати життєві ситуації і приймати рішення.

Соціальна компетентність для успішних міжособистісних відносин і соціальної участі передбачає: а) розуміння кодексів поведінки і правил комунікації, прийнятних у різних суспільствах і середовищах; б) уміння конструктивно спілкуватися, співпрацювати в командах, вести переговори; в) толерантність, висловлення своєї і розуміння точок зору інших людей; г) здатність підтримувати упевненість і співчуття.

Навчальна компетентність включає: а) знання стилів сприйняття, стратегій навчання, своїх здібностей і потреб розвитку; б) знання способів розвитку своїх здібностей засобами освіти, які підтримують базове навчання, професійну підготовку і можливості кар'єрного зростання; в) здатність навчатися та працювати спільно й автономно, організувати і здійснювати навчання, оцінювати його результати; г) вміння шукати підтримки, якщо це доречно, ефективно керувати власною кар'єрою і соціальними взаємодіями.

У цілому «особиста, соціальна і навчальна компетентність» передбачає: а) позитивне ставлення до особистого, соціального, фізичного благополуччя і навчання протягом усього життя; б) позитивне ставлення до співпраці; в) повагу до інших; г) наполегливість і цілісність; д) готовність до подолання упереджень і пошуку компромісів; е) уміння визначати і ставити цілі; є) мотивувати себе; ж) розвивати стійкість і впевненість; з) продовжувати навчатися протягом усього життя; к) аналізувати і вирішувати проблеми [18].

Сутність термінів «резилієнс», «резилієнтність» з'ясуємо на основі праць зарубіжних авторів (D.E. Alexander, M. Armstrong, J. Barudy, B. Becker, K.M. Best, C.B. Bogar, L. Bond, M. Brown, J.M. Burns, F.S. Cakar, D. Cicchetti, E.L. Cowen, M. Csikszentmihalyi, M. Dantagnan, M.A. Ersoy, D.B. Fagen, S. Fergus, B.J. Friesen, S.T. Hauser, N.M. Haynes, Henderson Grotberg, N. Henderson, D. Hulse Killacky, N. Garnezy, J. Gilgun, A.P. Grace, H.B. Kaplan, Z. Karatas, N. Khanlou, W.M. Kwong, L. Liebenberg, J. Lecomte, S.S. Luthar, K.B. Magnus, A.S. Masten,

A.S. Mevawala, M.M. Milstein, C.A. Olsson, R. Othman, E. La Resiliencia, Mundo de Hoy, J.S. Rolland, M. Rutter, A. Saleem, S.M. Sawyer, E.P. M. Seligman, R.S. Smith, Ş. Terzi, M. Ungar, S. Vanistendael, D.A. Vella-Brodrick, F. Walsh, E.E. Werner, M. Windle, W.C. Work, R. Wray, P.A. Wyman, M.A. Zimmerman та ін.), проведених у роботах вітчизняних дослідників (К. Балахтар [1, с. 55–62], З. Кісарчук, Я. Омельченко, Г. Лазос [33] та ін.).

«Резилієнс» в англomовній літературі презентується як здатність особистості, яка зазнала негативного впливу потенційно руйнівних подій (таких, що є загрозою її життю чи близьких їй людей) підтримувати відносно стабільне і здорове психологічне й фізичне функціонування, здатність при цьому відчувати позитивні емоції, вчитися на своєму досвіді.

«Резилієнтність» (з лат. «*resilire*» – здатність протистояти пошкодженню і швидко відновлюватись) розглядається зарубіжними авторами як: 1) складний, багатовимірний, динамічний комплекс особливостей людини; 2) здатність її протистояти, адаптуватися до загрозливих і травматичних подій; 3) персональна характеристика людини, яка пом'якшує негативні наслідки стресу, сприяє її адаптації; 4) шаблон позитивної адаптації, який стосується усіх сфер життя, у контексті минулих і сучасних негараздів; 5) процес відновлення – здатність особистості до успішної адаптації після несприятливих обставин; 6) якість, яка базується на силі, формує сильні переваги особи, а не підкреслює недоліки; 7) інтерактивний процес, що зміцнює особистість і її сім'ю з плином часу; 8) динамічний процес, взаємодія, яка передбачає позитивну особистісну й соціальну адаптацію людини, незважаючи на її схильність до ризику; 9) динамічний психічний процес, використання стратегій подолання ситуації і особистісні чинники; 10) особисті чинники як потенційні детермінанти; 11) стилі й стратегії подолання стресів (К. Балахтар [1, с. 55–62]).

