

Концептуальні основи профілактики й корекції функціональних порушень опорно-рухового апарату в дітей та молоді

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки (м. Луцьк)

Постановка наукової проблеми та її значення. Ситуація, що склалася сьогодні в Україні, характеризується негативними процесами, які намітилися в усіх сферах життя українського суспільства: зниженням тривалості життя, скороченням рухової активності, підвищенням рівня неінфекційних хронічних захворювань, істотним зменшенням фінансової забезпеченості фізкультурно-оздоровчої сфери, втратою орієнтирів на здоровий спосіб життя, відчуженням від фізичної культури дітей, молоді та дорослих [1; 3; 6].

Уклад життя сучасного суспільства відрізняється великим ступенем динамізму, напруженістю, різким зростанням обсягу інформації. Виражений дисбаланс навантажень підсилює дезадаптацію людини [7].

Процес корінних перетворень, який відбувається в нашій країні, породив глибоку кризу багатьох сторін життя нашого суспільства, у тому числі й у сфері здоров'я нації, зокрема в стані скелетно-м'язової системи [2; 4].

Теорія й методика фізичного виховання останнім часом отримала велику кількість наукових даних щодо питання розробки та апробації нових здоров'язберігальних технологій у процесі фізичного виховання дітей, школярів і студентів [1; 4; 7].

На нашу думку, ураховуючи ситуацію, логічно було б говорити про впровадження інноваційних технологій, спрямованих на формування здоров'я підрастаючого покоління. Розглядаючи цю проблему крізь призму наших досліджень, доцільно стверджувати про наукове обґрунтування й розробку концепції профілактики та корекції функціональних порушень опорно-рухового апарату в дітей, школярів і студентської молоді в процесі фізичного виховання.

Мета статті – обґрунтувати концепцію профілактики й корекції функціональних порушень опорно-рухового апарату дітей і молоді в процесі фізичного виховання.

Аналіз визначень і філософських підходів до цього питання [1; 5; 7] засвідчив, що термін «концепція», зазвичай, використовується у двох основних контекстах: внутрішньому чи зовнішньому відносно процесу вивчення явищ, а саме, як направляюча ідея дослідження чи форма представлення результатів наукової роботи. В останньому випадку концепція являє собою певну теоретичну конструкцію й тому повинна мати чітко виражену логічну структуру.

У наших дослідженнях використовуємо термін «концепція» (від латин. *Conceptio* – розуміння, система), тобто подане в розгортці, ідейно та змістовно цілісне, аргументоване, послідовний і завершений виклад оригінальної наукової теорії чи версії [5].

Активізація педагогічних досліджень, яка викликана посиленням вимог до результативності виховного процесу й необхідністю його науково обґрунтованої зміни для підвищення ефективності, актуалізувала проблему адекватного представлення найбільш значимих для педагогічної теорії та практики результатів наукового пошуку [1; 7].

Намагання створити цілісну теорію, здатну змістовно обґрунтувати той чи інший аспект педагогічного процесу й у зв'язку з цим – розкрити ключові процедури ефективного оперування ним в умовах сучасної освіти, зазвичай приводить дослідників до необхідності побудови різних педагогічних концепцій [1; 5; 7].

Динамічність системи знань означає деяку їх відносність. Будучи тісно пов'язанною з науковим рухом у цілому, точка зору, представлена автором концепції, не є зовсім закінченою й у подальшому – абсолютно незмінною. Проте це не означає недостовірності системи знань, які складають концепцію, оскільки в основній частині вони обґрунтовані та в подальшому не будуть опротестовуватися, а лише доповнюватися й коректуватися [1; 5; 7].

Крім того, у плані подальшого розвитку самої концепції властивість динамічності означає встановлення нових міжпредметних зв'язків і розширення сфери використання її основного змісту. Оскільки будь-яка концепція повинна мати можливість наукового розвитку, то ця властивість має бути не декларативною, а фактичною; зокрема, це прослідковується в тому, які поняття використовуються, із яких позицій розглядається об'єкт вивчення, як він аналізується, які наукові методи залучаються до роботи тощо [1; 7].

Як ми вже зазначали, концепція профілактики й корекції функціональних порушень опорно-рухового апарату дітей, школярів і студентів як результат наукового дослідження покликана забезпечити ефективне оперування педагогічним феноменом, який вивчається в умовах сучасного фізичного

виховання.

