

УДК 378.016:811.111:796

DOI <https://doi.org/10.24919/2308-4863/100-27>**Марина МОСКАЛЕНКО,**

orcid.org/0000-0002-6135-5652

старший викладач кафедри загального мовознавства та іноземних мов
Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»
(Полтава, Україна) triksi1309@gmail.com

МЕТОДИКА ФАСИЛИТАЦІЇ ІНШОМОВНОЇ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЗАСОБАМИ ПОТОКОВОГО НАВЧАННЯ (НА БАЗІ ESP)

У статті розглядається актуальна проблема подолання стійких психологічних бар'єрів у процесі вивчення англійської мови за професійним спрямуванням (ESP) студентами галузі «Фізична культура і спорт». Постановка проблеми зумовлена унікальним когнітивним профілем атлетів, для яких характерний високий рівень стресостійкості у змагальній діяльності, але водночас спостерігається надмірна тривожність, мовленнєва інгібіція та «страх публічної помилки» у лінгвістичному контексті. Цей психологічний блок, концептуалізований у гіпотезі Стівена Крашена як «афективний фільтр», стає суттєвою перешкодою для формування іноземної комунікативної компетентності, яка є критично необхідною для успішної міжнародної діяльності, інтеграції у світове спортивне співтовариство та гідного представлення держави на глобальній арені.

Мета статті полягає у теоретичному обґрунтуванні та практичній розробці авторської методики фасилітації іноземної комунікації шляхом синергетичного поєднання підходів ESP із механізмами свідомого зниження афективного фільтра через впровадження концепції «потокowego навчання» (Flow Learning) за Міхаєм Чиксентмігаї. У межах дослідження всебічно проаналізовано результати, що базуються на взаємодії інтенсивної лінгвістичної підготовки та психологічної саморегуляції здобувачів. Встановлено, що інтеграція стану «поток» через збалансований рівень виклику та навичок, а також цілеспрямований розвиток психологічного капіталу дозволяє трансформувати вивчення іноземної мови з джерела стресу на природний професійний виклик. Узагальнені результати свідчать, що запропонована методика не лише підвищує рівень володіння англійською мовою, а й зміцнює загальну професійну стійкість майбутніх фахівців. Це забезпечує їхню готовність до виконання ролі культурних амбасадорів, здатних ефективно комунікувати у мультикультурному середовищі та захищати інтереси національного спорту на міжнародному рівні.

Ключові слова: англійська мова професійного спрямування, афективний фільтр, стан поток, фасилітація комунікації, психологічний капітал, фізична культура і спорт, саморегульоване навчання.

Maryna MOSKALENKO,

orcid.org/0000-0002-6135-5652

Senior Lecturer at the Department of General Linguistics and Foreign Languages
National University «Yuri Kondratyuk Poltava Polytechnic»
(Poltava, Ukraine) triksi1309@gmail.com

METHODOLOGY FOR FACILITATING FOREIGN LANGUAGE COMMUNICATIVE COMPETENCE OF FUTURE PHYSICAL EDUCATION SPECIALISTS USING FLOW LEARNING (BASED ON ESP)

The article addresses the pressing issue of overcoming persistent psychological barriers in the process of learning English for Specific Purposes (ESP) by students in the field of Physical Culture and Sports. The problem statement is driven by the unique cognitive profile of athletes, who are characterized by high stress resistance in competitive activities, yet simultaneously exhibit excessive anxiety, speech inhibition, and a "fear of public error" within a linguistic context. This psychological block, conceptualized in Stephen Krashen's hypothesis as the "affective filter," becomes a significant obstacle to developing foreign language communicative competence, which is critically essential for successful international activity, integration into the global sports community, and the worthy representation of the state on the global stage.

The purpose of the article is to provide a theoretical substantiation and practical development of the author's methodology for facilitating foreign language communication through a synergetic combination of ESP approaches with mechanisms for the conscious reduction of the affective filter by implementing Mihaly Csikszentmihalyi's "Flow Learning" concept. Within the scope of the study, the results based on the interaction of intensive linguistic training and the psychological self-regulation of learners are comprehensively analyzed. It is established that the integration of the "flow" state through a balanced level of challenge and skills, along with the purposeful development of psychological

capital, allows for the transformation of language learning from a source of stress into a natural professional challenge. Summarized results indicate that the proposed methodology not only improves English language proficiency but also strengthens the overall professional resilience of future specialists. This ensures their readiness to fulfill the role of cultural ambassadors capable of communicating effectively in a multicultural environment and protecting the interests of national sports at the international level.

