

## **ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ**

УДК 378.14

**О. М. Бурка**

### **ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ ПІДГОТОВКИ РЕАБІЛІТОЛОГІВ ДО ВИКОРИСТАННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ**

Здоров'я людини з прадавніх часів вважається найважливішою цінністю людства, адже у разі відсутності здорового працездатного населення якісне функціонування суспільства не є можливим.

Суспільна потреба у збереженні, відновленні та зміцненні здоров'я населення, а також бажання громадян нашої країни бути здоровими, породжує попит на фахівців-реабітологів, так як вони поєднують в собі знання медичного та фізкультурного напрямку.

Соціальне значення професії реабітолога підкріплюється тим, що лікування за допомогою вправ та інших засобів фізичної реабілітації прискорює одужання та забезпечує системний вплив на організм пацієнтів без використання додаткового медичного устаткування, зводячи до мінімуму матеріальні витрати. При цьому, знання фахівцями-реабітологами нозологій, патологій та основ лікарсько-педагогічного контролю знижує можливість помилки у процесі відновлення.

Реагуючи на потреби суспільства, держава приділяє увагу підготовці фахівців з фізичної реабілітації у ВНЗ, створюючи умови для навчання за спеціальністю на двох рівнях – бакалавра та магістра.

*Мета:* полягає в аналізі сучасного стану підготовки майбутніх реабітологів до використання фізкультурно-оздоровчих технологій

*Завдання:*

- дослідити сучасний стан проблеми підготовки майбутніх реабітологів;
- з'ясувати необхідність підготовки до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності фахівця з фізичної реабілітації.

*Методи:* для вирішення поставлених завдань було використано метод аналізу та узагальнення наукових джерел і матеріалів мережі Інтернет.

У відповідності до Наказу Міністерства освіти і науки України «Про затвердження і введення в дію стандартів вищої освіти із галузей знань», фізичну реабілітацію разом зі спеціальностями медичної сфери віднесено до напрямку «Охорона здоров'я».

Проте, реалії професійної діяльності реабітологів вимагають від них не тільки лікувальних знань і умінь, а й умінь використання засобів фізичної культури, спрямованих на відновлення та підтримку здоров'я

пацієнтів. Одним з них виступають фізкультурно-оздоровчі технології, під якими, зазвичай розуміють програми дій, спрямованих на системну організацію локомоцій людини засобами фізичної культури з метою зміцнення здоров'я та профілактики захворювань.

Цей засіб фізичної реабілітації широко застосовується для корекції та повернення здоров'я та рівня працездатності населення України та світу. Адже як відомо розвиток за збереження фізичного та інтелектуального здоров'я нації відбувається через фізичну активність (Іваночко). А робота у аеробному режимі покращує розвиток психомоторних та професійно важливих якостей, вмінь та навичок (Самбур), а систематичні заняття стимулюють зростання показників рівня та якості здоров'я (Л. Букова, Є. Урюпін) [8].

ФОТ є універсальним засобом оздоровлення. С. Крошка і О. Матліна у своєму дослідженні демонструють можливість застосування різних оздоровчих технологій (степ-аеробіка, імунна аеробіка, звіробіка) для дітей дошкільного віку, адже вони сприяють покращенню показників кардіо-респіраторної системи, формування правильної постави, зміцненню м'язів, нормалізації функціонування нервової системи без використання додаткового устаткування, а що найважливіше – без медикаментозного втручання [9].

Фізкультурно-оздоровчі технології є гнучким та дієвим засобом профілактики та відновлення рівня здоров'я. Важливе місце вони займають у сучасних програмах фізичного виховання у школі. Адже ФОТ не змінюють логіку навчально-виховного процесу та відмінюють жорстку нормативність занять. А варіативність, розробка та впровадження новітніх засобів фізкультурно-оздоровчого характеру на уроках фізкультури додає привабливості та стимулює зацікавленість у їх відвідуванні [6; 7].

Основними показниками функціонального здоров'я є рівень розвитку фізичних якостей та часу відновлення після навантаження. В. Іваночко у своєму дослідженні наводить докази зростання вдвічі показників гнучкості, швидкості, швидкісної витривалості та відновлення показників серцево-судинної системи після навантаження як результат впровадження в заняття фізичної культурою в ВНЗ.

