

# Професійна підготовка фахівців фізичної культури та спорту

УДК 371.134:796

Наталія Белікова

## Змістове наповнення процесу підготовки майбутніх фахівців із фізичної реабілітації до здоров'язбережувальної діяльності

*Луцький інститут розвитку людини Університету "Україна" (м. Луцьк)*

**Постановка наукової проблеми та її значення.** Глобальні зміни в сучасному суспільстві, реформування системи вищої освіти України вимагають приділення особливої уваги до професійного навчання. Це потребує постійного оновлення змісту вищої професійної освіти, забезпечення варіативності й гнучкості навчальних планів і програм, їх оперативного реагування на потреби суспільної та виробничої практик.

Із позицій сьогодення, професійна підготовка майбутніх фахівців із фізичної реабілітації повинна носити випереджувальний характер, урахувати багаторівневість вищої професійної фізкультурної освіти, а також орієнтуватися на перспективи розвитку галузі знань «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини».

**Аналіз досліджень цієї проблеми.** У сучасній науці з проблем професійної підготовки фахівців із фізичної реабілітації напрацьовано достатній матеріал, зокрема окремі аспекти досліджуваного питання ґрунтовно вивчали О. М. Вацеба, Г. Е. Верич, А. С. Вовканич, О. Д. Дубогай, Т. Ю. Круцевич, В. М. Мухін, В. П. Мурза, С. М. Попов – професійно-педагогічні аспекти та понятійний апарат підготовки фахівців із фізичної реабілітації; Т. В. Д'яченко, В. О. Кукса, О. І. Міхеєнко, Л. П. Суценко – загальні питання професійної підготовки фахівців із фізичної реабілітації у вищих навчальних закладах; Т. В. Бойчук – окремі питання становлення фахової підготовки фізичних реабілітологів; Ю. О. Лянной, М. Я. Романишин – підготовку фахівців із фізичної реабілітації для роботи зі спортсменами. Водночас відсутні дослідження стосовно особливостей змісту процесу підготовки майбутніх фахівців із фізичної реабілітації до здоров'язбережувальної діяльності.

**Завдання** дослідження – розкрити особливості змісту процесу підготовки майбутніх фахівців із фізичної реабілітації до здоров'язбережувальної діяльності.

**Методи** дослідження – узагальнення й систематизація фахової наукової літератури та інформаційних Інтернет-ресурсів; праксіметричний метод (узагальнення власного педагогічного досвіду). Робота виконана згідно з планом НДР Луцького інституту розвитку людини Університету "Україна".

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Підготовка майбутніх фахівців із фізичної реабілітації до здоров'язбережувальної діяльності – складний і тривалий педагогічний процес, який повинен здійснюватися протягом усього періоду навчання у вищому навчальному закладі за умови, що кожен цикл змісту фізично-реабілітаційної освіти з його фундаментальними та професійно орієнтованими дисциплінами повною мірою сприятиме формуванню певних структурних компонентів готовності до здоров'язбережувальної діяльності. Наявність циклів дисциплін значно посилює роль інтеграційних процесів, які передбачають наявність внутрішньоциклових і міжциклових зв'язків. У навчальному процесі спочатку домінуюча роль належить фундаментально-теоретичним знанням, потім послідовно вводяться знання прикладного оздоровчого характеру.

Змістове наповнення процесу підготовки майбутніх фахівців із фізичної реабілітації до здоров'язбережувальної діяльності відображено в теоретичній контент-схемі, яка завдяки своїм особливостям (неперервності, системності, послідовності, практичній орієнтованості) відбиває сутність

цього процесу й висвітлює внесок окремих дисциплін у теоретичну, методологічну та технологічну підготовку майбутнього фахівця з фізичної реабілітації до здоров'язбережувальної діяльності (рис. 1). У ній відображене цілісне та поетапне формування знань, умінь і навичок майбутнього фахівця, використання наукового змісту кожної дисципліни для формування готовності до здоров'язбережувальної діяльності, забезпечення мотивації до вивчення всіх дисциплін і розвиток інтегрального мислення та інтелекту.

Зміст процесу підготовки майбутніх фахівців із фізичної реабілітації до здоров'язбережувальної діяльності спрямований на оволодіння студентами ґрунтовними знаннями з таких навчальних дисциплін, як “Загальна теорія здоров'я”, “Фізіологія людини”, “Основи фізичної реабілітації”, “Лікарсько-педагогічний контроль у фізичній реабілітації” та спецкурсів “Організація здоров'язбережувальної діяльності фахівців із фізичної реабілітації” й “Здоров'язбережувальні технології у фізичній реабілітації”. Практичний досвід здоров'язбережувальної діяльності студенти набувають у процесі проходження педагогічної та виробничої практик (рис. 1).