Як бачимо, єдиного трактування поняття «резилієнтність» поки-що немає, його визначення розглядається науковцями як: 1) концепція; 2) процес; 3) результат [1, с. 55–62].

Резилієнтність як концепція пов'язується із такими якостями:

1) спроможністю долати труднощі (складається з набору особистісних характеристик, контекстів розвитку людини, сукупності внутрішніх і зовнішніх механізмів); 2) здатністю позитивно реагувати (незважаючи на складні чи загрозові обставини життя); 3) здатністю реагувати краще, ніж очікувалося (у ситуаціях негараздів, ризику, травматичних подій, що впливають на психосоціальну цілісність особистості); 4) ознакою, яка змінюється (з часом збільшується чи зменшується); 5) виникненням резилієнтності у результаті взаємодії між ризиком і захисними чинниками (що змінює вплив негативних подій на життя, адже захисні чинники пом'якшують, зменшують, усувають ризик, розвивають здорову адаптацію, компетенції особистості) [1, с. 55–62].

Резилієнтність, як процес, розглядається як: 1) динамічний процес позитивної адаптації (за умови впливу значної загрози чи серйозних негараздів), у якому людина розвивається і соціалізується; 2) процес, який має механізми захисту й ризику (які роблять людину більш стійкою); 3) процес, який передбачає наявність стимулюючих внутрішніх чинників у людини (компетентності, навичок подолання труднощів, ефективності) і зовнішніх ресурсів (підтримка батьків, громади, наставництво) [1, с. 55–62].

Резилієнтність, як результат, складають характеристики особистості, які забезпечують досягнення нею мети: оптимізм; соціальна достатність; соціальні навички; навички вирішення проблем; напористість; психічне здоров'я; емпатія; внутрішній контроль; відчуття самодостатності; здатність до розвитку дружніх стосунків; здатність встановлювати позитивні стосунки з людьми; володіння ефективними комунікативними навичками; відчуття власної ефективності; упевненість у собі; висока самооцінка та прийняття себе; контроль емоцій та навичка усвідомлення; швидка здатність пристосовуватися до нових ситуацій; здатність протистояти тривозі і перешкодам; висока мотивація досягнень; здатність розглядати і планувати майбутнє; здатність раціонально боротися зі стресовими і травматичними подіями; здатність створювати більше внутрішніх

атрибутів, ніж зовнішніх (щастя, здібності тощо); формування й активізація оточення людини на благо цього оточення [1, с. 55–62].

Щодо другого завдання дослідження з обґрунтування доцільності дотримання правил і порад самопомоги для розвитку складників резилієнтності фахівців у галузі фізичної культури і спорту під час курсів підвищення кваліфікації відзначимо, що запропоновані курси сприяють вирішенню на практичному рівні проблеми – допомогти фахівцям у галузі фізичної культури і спорту працювати в умовах війни, розвиваючи їхню резилієнтність, у якій виокремимо основні чотири елементи: 1) надія, яка пов'язана із впевненістю в нашій перемозі, що українці зможуть пройти через складнощі війни; 2) оптимізм, який у контексті війни теж означає віру в нашу перемогу; 3) адаптивність, яка є здатністю пристосовуватися до змін, а у військовий час має відбуватися дуже швидко; 4) стійкість, яка є здатністю навіть попри трагічні обставини не опускати руки [1, с. 55–62].

Отже, завдяки резилієнтності, фахівець у галузі фізичної культури і спорту зможе долати стреси і складні періоди життя. Резилієнтність можна і слід розвивати, застосовуючи п'ять правил стійкості фахівця у галузі фізичної культури і спорту: а) дбаємо про власну безпеку і захищеність вихованців і тих, хто поруч; б) реагуємо на свої почуття та допомагаємо вихованцям проживати негативні почуття; в) урахуємо можливості мозку, який працює у стресі; г) створюємо середовище спільних цінностей зі вихованцями; д) плекаємо майстерність турбуватися про себе, вихованців та інших людей.