Вивчення педагогічних основ створення умов для забезпечення фізичного, психічного й соціального благополуччя підростаючого покоління дало підставу обґрунтувати та представити основні положення концепції профілактики й корекції функціональних порушень опорно-рухового апарату дітей, школярів і студентської молоді в процесі фізичного виховання. Нами розроблено принципову схему концепції профілактики та корекції функціональних порушень опорно-рухового апарату (рис. 1.).

До передумов розробки авторської концепції віднесено ті положення, від яких доцільно відштовхуватися при організації корекційно-профілактичних заходів із дітьми старшого дошкільного віку, школярами й студентами в процесі фізичного виховання, а саме: соціально-педагогічні, особистісні та біологічні передумови. Розглянемо детальніше ці передумови. До соціально-педагогічних передумов ми віднесли:

- низький рівень здоров'я школярів та студентської молоді;
- відсутність наступності шкільної й вузівської систем фізичного виховання;
- недостатньо ефективну організацію системи фізичного виховання.

До особистісних передумов належать:

- несформована потреба в школярів і студентів у здоровому способі життя;
- недостатня сформованість ціннісно-смиислового значення здоров'я для життєдіяльності;
- поширеність нових видів залежностей.

До біологічних передумов ми віднесли:

- обмеженість рухової активності учнів (гіподинамія);
- недостатнє дотримання фізіолого-гігієнічних вимог організації навчально-виховного процесу.

Будь-яка концепція будується, виходячи зі специфічного понятійно-категоріального апарату, який визначає мову складової її теорії й покликаний досить точно відображати онтологічну сторону наукового пізнання в галузі ключової проблеми [4; 7].



Рис. 1. Принципова схема концепції профілактики й корекції функціональних порушень опорно-рухового апарату

Термінологія – це основа мови науки, вона позначає існуючі риси й властивості педагогічних процесів і явищ. Схоже на те, як наукові узагальнення неможливі поза певною мовною термінологічною формою, так і наукова термінологія неможлива поза системою понять, які склалися [1; 7].

У системі понять, які відображають специфіку об'єкта й змісту предметної сфери будь-якої науки, полягає одна з основних форм систематизації наукових знань, їх доказового, всестороннього обґрунтованого, систематичного викладу. Мати поняття про будь-який предмет означає володіти знанням про загальний спосіб його побудови й походження [7].

Не можна не погодитись із думками науковців [1; 5; 7], які відзначають, що понятійно-категоріальний апарат – найбільш рухливий розділ педагогічної концепції, оскільки отримання кожного нового факту може призвести до його корекції (уведення додаткових понять, зміна існуючих і т. ін.).

Авторська концепція деталізувалась у таких положеннях, які знайшли своє відображення в низці робіт [1; 5; 7]:

- *актуальність*;
- *прогнозованість*;
- *раціональність*;
- *цілісність*;
- *контрольованість*.

У роботі обґрунтовано концептуальні засади корекційно-профілактичної діяльності, що містять мету, завдання, принципи, організаційні й дидактичні умови, концептуальні підходи.

Центральною складовою частиною авторської концепції є мета – теоретично обґрунтувати та практично реалізувати профілактику й корекцію порушень опорно-рухового апарату дітей, школярів і студентської молоді в процесі фізичного виховання.

Виходячи з мети концепції, основними завданнями є такі:

- розробка сучасних технологій профілактики та корекції функціональних порушень опорно-рухового апарату, підвищення рівня фізичної підготовленості;
- розширення світогляду через формування уявлень про здоровий спосіб життя, фізичну культуру й спорт, створення стійких мотиваційних установок на збереження та зміцнення здоров'я, профілактики фіксованих порушень опорно-рухового апарату людини;
- підготовка інформаційних матеріалів, розповсюдження відео-, Інтернет і друкованих матеріалів для створення умов для мотивації дітей, школярів та студентської молоді щодо підвищення фізичної активності;
- інформування підростаючого покоління про надзвичайну важливість фізичної активності для профілактики функціональних порушень опорно-рухового апарату людини й покращення якості життя;
- виховання стійкої потреби в заняттях фізичними вправами;
- підвищення рівня теоретичних знань серед дітей, школярів і студентської молоді щодо ролі постави як одного з показників здоров'я;
- опрацювання та впровадження освітніх матеріалів у навчальний процес для дітей дошкільного й шкільного віку, студентів з обов'язковим уключенням у навчальні програми тем із попередження виникнення функціональних порушень опорно-рухового апарату.

Основними принципами розробленої концепції є методологічні та технологічні. Принципи є складовою частиною методології й ставлять базові теоретичні положення, які об'єктивно відображають сутність, фундаментальні закономірності навчання, виховання, усестороннього розвитку особистості, ставлення суспільства до цього процесу [1; 5].