Key words: *English for Specific Purposes, affective filter, flow state, communication facilitation, psychological capital, physical culture and sports, self-regulated learning.*

Актуальність теми. Сучасний спорт вищої складності вимагає від фахівців галузі «Фізична культура і спорт» не лише високих атлетичних показників, а й здатності до ефективної комунікації на міжнародній арені. Англійська мова професійного спрямування (ESP) стає критичним інструментом інтеграції у світове співтовариство, де атлет виступає як культурний амбасадор своєї держави. Вміння вільно спілкуватися з організаторами, судьями та іноземними медіа безпосередньо впливає на престиж країни та формування позитивного міжнародного іміджу національного спорту.

Постановка проблеми. Специфіка підготовки спортсменів – високий рівень стресу та страх публічної помилки – часто створює психологічний бар'єр у вивченні мови. Психологічні особливості спортивної підготовки стають перешкодою в опануванні іноземної мови, створюючи надмірну когнітивну напругу, яку традиційні академічні підходи часто не враховують.

Гіпотеза афективного фільтра Стівена Крашена стверджує, що успіх у засвоєнні мови залежить від мотивації, впевненості та рівня тривожності. Високий «фільтр» діє як ментальний блок, що перешкоджає засвоєнню інформації. У викладанні ESP для майбутніх фахівців спорту створення середовища з низьким афективним фільтром через професійний контекст є ключовим фактором, що дозволяє трансформувати страх перед мовою у впевненість для репрезентації держави.

Мета статті – обґрунтувати ефективність поєднання методики ESP з механізмами зниження афективного фільтра для формування професійної іншомовної компетентності у здобувачів вищої освіти спеціальності «Фізична культура і спорт».

Аналіз досліджень. Стівен Крашен у праці «Principles and Practice in Second Language Acquisition» (Крашен, 1982) доводить, що для ефективного засвоєння мови необхідні: зрозуміла вхідна інформація (Comprehensible Input) та низький рівень афективного фільтра. Для студентів спортивного профілю ці умови реалізуються через:

Контекстуалізацію: використання професійного контенту (аналіз ігор, методик тренувань) дозволяє студентам залучати фонові знання для декодування складних мовних конструкцій.

Зниження «оборонної позиції»: викладання через призму професійних досягнень зміщує фокус із лінгвістичної оцінки на компетентність, що природним чином знижує тривожність.

Відмову від примусової продукції (The Silent Period): надання часу на сприйняття професійної лексики на слух дозволяє накопичити базу перед виходом на рівень публічного виступу чи інтерв'ю.

Сучасні розвідки розширюють гіпотезу Крашена, вказуючи на критичну роль індивідуальних стратегій подолання бар'єрів. К. Bunghanoy та Г. Sumalinog (Bunghanoy, Sumalinog, 2023) доводять, що успіх навчання залежить від метакогнітивних та компенсаторних стратегій. У роботі тренера це дозволяє використовувати невербальні засоби (жести, міміку) як інструмент фасилітації, що запобігає «замерзанню» мовлення та знижує тривожність.

Методика фасилітації має враховувати когнітивний профіль атлетів. Н. Gidman (Gidman, 2025) акцентує на поєднанні гіпотези афективного фільтра з теорією множинного інтелекту. Оскільки у спортсменів домінує тілесно-кінестетичний інтелект, зниження афективного фільтра найефективніше відбувається під час фізичної активності. Це обґрунтовує впровадження потокового навчання (Flow Learning), де мовна компетенція формується через рухові завдання.

Новітні дослідження (Hui, Rovers, van Merriënboer et al., 2025) підтверджують, що стан потоку є результатом свідомої саморегуляції (SRL). Для його досягнення студенти мають опанувати чотири чинники: мотивацію, увагу, баланс виклику та навичок, а також метакогнітивні стратегії. Унікальний парадокс полягає в тому, що у стані потоку значні когнітивні зусилля сприймаються як «невагомі» (effortless), оскільки вони цінні для професійної мети. Це дозволяє трансформувати складні лінгвістичні завдання ESP із джерела стресу на природний виклик.