При складанні навчальних програм із зазначених дисциплін ми дотримувалися певних принципів структурування навчальної інформації:

1. Системності, яка направлена на системну репрезентацію навчальних знань, їх чітку логічну структуру, доступний систематизований характер організації знань.

2. Інтерактивності, яка забезпечує ефективний зворотний зв'язок між учасниками навчального процесу.

3. Модульності структурування, що передбачає організацію навчальної інформації на модульній основі. При цьому обсяг модулів має бути оптимальним за розміром і мати закінчений, логічний цілісний характер.

4. Адаптивності структурування навчального матеріалу, яка охоплює такі характеристики, як варіативність, персоналізацію, гнучкість, дозування навчальної інформації, нелінійність інформаційних структур.

Істотну роль у формуванні базових знань і вмінь, які є фундаментом підготовки майбутніх фахівців із фізичної реабілітації до здоров'язбережувальної діяльності, відіграють навчальні дисципліни “Загальна теорія здоров'я” й “Фізіологія людини”, які читаються протягом перших двох курсів підготовки бакалавра.

Зокрема, навчальна дисципліна “Загальна теорія здоров'я” спрямована на формування в студентів стійких переконань щодо пріоритету здоров'я як основної умови реалізації фізичного, психологічного, соціального та духовного потенціалу людини з урахуванням її індивідуальних особливостей. Основною метою вивчення цієї навчальної дисципліни є ознайомлення студентів з основними складниками здоров'я людини; оволодіння майбутніми фахівцями з фізичної реабілітації необхідними знаннями та вміннями для розробки й реалізації індивідуальних оздоровчих програм, спрямованих на збереження та зміцнення здоров'я людини; формування відповідального ставлення до індивідуального здоров'я й здоров'я оточуючих.

Навчальна дисципліна “Фізіологія людини” займає важливе місце в підготовці сучасного фахівця з фізичної реабілітації, адже спрямована на оволодіння студента знаннями про функції органів і систем організму людини та особливості їх регуляції, поглиблює й деталізує значення цих функцій для забезпечення м'язової діяльності людини. Мета її вивчення – оволодіння комплексом науково обґрунтованих знань фізіологічних закономірностей життєдіяльності людини в умовах відносного спокою, при фізичних навантаженнях та в умовах психоемоційних напружень. Під час вивчення кожної теми особливу увагу звертають на зміни в роботі систем та органів людського організму, які відбуваються при фізичних навантаженнях, на механізми виникнення цих змін, особливості адаптації і їх вплив на організм людини в цілому.

Суттєво доповнюють змістовий простір підготовки майбутніх фахівців із фізичної реабілітації до здоров'язбережувальної діяльності такі навчальні дисципліни, як “Основи фізичної реабілітації” й “Лікарсько-педагогічний контроль у фізичній реабілітації”.

Зокрема, навчальна дисципліна “Основи фізичної реабілітації” спрямована на оволодіння студентами базовими знаннями про засоби фізичної реабілітації та методику їх застосування, а також формування уяви про послідовність і безперервність реабілітаційного процесу на різних етапах відновного лікування хворих та людей з особливими потребами, уключаючи підтримання рівня їхнього здоров'я й працездатності в подальшому житті. Навчальна дисципліна готує студентів до подальшого вивчення фізичної реабілітації при різних патологічних станах.

