

Педагогічні науки

УДК 377

Четверіков Олександр Феодосійович

Засновник Української Екстремології

аспірант

Інституту професійної освіти НАПН України

Chetverikov Oleksandr

Founder of Ukrainian Extremology

Postgraduate of the

Institute of Professional Education of the NAES of Ukraine

ORCID: 0009-0000-5794-9899

УКРАЇНСЬКА ЕКСТРЕМОЛОГІЯ: ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ ТА СОЦІОКУЛЬТУРНИЙ КОНТЕКСТ

UKRAINIAN EXTREMOLOGY: INNOVATIVE APPROACHES AND SOCIO-CULTURAL CONTEXT

Анотація. У статті проаналізовано екстремоцентричний підхід як фундамент сучасної української екстремології. Детально розглянуто його концептуальні засади, основні принципи та методи практичного впровадження. Визначено значення цього підходу в системі психофізичної підготовки особистості для дій в умовах ризику й невизначеності. Особливу увагу приділено важливості інтеграції екстремоцентричних методів у навчальні програми різних закладів освіти, таких як школи, ліцеї, коледжі, військові інститути та інші.

Ключові слова: українська екстремологія, екстремоцентричний підхід, методологія, практичне застосування, інноваційні підходи.

Summary. The article analyzes the extremocentric approach as the foundation of modern Ukrainian extremology. Its conceptual foundations, basic

principles and methods of practical implementation are considered in detail. The significance of this approach in the system of psychophysical training of an individual for actions in conditions of risk and uncertainty is determined. Particular attention is paid to the importance of integrating extremocentric methods into the curricula of various educational institutions, such as schools, lyceums, colleges, military institutes, and others.

Key words: *Ukrainian extremology, extremocentric approach, methodology, practical application, innovative approaches.*

Сучасний світ дедалі частіше стикається з екстремальними умовами, спричиненими зростанням кількості надзвичайних ситуацій, воєнних конфліктів та екологічних катастроф. Це зумовлює потребу у нових підходах до підготовки особистості до дій в різних ситуаціях. Українська екстремологія, як міждисциплінарна наука, спрямована на створення моделей, що сприяють розвитку навичок виживання, ухвалення ефективних рішень та злагодженої командної роботи. Екстремоцентричний підхід виступає ключовим інструментом цієї науки, об'єднуючи фізичні, психологічні, когнітивні та соціальні компоненти в єдину систему навчання та підготовки.

Олександр Четверіков, розробляючи теорію української екстремології, свідомо враховує соціокультурні та національні особливості України. Історичний досвід нашої країни насичений викликами, нестабільністю та загрозами, які формували ментальність та соціальну активність українського суспільства. Ця концепція спрямована на адаптацію до реалій та дій в цих реаліях, де геополітичні, історичні та соціальні чинники значною мірою впливають на життя громадян.

Українська екстремологія має як академічний, так і практичний потенціал. Вона розроблена не лише для наукового дослідження, але й для застосування в реальних умовах. Одним із важливих завдань є **формування**

громадянської компетентності, це здатності приймати відповідальні рішення, усвідомлювати свою роль у суспільстві та брати на себе відповідальність за наслідки своїх дій. Крім того, концепція акцентує увагу на формування національної ідентичності та патріотизму, що є ключовими елементами у зміцненні держави та її суверенітету.

Інноваційні підходи Олександра Четверікова

Інновація теорії *Четверікова* полягає у створенні системного екстремоцентричного підходу, що включає:

1. **Формування екстремоцентричної методології** підготовки до адаптації та дій в екстремальних ситуаціях та умовах.
2. **Комплексну психофізичну підготовку**, яка охоплює розвиток як фізичних, так і психологічних якостей.
3. **Практичне моделювання екстремальних ситуацій**, що дозволяє тренувати навички у максимально наближених до реальності умовах.

Узагальнено, цей підхід можна сформулювати як **“системний екстремоцентричний підхід через інтегративну психофізичну підготовку та практичне моделювання екстремальних ситуацій”**. Це підкреслює його системність та багато вимірність.

Концептуальні основи екстремоцентричного підходу

Екстремоцентричний підхід базується на міждисциплінарній інтеграції фізичних, психологічних, когнітивних та соціальних наукових концепцій підготовки.