Виклад основного матеріалу. Для ефективної фасилітації пропонується впровадження таких інструментів методики Flow Learning:

Симуляційне середовище «Professional Arena»: Заняття імітує простір спортивної зали. Викладач діє як «Head Coach», а студенти – як асистенти. Це реалізує тезу Н. Gidman (Gidman, 2025) про менторство: студент працює з «колегою»

над професійним завданням, що знімає страх перед екзаменатором.

Вправи на базі Total Physical Response (TPR): Наприклад, проведення фрагмента розминки англійською мовою. Коли тіло в русі, афективний фільтр знижується, бо фокус розподіляється між дією та мовленням, а лінгвістична помилка стає менш значущою за правильність вправи.

Розвиток компенсаторних стратегій (за Bunghanou та Sumalinog): Вправи «Explanation without Words» (пояснення тактики жестами та обмеженим вокабуляром). Це легітимізує невербальну комунікацію та знімає «мовний параліч».

Метакогнітивні «Flash-Interviews»: Після вправ студенти інтерв'юють один одного з обов'язковою рефлексією: «Де допомогла міміка? Що було легше сказати?». Це привчає сприймати мову як технічне завдання, а не особистий провал.

Цифрова фасилітація: Спираючись на дослідження М. Zou та В. Ren (Zou, Ren, 2024) про стан потоку в цифровій діяльності, доцільно використовувати спортивні подкасти та YouTube-аналітику. Це підтримує залученість поза аудиторією, де цікавий контент переважає над складністю граматики.

Практичні стратегії реалізації низького афективного фільтра в ESP. Мінімізація прямої корекції помилок та впровадження діалогічного фідбеку.

Як зазначає С. Крашен, постійне виправлення граматики лише зміцнює афективний фільтр, створюючи бар'єр для вільного мовлення. Пріоритетом має бути комунікативна цінність повідомлення. Проте, згідно з J. Bushi та A. Meta (Bushi, Meta, 2026), помилка є не дефектом, а інтегральним компонентом процесу навчання та формуального оцінювання.

Для фасилітації комунікації в стані «потоку» пропонується впровадження таких принципів:

Непряма корекція (recasting): Викладач повторює правильну форму у відповіді, зберігаючи динаміку заняття.

Підтримка мотивації: Помилки стають основою для діалогу, що сприяє розвитку без підриву впевненості студента.

Формувальний підхід: Помилка в ESP сприймається як природний етап оволодіння термінологією (теорія «міжмовної компетенції»).

Групові симуляції та ШІ-гейміфікація. Для фіксації стану «потоку» ми пропонуємо рольові ігри, що імітують реальні ситуації: пресконференції, переговори з агентами, медичні консультації. Використання штучного інтелекту (AI) за G. H. C. Lin (Lin, 2024) створює «ситуативне середовище для розмов», яке має такі переваги:

Ризико-захищене середовище (Risk-free environment): Чат-боти (на кшталт ChatGPT) дозволяють практикувати мову без страху соціального осуду.

Цифрова рольова взаємодія: Симуляція ролей тренера чи журналіста розвиває критичне мислення та дозволяє використовувати англійську мову для взаємодії в «глобальному селі».

Миттєвий зворотний зв'язок: Технології обробки природної мови (NLP) надають м'яку корекцію, що сприймається як технічна допомога в грі, а не як академічне зауваження.

У контексті сучасної освіти в Україні фасилітація комунікації вимагає врахування внутрішніх ресурсів студента. Психологічний капітал особистості є фундаментом саморегуляції. Синергія компонентів моделі «HERO» (надія, самоефективність, стійкість, оптимізм) безпосередньо корелює зі станом «потоку»:

Самоефективність та Стійкість (Self-efficacy & Resilience): Допомагають долати труднощі. Студент із високою життєстійкістю сприймає мовну помилку як технічний етап професійного зростання.

Оптимізм та Надія (Optimism & Hope): Живлять мотивацію до входу в стан потоку. Віра у здатність до успішної міжнародної комунікації мобілізує когнітивні зусилля без виснаження.

Методика Flow Learning створює «психологічно безпечний простір», де вивчення мови стає інструментом відновлення ментального добробуту. Чим вищий рівень психологічного капіталу (PsyCap), тим легше студенту подолати стресові бар'єри та досягти максимальної концентрації.