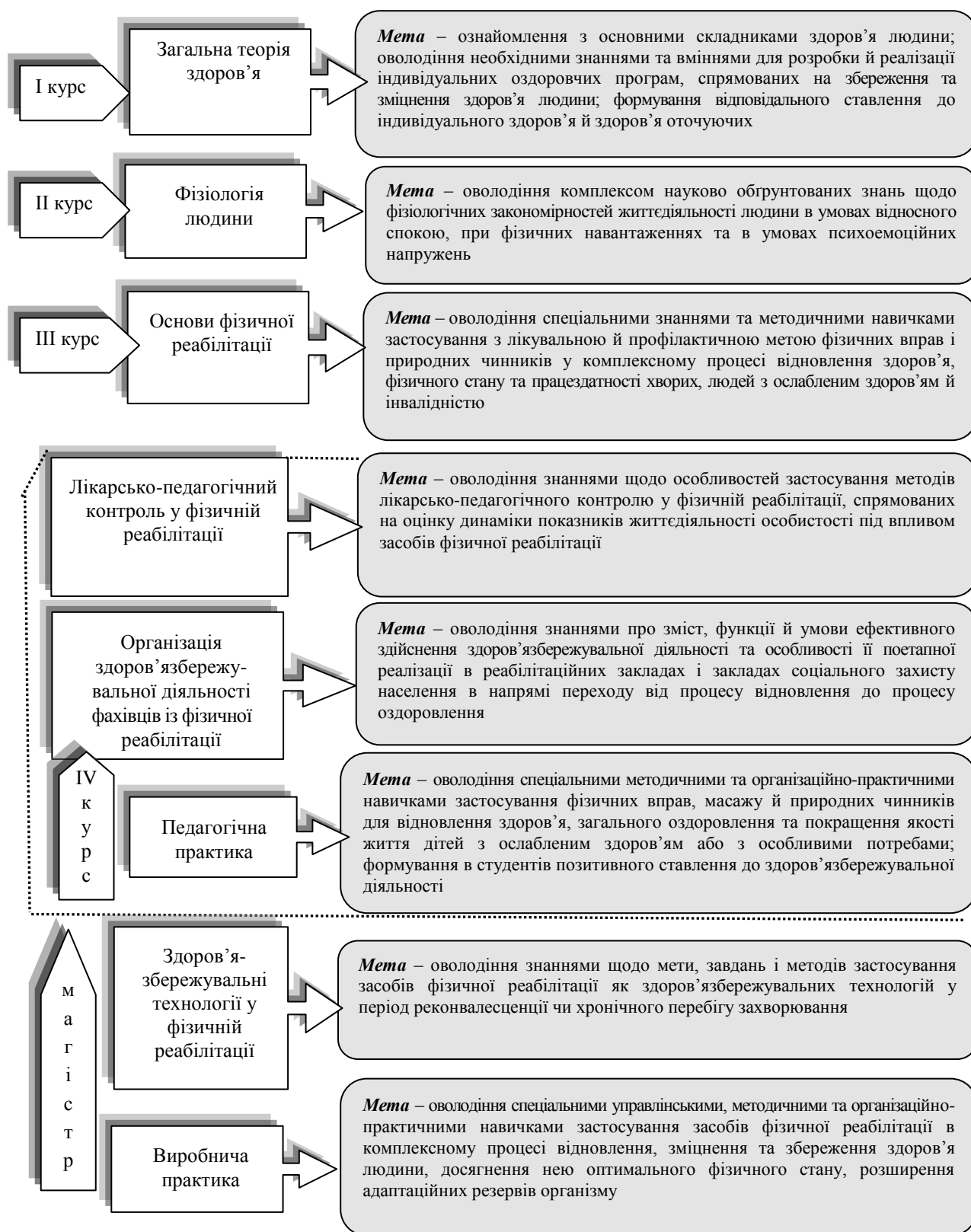


Рис. 1. Контент-схема процесу підготовки майбутніх фахівців із фізичної реабілітації до здоров'язбережувальної діяльності

Завдання навчальної дисципліни: 1) оволодіння студентами базовими знаннями про засоби фізичної реабілітації та методику їх застосування; показання й протипоказання до застосування лікувальної фізичної культури, лікувального масажу та інших засобів фізичної реабілітації у відновленні здоров'я й профілактиці різних патологічних процесів; 2) оволодіння студентами навичками використання отриманих знань для раціонального підбору засобів фізичної реабілітації; розрахунку часу на проведення занять із ЛФК, масажу тощо; здійснення контролю за ефективністю реабілітаційних заходів з урахуванням віку, статі, функціонального стану організму й завдань, що повинні розв'язуватися в процесі комплексного застосування різних засобів фізичної реабілітації в процесі відновлення здоров'я людини, її загального оздоровлення та покращення якості життя; 3) поглиблення й розширення знань студентів, отриманих у процесі вивчення навчальних дисциплін медико-біологічного, психолого-педагогічного та спортивно-педагогічного спрямування.