Основні принципи:

- Системність підготовка розглядається як цілісна система, де всі компоненти – фізичний, психологічний, когнітивний та соціальний – взаємопов'язані. Наприклад, фізична витривалість доповнюється управлінням емоціями та критичним мисленням.
- Етапність навчання реалізується поступово, від базових знань до складних завдань, таких як симуляція реальних екстремальних

ситуацій. Це сприяє формуванню системного мислення та впевненості.

- Інтерактивність, використання рольових ігор та тренінгів, на прикладі моделювання евакуації або надання першої допомоги. Аналіз власних дій дозволяє учасникам вдосконалювати свої стратегії в безпечних умовах.
- Реалістичність, навчання проводиться в умовах, максимально наближених до реальних, з використанням реальних засобів захисту, карт місцевості, інших інструментів та ресурсів.

Методологія екстремоцентричного підходу

Методологія підходу є інтегративною та спрямована на розвиток ключових компонентів підготовки:

Психофізична підготовка

- Фізіологічна компонента, розвиток аеробної та анаеробної витривалості, сили, координації, швидкості реакції, спритність.
- Психологічна компонента Техніки емоційного саморегулювання вони зменшують тривожність та підвищують здатність до прийняття ефективних рішень в умовах стресу.

Моделювання кризових ситуацій

- Ситуаційне сценарне навчання, створення сценаріїв реальних кризових ситуацій, що дозволяють учасникам розвивати адаптивність та дії.
- Технологічне забезпечення, використання сучасних технологій, таких як системи моніторингу стану учасників, симулятори та інші засоби для підвищення реалістичності.

Навчання через досвід

- Активне експериментування, учасники виконують практичні завдання, моделюючи екстремальні сценарії, наприклад, евакуацію або надання допомоги.

- Аналіз власних дій та коригування стратегій та тактики сприяють вдосконаленню навичок.
- Розробка, випробування та впровадження нових підходів на основі набутого досвіду.

Когнітивна підготовка

Спрямована на розвиток швидкості прийняття рішень в умовах напруженої та обмеженої інформації. Учасники навчаються аналізувати ситуацію, використовувати прогностичні моделі та оптимізаційні методи.

Командна взаємодія

Формувати згуртовані команди, здатні ефективно діяти в умовах кризи, шляхом розвитку навичок комунікації, співпраці та вирішення проблем.

Чому цей підхід ефективний?

- Комплексність: охоплює всі аспекти підготовки.
- Практичність: акцент на реальних діях.
- Персоналізація: враховує особливості кожного учасника.
- Установка: формує фізичну, психологічну та соціальну готовність до дій.

Висновок. Системний екстремоцентричний підхід *Олександра Четверікова* є універсальним інструментом підготовки до екстремальних ситуацій. Інтегративна методологія, що поєднує психофізичну підготовку, моделювання ситуацій та навчання через досвід, сприяє розвитку стійкого суспільства. У сучасному світі, де виклики стають дедалі складнішими, українська екстремологія може стати потужним інструментом для зміцнення національної безпеки та громадянської свідомості.

Література

1. Васечко О. О., Четверіков О. Ф. Екстремологія: поведінковий та кількісний аспекти. *Статистика України*. 2020. № 1. С. 24–34.
2. Четверіков О.Ф., Мотузка О. М. Огляд теоретичних і практичних підходів до екстремології. *Міжнародний науковий журнал «Інтернаука»*. 2020. № 9(89). С. 55-62.
3. Четверіков О.Ф., Щоб у разі небезпеки діяти раціонально, потрібно мати відповідні знання і навички. *Урядовий кур'єр*. 27.05.2020. URL: <https://ukurier.gov.ua/uk/articles/shob-u-razi-nebezpeki-diyati-racionalno-potribno-m/> (дата звернення 12.01.2025).
4. Четверіков О.Ф., Українська екстремологія. URL: <https://extremology.org/#articles> (дата звернення 20.01.2025).
5. Четверіков О.Ф., Методичні основи практичної підготовки охоронців до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях. *Матеріали XVIII Всеукраїнської науково-практичної конференції (звітної) Інституту професійної освіти НАПН України*. 2024. Вип. 1(14). С. 384-288.