Висновки. У ході дослідження теоретичних засад та практичних аспектів викладання англійської мови за професійним спрямуванням (ESP) для студентів спеціальності «Фізична культура і спорт» сформульовано такі висновки:

Пріоритетність афективних факторів. Підтверджено, що успішність оволодіння професійною іноземною мовою майбутніми атлетами залежить передусім від рівня афективного фільтра. Специфічний «спортивний» бар'єр зумовлений страхом публічної помилки та дисонансом між високою впевненістю атлета у своїй професійній діяльності та обмеженим мовним ресурсом.

Ефективність «зрозумілої вхідної інформації». Гіпотеза Стівена Крашена доводить свою дієвість у спортивному контексті: використання автентичних матеріалів (тактичних розборів, інтерв'ю, контрактів) дозволяє студенту спиратися на фонові професійні знання. Це робить мовний «вхід» зрозумілим та суттєво знижує когнітивний стрес.

Потік як каталізатор навчання. На основі аналізу сучасних досліджень обґрунтовано, що створення умов для стану «потіку» (flow) на заняттях ESP діє як антидот до іншомовної тривожності. Це запускає механізм ланцюгової медіації, що сприяє зростанню академічної самоефективності та зміцненню психологічного капіталу (PsyCap) студента.

Професійна та соціокультурна значущість. Вивчення ESP для спортсмена виходить за межі лінгвістики, стаючи інструментом формування професійної стійкості (Resilience) та оптимізму. Опанування мови дозволяє майбутньому фахівцю не лише ефективно комунікувати, а й виступати повноцінним культурним амбасадором своєї країни на міжнародній арені.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Basturkmen H. Developing Courses in English for Specific Purposes. London : Palgrave Macmillan, 2010. 156 p.
2. Bunghanoy K. C., Sumalinog G. G. ESL students' affective filter and language learning strategies in online classes. *Journal of Research, Policy & Practice of Teachers and Teacher Education*. 2023. Vol. 13, No. 1. P. 1–15.
3. Bushi J., Meta A. Error Correction and Its Role in Foreign Language Learning. *European Journal of Contemporary Education and E-Learning*. 2026. Vol. 4, No. 2. P. 60–77. DOI: [https://doi.org/10.59324/ejceel.2026.4\(2\).06](https://doi.org/10.59324/ejceel.2026.4(2).06)
4. Csikszentmihalyi M. Flow: The Psychology of Optimal Experience. New York : Harper & Row, 1990. 303 p.
5. Dewaele J.-M., Li C. Emotions in Second Language Acquisition: A Positive Psychology Perspective. *Frontiers in Psychology*. 2021. Vol. 12. P. 650–662.
6. Gidman H. H. The role of krashen's affective filter hypothesis on language learning effectiveness : bachelor thesis. Lima, Peru, 2025. 24 p.
7. Hui L., Rovers S. F. E., van Merriënboer J. J. G. et al. Self-regulation of Flow: Creating «Seemingly Effortless» Learning Among Higher Education Students. *International Journal of Educational Research*. 2025. Vol. 131. 102573. P. 1–15.
8. Hyland K. English for Specific Purposes: What, whither and why? Cambridge : Cambridge University Press, 2022. 210 p.
9. Jia F., Wang X., Ding C. et al. The Impact of Flow on University EFL Learners' Psychological Capital: Insights from Positive Psychology. *Behavioral Sciences*. 2025. Vol. 15, No. 12. 1703. DOI: <https://doi.org/10.3390/bs15121703>
10. Lin G. H. C. Simulation Games based on Artificial Intelligence for English Language Learning. *Proceedings of the 33rd international Symposium on English Language Teaching and Learning*. Taipei, Taiwan, 2024. P. 56–57.
11. Krashen S. D. Principles and Practice in Second Language Acquisition. Oxford : Pergamon Press, 1982. 202 p.
12. Penjak A. English for Specific Purposes for sport as a profession in Croatia: Students' and teachers' voices. *Studies in English Language and Education*. 2024. Vol. 11, No. 2. P. 786–801.
13. Spina C. Lowering the affective filter in classrooms. *Teach Better*. 2021. URL: <https://rb.gy/maoghz> (дата звернення: 06.04.2026).
14. Sword R. Metacognition in the classroom: Benefits & strategies. High Speed Training. 2021. URL: <https://rb.gy/kh7sf0> (дата звернення: 06.04.2026).
15. Şahin A. Using Authentic Materials In Language Teaching. *Research Papers in Language Pedagogy*. 2025. URL: <https://www.researchgate.net/publication/Sahin2025> (дата звернення: 16.04.2026).
16. Zou M., Ren B. Exploring the Flow Experience of EFL Learners in Technology-Enhanced Self-Regulated Language Learning. *The Journal for the Psychology of Language Learning*. 2024. Vol. 6, No. 2. P. 1–27.
17. Томчук М., Яцюк М., Яцюк А. Психологічний капітал як ресурс саморегуляції особистості. *Науковий вісник Вінницької академії безперервної освіти. Серія «Педагогіка. Психологія»*. 2025. № 8. С. 232–238. DOI: <https://doi.org/10.32782/academ-ped.psyh-2025-2.31>