У процесі вивчення навчальної дисципліни "Лікарсько-педагогічний контроль у фізичній реабілітації" студенти оволодівають знаннями щодо мети, завдань, методів, показів і протипоказів до застосування методів лікарсько-педагогічного контролю у фізичній реабілітації. За підсумками вивчення навчальної дисципліни студент повинен уміти: здійснювати оцінку фізичного розвитку; застосовувати функціональні методи дослідження при різних нозологіях та на різних етапах лікарсько-педагогічного контролю; застосовувати тести з навантаженням і критерії функціонального контролю адекватності фізичного навантаження; застосовувати біомеханічні методи контролю рухових функцій.

В. О. Кукса зазначає: "Незважаючи на те, що спецкурси не вичерпують всіх проблем професійної підготовки майбутніх фахівців, потрібно визнати, що в період становлення нових професійних спеціалізацій вони дозволяють виявити і реалізувати можливі інноваційні резерви" [3, с. 68–69].

Одну з центральних позицій у змісті підготовки майбутніх фахівців із фізичної реабілітації до здоров'язбережувальної діяльності посідає спецкурс "Організація здоров'язбережувальної діяльності майбутніх фахівців з фізичної реабілітації" (ОКР "Бакалавр") [2]. Програма спецкурсу спрямована на досягнення основної мети: оволодіння студентами знаннями про зміст, функції й умови ефективного здійснення здоров'язбережувальної діяльності та особливості її поетапної реалізації в реабілітаційних закладах і закладах соціального захисту населення в напрямі переходу від процесу відновлення до оздоровлення. Для досягнення мети розв'язують такі завдання: формування в студентів мотиваційно-ціннісного ставлення до здоров'язбережувальної діяльності; формування професійно-важливих особистісних якостей, які визначають готовність студентів до здійснення здоров'язбережувальної діяльності; озброєння студентів ґрунтовними знаннями про традиційні й сучасні засоби оздоровлення людини та їх місце в здоров'язбережувальній діяльності майбутніх фахівців із фізичної реабілітації; формування в студентів професійних умінь застосування засобів оздоровлення під час практик.

У змісті спецкурсу виокремлено два навчальних модулі: "Сутнісна характеристика здоров'язбережувальної діяльності" й "Особливості організації здоров'язбережувальної діяльності майбутніх фахівців із фізичної реабілітації". За підсумками вивчення спецкурсу студент повинен *знати* основні чинники, що зумовлюють високий рівень функціональних можливостей організму людини, його працездатності та активного здорового довголіття; сутність основних понять, пов'язаних зі здоров'язбереженням; сучасні підходи до сутності здоров'язбережувальної діяльності; принципи, методи й технології здоров'язбережувальної діяльності; основні функції здоров'язбережувальної діяльності; зміст здоров'язбережувальної діяльності в роботі фахівця з фізичної реабілітації; структурні компоненти здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців із фізичної реабілітації; основні принципи формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців із фізичної реабілітації; компоненти здоров'язбережувальних технологій; умови ефективного здійснення здоров'язбережувальної діяльності; структуру готовності до здоров'язбережувальної діяльності; особливості організації діяльності реабілітаційних установ; характеристику традиційних та сучасних засобів оздоровлення; особливості проектування здоров'язбережувального простору як професійного поля діяльності майбутніх фахівців із фізичної реабілітації.

За підсумками вивчення спецкурсу студент повинен *уміти* адекватно підбирати найбільш ефективні здоров'язбережувальні засоби та методи впливу на організм людини з урахуванням її індивідуальних особливостей; комплексно використовувати фізичні вправи, масаж та природні чинники як найбільш відповідні засоби відновлення здоров'я людини, її загального оздоровлення та покращення якості життя; використовувати науково-методичні знання для розробки й реалізації індивідуальних оздоровчо-профілактичних та відновлювальних програм; оцінювати й контролювати

ефективність оздоровчих програм і визначати їх відповідність віку й фізичній підготовленості людини.

Набуті в процесі вивчення спецкурсу “Організація здоров’язбережувальної діяльності фахівців із фізичної реабілітації” знання, уміння та навички студенти закріплюють під час педагогічної практики, яка проходить в умовах, максимально наближених до професійної діяльності майбутніх фахівців із фізичної реабілітації на базах дошкільних і середніх спеціалізованих навчальних закладів, із діяльністю яких студенти попередньо знайомляться під час здоров’язбережувальної волонтерської практики.

Центральну позицію в змісті підготовки магістрів до здоров’язбережувальної діяльності посідає спецкурс “Здоров’язбережувальні технології у фізичній реабілітації” [1]. Для успішної підготовки магістрів із фізичної реабілітації до здоров’язбережувальної діяльності зміст спецкурсу задовольняє низку методичних вимог: представляє певну проблему; є максимально інформативним; уключає матеріали сучасних наукових досліджень; розкриває різні концепції й нові погляди на проблему.