Педагогічні принципи приймаються як система загальних і принципово важливих орієнтирів, які визначають зміст, методи, організацію навчання й виховання, а також способи аналізу їх результатів. Принципи не є раз і назавжди встановленими догмами. Вони синтезують у себе досягнення сучасної педагогічної науки, поновляються під їх впливом як змістовно, так і структурно [7].

Використовувані нами методологічні принципи, зі свого боку, склали:

- принцип психофізичної єдності особистості людини;
- принцип використання культуровідображення змісту фізкультурної діяльності.

Технологічні принципи, згідно з науковими розробками [1; 5; 7], об'єднують комплексність, системність, цілісність, принцип координації взаємодії, довгостроковість. Ці принципи були адаптовані нами під специфіку досліджень.

Розробка концептуальних принципів обумовила визначення організаційних і дидактичних умов реалізації концепції.

У якості групи організаційних умов ми розглядали:

- аналіз інтересів і потреб тих, хто займається, для індивідуального й диференційованого підходів уключення їх у корекційно-профілактичну діяльність;
- створення середовища для розвитку інтересів, позитивного ставлення тих, хто займається, як до свого здоров'я, правильної постави, зокрема, так і до використання отриманих знань у повсякден-

ному житті;

– облік матеріально-технічної бази для реалізації авторської концепції, що передбачав максимально ефективного забезпечення теоретико-методичної підготовки тих, хто займається, у процесі фізичного виховання.

У групу дидактичних умов ми віднесли підготовку методичних посібників, дидактичних матеріалів, мультимедіа-інформаційно-методичних програм.

При розробці концепції профілактики й корекції функціональних порушень опорно-рухового апарату дітей, школярів та студентської молоді в процесі фізичного виховання нами враховано концептуальні підходи (рис. 2.). Основу концепції становить синтез різних підходів. Ми виділили три групи підходів.

Першу групу склали підходи, що обумовлюють філософську й змістову сторони концепції: діалектичний, особистісний, аксіологічний, діяльнісний. Другу – підходи, що визначають процесуальні особливості побудови: синергетичний і соціально-культурний. Досліджуючи концептуальні підходи до профілактично-корекційної діяльності, ми виходили з концепції єдності біологічного й соціального. Третю групу склав системний підхід.

В основі діалектичного підходу лежить філософський метод дослідження природи та суспільства, за допомогою якого можна зрозуміти складний, сповнений суперечностей шлях становлення об'єктивної істини, зв'язок на кожному ступені розвитку науки елементів абсолютного й відносного, усталеного та змінного, переходи від одних форм узагальнення до інших.



Рис. 2. Концептуальні підходи розробки концепції профілактики й корекції функціональних порушень опорно-рухового апарату дітей, школярів та студентської молоді в процесі фізичного виховання

Особистісний підхід припускав зміщення акцентів в оздоровчій діяльності на оволодіння знаннями, уміннями, навичками профілактично-корекційних заходів. Пріоритетні завдання в контексті цього підходу припускали освоєння уявлення про гармонійний фізичний розвиток, засоби корекції порушень просторової організації тіла.

Аксіологічний підхід дає змогу вивчити явище з точки зору закладених у ньому можливостей задоволення потреб людей і безпосередньо пов'язаний із поняттям «цінність» [1; 5].

Цінність являє собою специфічне соціальне визначення об'єктів навколишнього світу, яке виявляє їх позитивне чи негативне значення для людини й суспільства. Цінність – це критерій вибору альтернативних рішень, характеристика внутрішніх потреб людини [5; 7].

Зберігаючи загальні риси філософської та психологічної інтерпретацій, діяльнісний підхід у педагогіці набуває певної своєрідності:

- дає можливість розглядати основні компоненти діяльності педагога та його вихованця, єдині методологічні позиції й тим самим розкрити природу їх взаємодії;
- уможливує вивчення специфічних особливостей діяльності всіх учасників педагогічного процесу через проєкцію загальних концептуальних положень теорії діяльності на педагогічну сферу;
- зобов'язує визнати найважливішим фактором розвитку особистості вихованця спеціально підбрану діяльність;
- визначає процес навчання як безперервну зміну різних видів діяльності;
- вибудовує педагогічний процес відповідно до компонентів діяльності людини.