REFERENCES

1. Basturkmen H. (2010) Developing Courses in English for Specific Purposes, Palgrave Macmillan, London, 156 p.
2. Bunghanoy K. C., Sumalinog G. G. (2023) ESL students' affective filter and language learning strategies in online classes, *Journal of Research, Policy & Practice of Teachers and Teacher Education*, 13(1), 1–15.
3. Bushi J., Meta A. (2026) Error Correction and Its Role in Foreign Language Learning, *European Journal of Contemporary Education and E-Learning*, 4(2), 60–77. DOI: [https://doi.org/10.59324/ejceel.2026.4\(2\).06](https://doi.org/10.59324/ejceel.2026.4(2).06)
4. Csikszentmihalyi M. (1990) Flow: The Psychology of Optimal Experience, Harper & Row, New York, 303 p.
5. Dewaele J.-M., Li C. (2021) Emotions in Second Language Acquisition: A Positive Psychology Perspective, *Frontiers in Psychology*, 12, 650–662.
6. Gidman H. H. (2025) The role of krashen's affective filter hypothesis on language learning effectiveness: bachelor thesis, Lima, Peru, 24 p.
7. Hui L., Rovers S. F. E., van Merriënboer J. J. G. et al. (2025) Self-regulation of Flow: Creating “Seemingly Effortless” Learning Among Higher Education Students, *International Journal of Educational Research*, 131, 102573, 1–15.
8. Hyland K. (2022) English for Specific Purposes: What, whither and why?, Cambridge University Press, Cambridge, 210 p.
9. Jia F., Wang X., Ding C. et al. (2025) The Impact of Flow on University EFL Learners' Psychological Capital: Insights from Positive Psychology, *Behavioral Sciences*, 15(12), 1703. DOI: <https://doi.org/10.3390/bs15121703>
10. Lin G. H. C. (2024) Simulation Games based on Artificial Intelligence for English Language Learning, *Proceedings of the 33rd international Symposium on English Language Teaching and Learning*, Taipei, Taiwan, 56–57.

11. Krashen S. D. (1982) *Principles and Practice in Second Language Acquisition*, Pergamon Press, Oxford, 202 p.
12. Penjak A. (2024) English for Specific Purposes for sport as a profession in Croatia: Students' and teachers' voices, *Studies in English Language and Education*, 11(2), 786–801.
13. Spina C. (2021) Lowering the affective filter in classrooms, *Teach Better*. URL: <https://rb.gy/maoghz>
14. Sword R. (2021) *Metacognition in the classroom: Benefits & strategies*, High Speed Training. URL: <https://rb.gy/kh7sf0>
15. Şahin A. (2025) *Using Authentic Materials In Language Teaching*, *Research Papers in Language Pedagogy*. URL: <https://www.researchgate.net/publication/Sahin2025>
16. Zou M., Ren B. (2024) Exploring the Flow Experience of EFL Learners in Technology-Enhanced Self-Regulated Language Learning, *The Journal for the Psychology of Language Learning*, 6(2), 1–27.
17. Tomchuk M., Yatsiuk M., Yatsiuk A. (2025) Psykholohichni kapital yak resurs samorehuliacii osobystosti. [Psychological capital as a resource for personality self-regulation] *Naukovyi visnyk Vinnytskoi akademii bezperervnoi osvity. Seriya «Pedagogika. Psykholohiia»*, 8, 232–238. DOI: <https://doi.org/10.32782/academ-ped.psyh-2025-2.31> [in Ukrainian].

Дата першого надходження статті до видання: 12.06.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 10.07.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 20.08.2026

Стаття поширюється на умовах
ліцензії відкритого доступу (CC BY 4.0)