Методика викладання спецкурсу володіє великими можливостями для творчості викладача й студентів, уключає в себе різні методи активного навчання, які дають змогу наблизити навчання магістрів із фізичної реабілітації до умов, максимально наближених до майбутньої здоров’язбережувальної діяльності. Спецкурс вивчається перед проходженням виробничої практики.

Програма спецкурсу спрямована на оволодіння студентами знаннями про мету, завдання й методи застосування засобів фізичної реабілітації як технологій здоров’язбереження в період реконвалесценції чи хронічного перебігу захворювання. Специфічною особливістю змісту спецкурсу є його побудова на проблемній основі, оскільки засоби фізичної реабілітації розглядаються як технології здоров’язбереження в період реконвалесценції чи хронічного перебігу захворювання. Проблемність процесу набуття нових знань і вмінь забезпечує суб’єктну позицію студента в навчальному процесі та сприяє розвитку його творчого потенціалу. Окрім лекцій, семінарських та практичних занять, використовуються самостійні й індивідуальні домашні завдання, зміст яких уключає завдання індуктивного та дедуктивного характеру, пошукові й проблемні завдання. У змісті спецкурсу виокремлено три навчальних модулі (табл. 1).

Таблиця 1

**Навчальні та змістові модулі спецкурсу “Здоров’язбережувальні технології у фізичній реабілітації”**

| № з/п  | Назва модулів та змістових модулів  |
|--|---|
| Модуль 1. Фізіологічні механізми адаптації до фізичних навантажень та стресорних ситуацій<br><i>36 годин (1 кредит ECTS)</i> |   |
| 1.1.   | Системогенез й адаптивні процеси. Фізіологічні механізми адаптації до фізичних навантажень та стресорних ситуацій                   |
| 1.2.   | Захисні ефекти адаптації до фізичних навантажень й стресорних ситуацій  |
| Модуль 2. Основи здоров’язбережувальних технологій у фізичній реабілітації<br><i>36 годин (1 кредит ECTS)</i>                |   |
| 2.1.   | Засоби, форми та методи здоров’язбережувальних технологій у фізичній реабілітації   |
| 2.2.   | Здоров’язбережувальні технології, що ґрунтуються на застосуванні фізичних вправ із переважанням аеробного енергозабезпечення роботи |
| 2.3.   | Здоров’язбережувальні технології, що ґрунтуються на застосуванні дихальних вправ  |
| 2.4.   | Комплексне застосування засобів здоров’язбережувальних технологій   |
| Модуль 3. Окремі оздоровчі методики у фізичній реабілітації <i>90 годин (2,5 кредитів ECTS)</i>                              |   |
| 3.1.   | Методика оздоровчих занять після захворювань серцево-судинної системи   |
| 3.2.   | Методика оздоровчих занять при порушенні рухової функції  |
| 3.3.   | Методика оздоровчих занять при хронічних захворюваннях органів дихання  |
| 3.4.   | Методика оздоровчих занять при порушенні обміну речовин   |
| 3.5.   | Методика оздоровчих занять при синдромі хронічної втоми   |
| 3.6.   | Методика оздоровчих занять з особами похилого віку  |

За підсумками вивчення спецкурсу студент повинен *знати* мету та завдання застосування засобів фізичної реабілітації з оздоровчою метою; покази й протипокази до застосування засобів фізичної реабілітації; основи здоров’язбережувальних технологій у фізичній реабілітації; окремі методики оздоровчих занять у фізичній реабілітації.

За підсумками вивчення спецкурсу студент повинен *уміти* планувати, організовувати та проводити комплексні заняття з профілактичною й оздоровчою метою при різних захворюваннях; застосовувати тести з навантаженням і критерії функціонального контролю адекватності й ефективності фізичного навантаження.

Набуті в процесі вивчення спецкурсу “Здоров’язбережувальні технології у фізичній реабілітації” знання, уміння та навички студенти використовують під час виробничої практики в реабілітаційних закладах і закладах соціального захисту населення.

**Висновки й перспективи подальших досліджень.** Отже, структурно-логічна контент-схема процесу підготовки майбутніх фахівців із фізичної реабілітації до здоров’язбережувальної діяльності побудована з урахуванням інтегрованого та міждисциплінарного підходів і відображає послідовність та наступність вивчення навчальних дисциплін для реалізації цього процесу.