Серед порад самопомоги, які застосовуються у тренінгу з фахівцями у галузі фізичної культури і спорту, актуальними є такі: а) зверніться до дихотомії контролю – це поділ речей на підконтрольні нам і ті, на які ми не можемо вплинути; слід продумати декілька алгоритмів дій для різних варіантів розвитку ситуації – це допоможе позбавитися панічної поведінки і надасть упевненості; б) не позбавляйте себе речей, які дають задоволення, навіть маленьке, які заспокоюють (це може бути правильна їжа, читання книг тощо); в) займайтеся фізкультурою – фізичне навантаження дозволяє виробляти більше серотоніну та



сприяє кращому сну; чим більше людина боїться, тим більше витрачає ресурсу на подолання порогу тривоги; хороший сон, повноцінне харчування і фізичне навантаження є запоруками резилієнтності; г) дозуйте отримувати інформацію – оберіть декілька офіційних джерел та ЗМІ, яким ви довіряєте, оцінюйте отриману інформацію тверезо і робіть паузи у процесі читання новин – на фізичну активність, їжу, хобі тощо; д) не залишайтеся наодинці із власними переживаннями – якщо є така можливість, спілкуйтеся із сім'єю та рідними, діліться своїми почуттями і спільно виконуйте всі попередні поради.

Отже, як показує досвід проведення курсів підвищення кваліфікації, дотримання означених правил і порад для розвитку резилієнтності фахівців у галузі фізичної культури і спорту є своєчасним і доцільним.

Третє завдання дослідження полягає у визначенні методологічних засад (принципів) проведення означених курсів підвищення кваліфікації для розвитку в умовах війни резилієнтності фахівців у галузі фізичної культури і спорту на основі їхніх дискурсивно-проективних компетентностей.

На курсах, що проводяться Полтавською академією неперервної освіти ім. М.В. Остроградського, запроваджено технології розвитку резилієнтності фахівців у галузі фізичної культури і спорту на основі їхніх дискурсивно-проективних компетентностей, фахівці відразу відчують зміни у результатах роботи і власному світосприйманні.

Зміст означених курсів становлять три міні-модулі: «1. Технології ефективного спілкування», «2. Психодіагностика на службі фахівця у галузі фізичної культури і спорту» і «3. Надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу у закладах фізичної культури і спорту».

У першому міні-модулі «Технології ефективного спілкування» розглядаються питання: 1. Спілкування на основі нейролінгвістичного програмування: як ефективно спілкуватися? 2. Базові комунікативні навички. 3. Вплив з використанням А-ресурсів. 4. Вплив в А–В комунікації. 5. Використання В-ресурсів. 6. Правила психологічної підтримки. 7. Техніка В-впливів. В-взаємодії в складних ситуаціях. 8. Фасилітація. Навички фахівців у

галузі фізичної культури і спорту як фасилітатора для формування соціальних, рефлексивних і комунікативних компетентностей вихованця. 9. Розвиток лідерських навичок вихованця. 10. Культура самовираження та лідерство в освіті: життєтворчі перспективи особистості фахівця у галузі фізичної культури і спорту та його інноваційна компетентність. 11. Проєктування і освоєння технологій ефективного спілкування. 12. Імітаційні технології навчання. 13. Ігрові технології навчання. 14. Соціально-психологічний тренінг як технологія навчання. 15. Дискусійні технології навчання. 16. Технології навчання у співробітництві. 17. Кооперативне навчання. 18. Здоров'язбережувальні технології навчання: Як навчаючи отримувати задоволення і зберегти власне здоров'я? 19. Громадянська та соціальна компетентності: формування культури демократії і рефлексивної компетентності.

Другий міні-модуль «Психодіагностика на службі фахівця у галузі фізичної культури і спорту» присвячений з'ясуванню питань: 1. Як діагностувати особистісний розвиток вихованця? 2. Особливості розвитку пізнавальних психічних процесів (уваги, мислення, уяви, пам'яті, інтелекту і креативності), емоційно-вольової сфери особистості вихованця, його індивідуально-психологічних особливостей (темпераменту, характеру, здібностей). 3. Складники особистісного розвитку вихованця.

У третьому міні-модулі «Надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу у закладах фізичної культури і спорту» розглядаються: 1. Шляхи надання психологічної підтримки вихованцям під час воєнних конфліктів. 2. Вплив воєнного стресу та травматичних ситуацій на психічне здоров'я вихованців, фахівців у галузі фізичної культури і спорту та батьків. 3. Вплив ефективної психологічної підтримки на розвиток вихованців. 4. Методи і техніки, які можуть бути застосовані фахівцями у галузі фізичної культури і спорту для забезпечення психологічної підтримки вихованців у воєнний період. 5. Створення сприятливого та підтримуючого навчального середовища для вихованців, фахівців у галузі фізичної культури і спорту та батьків, які

стикаються з травматичним стресом. 6. Значення взаємодії закладу фізичної культури і спорту, сім'ї та психологічних служб успішної підтримки вихованців під час воєнного стану. 7. Практичні поради для фахівців у галузі фізичної культури і спорту щодо ознак психологічних травм і стресу вихованців та надання відповідної допомоги. 8. Теоретичні і практичні аспекти психологічної реабілітації вихованців після війни.