Синергетичний підхід являє собою методологічний напрям дослідження, при якому педагогічні об'єкти розглядаються як відкриті, складні самоорганізовані системи, розвиток яких підкоряється

загальним законам еволюції систем подібного виду. При цьому самоорганізовану систему розуміємо як складну динамічну систему, здатну зберігати чи вдосконалювати свою організацію залежно від зміни зовнішніх і внутрішніх умов

Соціально-культурний підхід розглядається стосовно системи профілактики й корекції функціональних порушень опорно-рухового апарату дітей, школярів і студентів, як інтегративна багатофункціональна сфера діяльності, мета якої – створення умов для організації оздоровчої діяльності.

Системний підхід – напрям методології наукового дослідження, в основі якого – розгляд складного об'єкта як цілісної множини елементів у сукупності відношень і зв'язків між ними, тобто розгляд об'єкта як системи (сукупності елементів і зв'язків між ними). Із погляду системного підходу, організм – система, яка має за мету свого існування цільову функцію та складається з менш складних підсистем (функція – процес, який відбувається всередині системи й має певний результат).

Системний підхід являє собою форму прикладання теорії пізнання та діалектики до дослідження процесів у біологічних організмах (процес – динамічна зміна системи в часі). Його суть – реалізація вимог загальної теорії систем, згідно з якою кожен об'єкт у процесі його дослідження повинен розглядатися як велика й складна система та одночасно як елемент більш загальної системи. У вузькометодичному розумінні системний підхід потребує використання системних (комплексних) методів до дослідження явищ і процесів у живій біологічній системі, у якій виділені елементи внутрішніх і зовнішніх зв'язків [5].

Системно-цільовий концептуальний підхід дає можливість визначити цілі й завдання профілактично-корекційних заходів на різних етапах онтогенезу людини.

Системно-ресурсний концептуальний підхід виявляє ресурси, які потребуються для реалізації мети кожного етапу й періоду профілактично-корекційних заходів, які дають змогу використовувати різноманітні засоби фізичного виховання для профілактики та корекції порушень просторової організації тіла тих, хто займається.

Системно-елементний концептуальний підхід полягає в обов'язковому обліку всіх детермінант, які визначають характер і спрямованість профілактично-корекційних заходів.

Системно-інтеграційний концептуальний підхід дає змогу аналізувати елементи системи профілактики й корекції функціональних порушень опорно-рухового апарату та їх взаємозв'язки в рамках конкретної організаційної структури (дитячі дошкільні заклади, загальноосвітні школи, вищі навчальні заклади).

Системно-еволюційний концептуальний підхід полягає у визначенні й обліку характеру профілактики та корекції функціональних порушень опорно-рухового апарату тих, хто займається, на різних етапах онтогенезу, заснований на етапності й наступності проведених заходів, з'ясування критеріїв ефективності профілактично-корекційних технологій.

Розробляючи концепцію профілактики та корекції функціональних порушень опорно-рухового апарату дітей, школярів і студентів у процесі фізичного виховання, ми дотримувалися низки умов, запропонованих В. О. Кашубою [2; 4]:

- програмування й конкретне планування засобів фізичного виховання проводили з урахуванням вікових та індивідуальних характеристик моторики, особливостей порушень біогеометричного профілю постави, рівня фізичної підготовленості тих, хто займається, і послідовності розв'язання ними завдань фізичного вдосконалення;

- регламентація та суворе дозування навантажень й адекватність їх використання;

- систематичне використання в профілактичних і корекційних заходах фізичних вправ, які перешкоджають збільшенню моменту сил відносно сагітальної та фронтальної площин;

- систематичне використання фізичних вправ, які сприяють зміцненню м'язово-зв'язкового апарату стопи, м'язів-стабілізаторів хребта, таза й нижніх кінцівок, що покращують вертикальну стійкість тіла тих, хто займається;

- єдність педагогічного моніторингу й профілактично-корекційних заходів;

- систематичне використання в оздоровчих заняттях ідеомоторних образів найбільш ефективного та раціонального просторового взаєморозміщення ланок тіла в різних умовах повсякденного життя й спеціально організованих занять.

До умов проектування ми віднесли критерії відповідності та компоненти технології.

Серед критеріїв відповідності виділили такі:

- наукової обґрунтованості;

- професійної компетентності;

- системності;

- економічності

- структурності;

- ефективності;

- керованості;

- відтворюваності.

До компонент технології ми віднесли:

- діагностичну;
- програмно-методичну;
- концептуальну;
- мотиваційно-ціннісну;
- інформаційну;
- організаційну;
- змістово-діяльнісну;
- контрольню-корекційну.

Нами також обґрунтовані критерії ефективності, а саме:

- мотиваційної значимості;
- оптимальності;
- результативності.