У перспективі планується дослідити особливості практичної підготовки майбутніх фахівців із фізичної реабілітації до здоров’язбережувальної діяльності.

#### *Джерела та література*

1. Белікова Н. О. Навчальна програма з дисципліни “Здоров’язбережувальні технології у фізичній реабілітації” для підготовки майбутніх фахівців з фізичної реабілітації / Н. О. Белікова. – Луцьк : РВВ ЛІРоЛ, 2009. – 20 с.
2. Белікова Н. О. Навчальна програма з дисципліни “Організація здоров’язбережувальної діяльності фахівців з фізичної реабілітації” для підготовки майбутніх фахівців з фізичної реабілітації / Н. О. Белікова. – Луцьк : РВВ ЛІРоЛ, 2009. – 20 с.
3. Кукса В. О. Професійна підготовка фахівців з фізичної реабілітації у вищих навчальних закладах : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Кукса Володимир Олександрович. – К., 2002. – 207 с.

#### *Анотації*

*У статті висвітлено зміст процесу підготовки майбутніх фахівців із фізичної реабілітації до здоров’язбережувальної діяльності. Розкрито принципи структурування навчальної інформації: системність, інтерактивність, модульність й адаптивність структурування. Охарактеризовано зміст навчальних дисциплін “Загальна теорія здоров’я”, “Фізіологія людини”, “Основи фізичної реабілітації”, “Лікарсько-педагогічний контроль у фізичній реабілітації”. Обґрунтовано роль спецкурсів у формуванні готовності студентів до здоров’язбережувальної діяльності та їх переваги: максимальну інформативність, уключення матеріалів сучасних наукових досліджень, різних концепцій і нових поглядів на проблему. Описано зміст навчальних та змістових модулів спецкурсів “Організація здоров’язбережувальної діяльності майбутніх фахівців із фізичної реабілітації” та “Здоров’язбережувальні технології у фізичній реабілітації”. Наведено перелік знань й умінь студентів за підсумками їх вивчення.*

**Ключові слова:** *зміст, професійна підготовка, майбутній фахівець, фізична реабілітація, здоров’язбережувальна діяльність, спецкурс.*

***Наталья Беликова. Содержательное наполнение процесса подготовки будущих специалистов по физической реабилитации к здоровьесберегающей деятельности.*** *В статье освещается содержание процесса подготовки будущих специалистов по физической реабилитации к здоровьесберегающей деятельности. Раскрыты принципы структурирования учебной информации: системность, интерактивность, модульность и адаптивность структурирования. Охарактеризовано содержание учебных дисциплин “Общая теория здоровья», “Физиология человека”, “Основы физической реабилитации», “Врачебно-педагогический контроль в физической реабилитации”. Обоснована роль спецкурсов в формировании готовности студентов к здоровьесберегающей деятельности и их преимущества: максимальная информативность, включение материалов современных научных исследований, различных концепций и новых взглядов на проблему. Описано содержание учебных и содержательных модулей спецкурсов “Организация здоровьесберегающей деятельности специалистов по физической реабилитации” и “Здоровьесберегающие технологии в физической реабилитации”. Приведен перечень знаний и умений студентов по итогам их изучения.*

**Ключевые слова:** *содержание, профессиональная подготовка, будущий специалист, физическая реабилитация, здоровьесберегающая деятельность, спецкурс.*

***Natalya Belikova. Informative Fillign of the Process of Preparation of Future Specialists in Physical Rehabilitation to Health-Saving Acitivity.*** *The article highlights the content of the process of preparation of future specialists in physical rehabilitation to health-saving activity. It was revealed the principles of structuring of educational information, systematicness, interactivity, modularity and addictiveness of structuring. It was characterized the content of educational disciplines “General health theory”, “Human physiology”, “Basics if physical rehabilitation”, “Medical and pedagogical control in physical rehabilitation”. It was grounded the role of special courses in formation of readiness of students to health-saving activity and their advantages, maximal informativity, including of the materials of modern scientific researches, different conceptions and new view on the problem. It was described the content of educational and substantial modules of specialized courses “Organization of health-saving activity of*

*specialists in physical rehabilitation” and “Health–saving technologies in physical rehabilitation”. It was presented a list of knowledge and skills of students according to results of their studying.*

**Key words:** *content, professional preparation, future specialist, physical rehabilitation, health–saving activity specialized course.*