Серед форм навчання переважають практикуми і психолого-педагогічні тренінги. Так, під час психолого-педагогічного тренінгу «Спілкування на основі нейролінгвістичного програмування: Як ефективно спілкуватися?» фахівці у галузі фізичної культури і спорту оволодівають способами: спілкування з використанням технології НЛП; розвитку лідерських навичок вихованця; проектування і застосування технологій ефективного спілкування тощо.

На тренінгу «Здоров'язбережувальні технології навчання: Як навчаючи отримувати задоволення і зберегти власне здоров'я?» відпрацьовуються: здоров'язбережувальні технології навчання; способи розвитку емоційного інтелекту; тренування власного самопочуття; способи психологічного розвантаження, оволодіння психічними станами; технології сугестопедії тощо.

На тренінгах «Психодіагностика на службі фахівців у галузі фізичної культури і спорту: Як діагностувати особистісний розвиток вихованця?», «Надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу у закладах фізичної культури і спорту» фахівці набувають вмінь діагностувати: особливості розвитку пізнавальних психічних процесів (уваги, мислення, уяви, пам'яті, інтелекту і креативності), емоційно-вольової сфери особистості вихованця, його індивідуально-психологічних особливостей (темпераменту, характеру, здібностей); складники його особистісного розвитку; способи надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу у закладах фізичної культури і спорту.

Учасники курсів узагальнюють і систематизують власні методичні знання зі створення сприятливого та підтримуючого навчального середовища для вихованців, самих фахівців та батьків, які стикаються з травматичним стресом;

розглядають вплив воєнного стресу та травматичних ситуацій на психічне здоров'я вихованців; з'ясовують значення взаємодії між закладом фізичної культури і спорту, сім'єю і психологічними службами успішної підтримки вихованців під час воєнного стану; ознайомлюються з теоретичними та практичними аспектами психологічної реабілітації вихованців після війни.

Розвитку резилієнтності фахівця в галузі фізичної культури і спорту на основі його дискурсивно-проективних компетентностей в умовах війни сприяє дотримання традиційних принципів дидактики: а) наступності (передбачає, що мета, зміст і технології підвищення кваліфікації зберігають зв'язок з тим типом професійних знань, які фахівець у галузі фізичної культури і спорту отримав раніше; важливо, щоб було збережено логічний зв'язок, наступність у їхньому проведенні, хоча вони різні як за змістом інформації, так і за технологіями її подання фахівцям у галузі фізичної культури і спорту); б) науковості (принцип науковості часто лише декларується і розуміється у вузькоемпіричному, а не в діалектичному значенні; цей принцип вимагає, щоб фахівець у галузі фізичної культури і спорту глибоко усвідомлював завдання і складники розвитку резилієнтності на основі власних дискурсивно-проективних компетентностей); в) наочності; г) предметності; д) розвивального навчання (передбачає можливість управління часом, темпом, змістом, структурою розвитку резилієнтності за допомогою цілеспрямованої організації навчальних впливів).

Означені принципи складають методологічну основу запропонованих курсів підвищення кваліфікації, адже йдуть в руслі сучасної парадигми особистісно-центрованої освіти. Окрім традиційних принципів дидактики, виділені сучасні її принципи, які розвивають резилієнтність фахівця у галузі фізичної культури і спорту на основі його дискурсивно-проективних компетентностей в умовах війни; е) демократизації курсів підвищення кваліфікації (пов'язаний зі створенням на курсах сприятливих демократичних умов для фахівців у галузі фізичної культури і спорту; важливими є рівноправність, взаємна зацікавленість); є) саморозвитку особистості фахівця в галузі фізичної культури і спорту (системотворчою особистісною якістю, яка

забезпечує розвиток резилієнтності фахівця в галузі фізичної культури і спорту на основі його дискурсивно-проективних компетентностей в умовах війни є рефлексія, завдяки якій він культивує власну індивідуальність і творчий потенціал); ж) психологічної підтримки розвитку особистості фахівця в галузі фізичної культури і спорту.

Виконання вимог означених дидактичних принципів сприяє забезпеченню психолого-педагогічних умов, за яких успішно розвивається резилієнтність фахівця в галузі фізичної культури і спорту на основі його дискурсивно-проективних компетентностей, чому підпорядковується вся система неперервної освіти, яка, зрозуміло, не може бути стихійним процесом.