Ураховуючи викладені вище теоретичні положення й результати констатувального експерименту, ми запропонували практичну реалізацію концепції профілактики та корекції функціональних порушень опорно-рухового апарату дітей, школярів і студентської молоді в процесі фізичного виховання, яка реалізовувалася на основі технології проектування.

Висновки й перспективи подальших досліджень. Обґрунтована й розроблена нами концепція профілактики та корекції функціональних порушень опорно-рухового апарату дітей, школярів та студентської молоді в процесі фізичного виховання містить такі складові частини: передумови створення, понятійно-категоріальний апарат, основні положення й вимоги, концептуальні засади, методичні основи, організаційні та концептуальні підходи, умови проектування та реалізації, критерії ефективності.

Джерела та література

1. Андреева О. В. Фізична рекреація різних груп населення : [монографія] / О. В. Андреева. – К. : Поліграфсервіс, 2014. – 280 с.
2. Кашуба В. А. Анализ использования здоровьесберегающих технологий в процессе физического воспитания студенческой молодежи / В. А. Кашуба, С. М. Футорный, Е. В. Андреева // Теория и методика физ. культуры. – Алматы, 2012. – № 1. – С. 73–81.
3. Кашуба В. О. Оцінювання та аналіз складових здорового способу життя студентської молоді / В. О. Кашуба, С. М. Футорний, О. В. Андреева // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Х., 2012. – № 7. – С. 59–65.
4. Кашуба В. А. Современные подходы к здоровьесбережению студентов в процессе физического воспитания / В. А. Кашуба, С. М. Футорный, Е. В. Андреева // Физ. воспитание студентов. – Харьков, 2012. – № 5. – С. 50–58.
5. Лазарева Е. Б. Концептуальные подходы к организации процесса физической реабилитации при хирургическом лечении вертеброгенной патологии / Е. Б. Лазарева // Молода спортивна наука України. – Львів : НФВ «Українські технології», 2012. – Т. 3. – С. 134–139.
6. Туманян Г. С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование / Г. С. Туманян. – М. : Академия, 2009. – 336 с.
7. Футорный С. М. Здоровьесберегающие технологии в процессе физического воспитания студенческой молодежи : [монографія] / С. М. Футорный. – Киев : Саммит-книга, 2014. – 296 с.

Анотації

У статті обґрунтовано й розроблено концепцію профілактики та корекції функціональних порушень опорно-рухового апарату дітей, школярів і студентської молоді в процесі фізичного виховання, що містить такі складові частини: передумови створення, понятійно-категоріальний апарат, основні положення й вимоги, концептуальні засади, методичні основи, організаційні та концептуальні підходи, умови проектування й реалізації, критерії ефективності. Визначено мету, основні завдання та принципи концепції, проаналізовано концептуальні підходи до проблем профілактики й корекції опорно-рухового апарату людини.

Ключові слова: концепція, профілактика, корекція, опорно-руховий апарат, діти, молодь, концептуальні підходи.

Алла Алєшина. Концептуальные основы профилактики и коррекции функциональных нарушений опорно-двигательного аппарата у детей и молодежи. В статье обосновывается и разрабатывается концепция профилактики и коррекции функциональных нарушений опорно-двигательного аппарата детей, школьников и студенческой молодежи в процессе физического воспитания, что содержит такие составляющие: предпосылки создания, понятийно-категориальный аппарат, основные положения и требования, концептуальные принципы, методические основы, организационные и концептуальные подходы, условия проектирования и реализации, критерии эффективности. Определены цель, основные задания и принципы концепции, проанализированы концептуальные подходы к проблемам профилактики и коррекции опорно-двигательного аппарата человека.

Ключевые слова: концепция, профилактика, коррекция, опорно-двигательный аппарат, дети, молодежь, концептуальные подходы.

Alla Alyoshina. Conceptual Basis of the Prevention and Correction of Functional Disorders of the Musculoskeletal System of Children and Youth. In the article grounded and worked out the conception of prophylaxis and correction of functional violations of locomotorium of children, schoolchildren and student in the process of

physical education contains such constituents: pre-conditions of creation, concept-category vehicle, substantive provisions and requirements, conceptual principles, methodical bases, organizational and conceptual approaches, terms of planning and realization, criteria of efficiency. The goal is defined, basic tasks and principles, is the conceptions are analysed conceptual going near the problems of prophylaxis and correction of locomotorium of man.

Key words: *conception, prophylaxis, correction, locomotorium, to put, young people, conceptual approaches.*