**Висновки.** Теоретичний аналіз сутності досліджуваних термінів показав, що «дискурсивно-проективні компетентності» є необхідними для зростання особистого потенціалу і розвитку людини, розширення її можливостей для працевлаштування, соціальної інтеграції, активного громадянства; «особиста, соціальна та навчальна компетентність» – здатністю усвідомлювати внутрішні стани, ефективно управляти часом, інформацією, співпрацювати з іншими людьми, залишатися стійкими і керувати собою; «резилієнс» – динамічний, складний, багатовимірний комплекс особливостей особистості, її здатність протистояти й адаптуватися до несприятливих і травматичних подій; «резилієнтність» – здатність особистості протистояти складнощам життя, швидко відновлюватися, успішно адаптуватися в несприятливих обставинах; динамічна властивість особистості, яку можна і слід розвивати, хоча вона є вродженою). Власне, у психології «резилієнтність» розуміють у трьох значеннях: а) як здатність особистості долати стрес; б) як процес копінгу; в) як захисний механізм особистості, який дозволяє протистояти стресу.

Розвиток резилієнтності фахівця в галузі фізичної культури і спорту на основі дискурсивно-проективних компетентностей показує її переваги – високу адаптивність, психологічне благополуччя та успішність професійної діяльності фахівця в галузі фізичної культури і спорту. Психологічними чинниками розвитку резилієнтності фахівця в галузі фізичної культури і спорту може бути

дотримання правил і виконання спеціальних вправ під час курсів підвищення кваліфікації а також цілеспрямованість життя, мотивація успіху, гарні стосунки в колективі, наявність надійних партнерів, здатність планувати діяльність, відчуття узгодженості професійної діяльності із життям, оптимізм, самоконтроль, перевага позитивних емоцій, саморегуляція емоцій, життєстійкість, адекватна самооцінка, самоефективність, активні копінгі, наявність соціальної підтримки, здатність звертатись за підтримкою, когнітивна гнучкість, висока духовність.

Визначені методологічні засади (принципи) проведення курсів підвищення кваліфікації для розвитку в умовах війни резиліентності фахівців у галузі фізичної культури і спорту на основі їхніх дискурсивно-проективних компетентностей також сприятимуть адаптації до змін, хоча в умовах війни вони є кардинальними і болючими.

Перспективи подальших розвідок вбачаємо у дослідженні можливостей системи неперервної освіти для розвитку в умовах війни резиліентності фахівця в галузі фізичної культури і спорту на основі їхніх дискурсивно-проективних компетентностей та створення умов для успішної професійної діяльності. Фахівці в галузі фізичної культури і спорту мають, розвиваючи власну резиліентність, не лише активно конструювати майбутнє, а й належно виховувати молодь і сприяти перемозі України.

### *Література*

1. Балахтар К.С. Резильєнтність викладача ЗВО в умовах військового стану. Вісник Національного авіаційного університету. Серія: Педагогіка. Психологія: зб. наук. пр. К. : Національний авіаційний університет, 2022. Вип. 1 (20). С. 55–62. URL: <https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/58483>

2. Гладкова В.І., Лебедик Л.В. Знання про фізичне здоров'я в системі фізичного виховання майбутнього викладача закладу вищої освіти. *Збірник наукових статей магістрів. Факультет товарознавства, торгівлі та маркетингу. Факультет харчових технологій, готельно-ресторанного та туристичного бізнесу* : у 2 ч. Полтава : ПУЕТ, 2018. Ч. 2. С. 238–243.

3. Зязюн І.А. Інтелектуально-творчий розвиток особистості в умовах неперервної освіти. *Неперервна професійна освіта : проблеми, пошуки, перспективи* : монографія / за ред. І.А. Зязюна. К. : ВПОЛ, 2000. С. 11–57.

4. Лебедик Л.В. Акмеологічний підхід у підготовці суб'єктів спортивної діяльності до соціальної роботи. *Актуальні проблеми психолого-педагогічного супроводу та розвитку суб'єктів спортивної діяльності*: Матеріали IV Всеукраїнської наукової електронної конференції (м. Київ, 29 жовтня 2021 р.) / відповід. ред.: Т.М. Булгакова. Київ, 2021. С. 81–83. URL: <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/17993>

5. Лебедик Л.В. Григорій Сковорода – джерело розвитку професійної компетентності педагогів закладів позашкільної освіти. *Розвиток гуманістичних ідей у неперервній освіті: від Григорія Сковороди до сучасного педагога-новатора* : колект. наук. монографія / за заг. та наук. ред. д-ра пед. наук Н.І. Білик; редколегія : В.В. Зелюк, М.О. Кириченко, В.В. Пилипенко, З.В. Рябова та ін. Полтава; Київ: ПАНО ім. М.В. Остроградського, 2023. С. 162–175. URL: [http://pano.pl.ua/images/FILES/pidrozdily/kafedra\\_pedmaisternosti/biblioteka/monografiia\\_skovoroda\\_2023.pdf](http://pano.pl.ua/images/FILES/pidrozdily/kafedra_pedmaisternosti/biblioteka/monografiia_skovoroda_2023.pdf)

6. Лебедик Л.В. Компетентнісний підхід до визначення вимірників професійної компетентності педагогів закладів позашкільної освіти. *Інноваційні технології розвитку особистісно-професійної компетентності педагогів в умовах післядипломної освіти* : збірник наукових статей / за ред. Г.Л. Єфремова. Суми, 2023. С. 131–135. URL: <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/21346>

7. Лебедик Л.В. Методологічне обґрунтування організації підготовки педагогічних працівників до проектування у закладах освіти територіальних громад. *Традиції та інновації у траєкторіях розвитку освітньо-педагогічного дискурсу* : колективна монографія / наук. ред. Р. Басенко ; Полтав. ін-т екон. і права Університету «Україна». Полтава : Університет «Україна», 2022. 274 с. С. 241–272. URI: <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/18676>

8. Лебедик Л.В. Оцінювання культури вищого навчального закладу через якість здоров'язберезувального середовища. *Взаємодія духовного й фізичного*

виховання в становленні гармонійно розвиненої особистості : зб. статей за матеріалами IV Міжнар. наук.-практ. онлайн-конф. (Слов'янськ, Україна, 23-24 берез. 2017 р.) у 2 томах / гол. ред. В.М. Пристинський. Слов'янськ : ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет», 2017. Т. 1. С. 495–500.

9. Лебедик Л.В. Педагогічні аспекти підготовки фахівців з фізичного виховання і спорту для закладів позашкільної освіти. *Актуальні проблеми психолого-педагогічного супроводу та розвитку суб'єктів спортивної діяльності* : Матеріали V Всеукр. наук. електронної конф. з міжн. участю (м. Київ, 28 жовт. 2022 р.) / Відповід. ред.: Т.М. Булгакова. К., 2022. С. 71–73. URL: <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/19463>

10. Лебедик Л. В. Показники і рівні фахового розвитку суб'єктів спортивної діяльності. *Актуальні проблеми психолого-педагогічного супроводу та розвитку суб'єктів спортивної діяльності* : Матеріали VI Всеукр. наук. електронної конф. (м. Київ, 26 жовт. 2023 р.) / Відповід. ред. : Т.М. Булгакова. Київ, 2023. С. 60–62. URL: <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/22466>

11. Лебедик Л.В. Соціально-педагогічні засади формування дискурсивно-проективної компетентності фахівця в галузі фізичної культури і спорту. *Взаємодія духовного й фізичного виховання в становленні гармонійно розвиненої особистості*. Збірник статей за мат. VIII Міжнародної науково-практичної онлайн-конференції (Слов'янськ–Краматорськ, 25-26 берез. 2021 р.); за ред. проф. В.М. Пристинського, Т.М. Пристинської. Слов'янськ, 2021. С. 45–49. URL: <https://ddpu.edu.ua/index.php/navihatsiia-3/nauka-ta-inovatsii/konferentsii/3288-v>

12. Лебедик Л.В., Стрельников В.Ю., Стрельников М.В. Сучасні технології навчання і методики викладання дисциплін: Навчально-методичний посібник для слухачів курсів підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладів середньої, професійної (професійно-технічної), фахової передвищої та вищої освіти. Полтава : ТОВ «АСМІ», 2020. 303 с. URL : <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/15703>



13. Лебедик Л.В. Формування загальних і професійних компетенцій майбутніх викладачів економіки. *Імідж сучасного педагога*. 2017. № 2 (171). С. 11–14.

14. Лебедик Л.В. Формування ключових компетенцій особистості сучасного магістра економіки під час педагогічної підготовки. *Наукові проблеми господарювання на макро-, мезо- та мікроекономічному рівнях* : зб. матеріалів ХІХ Міжн. наук.-практ. конф., присвяченої 100-річчю Одеського національного економічного університету. Одеса : «Гельветика», 2021. С. 30–32. URL : <http://dspace.oneu.edu.ua/jspui/handle/123456789/13235>

15. Лебедик Л.В. Шляхи розвитку професійної компетентності педагогів закладів позашкільної освіти. *Інноваційний потенціал та правове забезпечення соціально-економічного розвитку України: виклик глобального світу* : Матеріали VI Міжнар. наук.-практ. конф. Полт. ін-т економіки і права ЗВО; Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна» ; ред. колег. : Н. Мякушко (голова), Р. Шаравара, Р. Басенко та ін.; відп. ред. Р. Басенко. Полтава : ПЕП, 2023. С. 80–83. URL: <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/22124>

16. Лосева Н., Стрельников В. Розвиток готовності педагогічних працівників до самовдосконалення на основі короткотермінових курсів-тренінгів. *Імідж сучасного педагога* : електрон. наук. фах. журн. 2020. № 1 (190). С. 49–53. URL : <http://isp.poippo.pl.ua/article/view/194128>

17. Моргун В.Ф. Концепція багатовимірного розвитку особистості та її застосування. *Філософська і соціологічна думка*. 1992. № 2. С. 27–40.

18. Освіта на основі життєвих навичок. URL : <http://dlse.multycourse.com.ua/ua/page/15/53>

19. Радул В.В. Соціальна зрілість як вершина акмеологічного розвитку особистості. *Рідна школа*. 2011. № 3. С. 15–20.

20. Сігаєва Л.Є. Андрагогіка – теорія цілежиттєвого розвитку особистості. *Педагогічний процес : теорія і практика*. К. : ЕКМО, 2010. Вип. 3. С. 165–176.

21. Стрельников В.Ю. Виховання духовних цінностей учнівської молоді як основи здоров'я особистості. *Взаємодія духовного й фізичного виховання в*

*становленні гармонійно розвиненої особистості*. Збірник статей за матеріалами VI Міжнар. наук.-практ. онлайн-конф. (Слов'янськ, 21–22 берез. 2019 р.) / гол. ред. В.М. Пристинський. Слов'янськ, 2019. С. 76–84. URL : [http://ddpu.edu.ua/images/stories/news/2019/04\\_apr/10/10/2019.pdf](http://ddpu.edu.ua/images/stories/news/2019/04_apr/10/10/2019.pdf)

22. Стрельніков В.Ю. Концепція проектування професійно-педагогічної підготовки фахівця в галузі фізичного виховання і спорту. *Взаємодія духовного й фізичного виховання в становленні гармонійно розвиненої особистості*. Збірник статей за матеріалами VIII Міжн. наук.-практ. онлайн-конф. (Слов'янськ–Краматорськ, 25–26 берез. 2021 р.); за ред. проф. В.М. Пристинського, Т.М. Пристинської. Слов'янськ, 2021. С. 415–420. URL : <https://ddpu.edu.ua/index.php/navihatsiia-3/nauka-ta-inovatsii/konferentsii/3288-v>

23. Стрельніков В.Ю., Лебедик Л.В. Формування ключових і професійних компетенцій майбутніх фахівців готельно-ресторанного і туристичного бізнесу. *Імідж сучасного педагога*. 2021. № 3 (198). С. 47–52. URL : <http://isp.poippo.pl.ua/article/view/232379/232956>

24. Стрельніков В.Ю. Модель професійної компетентності викладача вищої школи. *Наукові записки ПОІППО : Моделі ключових та професійних компетентностей педагогічного працівника*. Вип. 2. Полтава : ПОІППО, 2012. С. 25–33.

25. Стрельніков В.Ю. Модель якостей викладача як проектанта технологій освіти дорослих. *Витоки педагогічної майстерності*. Зб. наук. пр. Полтавського державного педагогічного ун-ту імені В.Г. Короленка. Серія : Педагогічні науки. Полтава : АСМІ, 2012. Вип. 10. С. 270–275. URL : <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/524>

26. Стрельніков В.Ю. Організація неперервної освіти педагогічних працівників на засадах фасилітувального підходу в умовах воєнної агресії. *Постметодика*. 2022. № 1–2. С. 64–81.

27. Стрельніков В.Ю. Розвиток духовності студентської молоді засобами фізичної культури і спорту. *Взаємодія духовного й фізичного виховання в становленні гармонійно розвиненої особистості*. Збірник статей за матеріалами

VII Міжн. наук.-практ. онлайн-конф. (Слов'янськ-Краматорськ, Україна, 18–19 берез. 2020 р.); гол. ред. В.М. Пристинський. Слов'янськ, 2020. С. 94–101. URL : <http://www.slavdpu.dn.ua/index.php/nauk/conf>

28. Стрельніков В.Ю. Роль емоційного інтелекту у забезпеченні здоров'я людини. *Постметодика*. 2010. № 6. С. 15–21.

29. Стрельніков В.Ю. Сучасні технології навчання і психічне здоров'я учасників навчального процесу. *Формування здорового способу життя студентської молоді: реалії та перспективи*. Матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Полтава, 24–25 груд. 2002 р.). Полтава : ПДПУ, 2003. 224 с. С. 20–24.

30. Стрельніков В.Ю. Філософські засади проектування курсової підготовки у закладі неперервної освіти. *Філософія освіти і педагогіка*. 2023. № 51–52. С. 230–248.

31. Стрельніков В.Ю. Формування здоров'язбережувального навчального середовища університету шляхом регулювання емоційних станів його суб'єктів. *Взаємодія духовного й фізичного виховання в становленні гармонійно розвиненої особистості* : збірник статей за матеріалами IV Міжн. наук.-практ. онлайн-конф. (Слов'янськ, Україна, 23–24 берез. 2017 р.) у 2 т. / гол. ред. В.М. Пристинський. Слов'янськ : ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет», 2017. Т. 1. С. 520–527.

32. Стрельніков В.Ю. Функції емоцій у здоров'язберігаючому навчальному середовищі. *Наукові записки ПОІППО*. Вип. 3. Полтава : ПОІППО, 2012. С. 30–34.

33. Технології психотерапевтичної допомоги постраждалим у подоланні проявів посттравматичного стресового розладу: монографія / З.Г. Кісарчук, Я.М. Омельченко, Г.П. Лазос та ін.; за ред. З.Г. Кісарчук. К. : Вид. Дім «Слово», 2020. URL : [https://lib.iitta.gov.ua/722181/1/Monograph2020\\_labpsychother.pdf](https://lib.iitta.gov.ua/722181/1/Monograph2020_labpsychother.pdf)

34. Формування у вихованців позашкільних навчальних закладів базових компетентностей : монографія / В.В. Вербицький, Л.М. Бондар, А.Е. Бойко, А.В. Корнієнко, Т.М. Крекотіна, О.В. Литовченко, О.П. Липецький, О.І. Любич, В.Л. Маринич, В.В. Мачуський, Н.В. Перепелиця, О.В. Просіна, Г.П. Пустовіт,

Н.Ю. Сидоренко, Л.В. Тихенко ; за ред. В.В. Мачуського. Харків : «Друкарня Мадрид», 2015. 330 с.

35. ANNEX to the Proposal for a Council Recommendation on Key Competences for Lifelong Learning. Available at: <https://ec.europa.eu/education/sites/education/files/annex-recommendation-key-competences-lifelong-learning.pdf>

36. Lesya Lebedyk, Sergij Chernobaj, Yrij Gurba. Socio-pedagogical principles of formation of discursive-projective competence of a specialist in the field of physical culture and sports. *Physical culture and sport in harmoniously developed personality formation*. Volodymyr Prystynskyi, Tadeusz Pokusa (editors). Monograph. Publishing House WSZiA, Opole. 2021. С. 60–63. URL : <https://www.wszia.opole.pl/strona-glowna/jestem-studentem/biblioteka/ebooki-dla-studentow>

37. Lesya Lebedyk, Viktor Strelnikov. Educational space of continuous education of teachers: a facilitating approach. Educational space: post-non-classical perspectives. *Monograph* / Eds. Dimitrina Kamenova, Svitlana Arkhypova. Varna: Varna university of management, 2023. P. 128–157. DOI: <https://doi.org/10.54055/mbmj2917>

38. Svitlana Shara, Larisa Vorona, Iryna Kalinichenko, Lesia Lebedyk, Larisa Olifira. The formation of the humanistic position of the student in the educational process. *Journal of Intellectual Disability. Diagnosis and Treatment*. 2020. Volume 8. № 3. pp. 472–484.

39. Strelnikov V.Yu., Lebedyk L.V., Hura T.V., Sysoieva S.I., Stankevych S.V., Shapovalova E.V., Avilova O.Ye. Leadership and social work in the environmental management system. *Ukrainian Journal of Ecology*. 2021. № 11 (2). С. 349–351. URL: <https://www.ujecology.com/articles/leadership-and-social-work-in-the-environmental-management-system.pdf>