В іншому дослідженні цього автора, що стосується вже підвищенню рівня здоров'я студенток, що віднесені до спеціальної медичної групи, наведено позитивну динаміку підвищення рівня здоров'я. Так наприкінці дослідження середній рівень здоров'я збільшився з 64 до 92%.

ФОТ є не лише засобом корекції здоров'я, а й може використовуватись як частина процесу виховання. М. Верховська рекомендує на засадах фізкультурно-оздоровчих технологій здійснювати навчання здоровому способу життя студентів. Адже даний засіб містить в собі усі потрібні принципи для збільшення кількості здорового населення країни: сприяння розвитку вибіркового, позитивного

ставлення до ФОТ, індивідуальність, діяльність підходу (забезпечення самоосвіти та самовдосконалення) та ін. [5].

В сучасному світі жінка відіграє істотну роль у функціонуванні країни, найголовніша функція – материнство та виховання дітей – лежить на їх плечах. А отже підтримка та збільшення рівня здоров'я є актуальною проблемою сьогодення. У роботах М. Івлева, А. Лапутіна, Л. Костюніної та ін. надано докази позитивного впливу фізкультурно-оздоровчих технологій на жіночий організм, а також розроблено конкретні програми та методи для самостійних занять та можливості змінювати види тренувань для підтримання принципу варіативності в фізичному вихованні [2].

Тренувальний ефект ФОТ можна прослідкувати на прикладі впливу занять з фітнесу у чоловіків першого та другого віку. У дослідженні С. Юрчука висвітлені переваги занять фізкультурно-оздоровчими технологіями – підвищення рівня фізичного здоров'я, позитивні зміни у функціональних системах організму, а також підвищення імунітету (значне зменшення кількості респіраторних захворювань) [11].

Як ми бачимо, фізкультурно-оздоровчі технології поширене явище у фізичній реабілітації і фізичному вихованні. Системний вплив даного засобу виводить його на одне з перших місць серед потреб різних верств суспільства у системі здоров'язбереження. Такий високий попит на ФОТ піднімає питання спеціалістів, які будуть проводити, контролювати та оцінювати якість та ефективність обраної методики.

Найголовнішим аспектом у реалізації засобів відновлення та збереження здоров'я є професійно-практична фахівця. Тому треба звернути увагу на стан та склад сучасних програм з підготовки майбутніх реабілітологів.

Аналіз ОПП та ОКХ свідчить про те, що процент практичних фахових дисциплін повільно збільшується з кожним курсом і доходить майже 50 відсотків на магістерському рівні.

Так на першому курсі майбутні реабілітологи отримують теоретичні знання загального характеру (анатомія, фізіологія, біохімія, вступ до спеціальності та ін.), а також практичні навички використання елементів спорту – гімнастики та плавання. На другому курсі до методик викладання додається легка атлетика та рухливі ігри.

Профільні дисципліни практичного характеру починаються з третього курсу, основний акцент робиться на лікувальній фізичній культурі, масажі та елементах спортивних ігор. На четвертому курсі з'являються «Оздоровчі технології фізкультури та спорту», а магістранти вивчають «Професійну кінезіологію», «Адаптивне фізичне виховання» та «Фізичну реабілітацію різних нозологічних форм (в терапії, в педіатрії та ін.)».

Т. Бойчук, М. Голубєва, О. Левандовський роблять спробу створити універсальний навчальний план та закріпити його на державному рівні. Автори наводять конкретні назви дисциплін та їх розташування у процесі навчання. Слід зазначити, що майже все дисципліни мають теоретичних

характер. А практичні дисципліни винесені на останній рік бакалаврату та також починаються з теоретичного вивчення, практична складова реалізується під час практики. Це мотивується тим, що професія реабілітолога багатогранна та потребує від фахівця не лише реалізації засобів фізичної реабілітації, а й мати уявлення про етіологію і патогенез, теорію та методіку фізичного виховання, вміння працювати з документами хворих [4].

Що стосується магістерського рівня, то підготовка наразі більш теоретичного характеру, спрямована на вдосконалення та поглиблення отриманих у бакалавраті знань і вивчення спеціальних дисциплін, що стануть фундаментом у подальшій професійній діяльності. Загальний навчальний час включає теоретичну підготовку (нормативні дисципліни – 24/30 кредитів відповідно у професійних та дослідницьких програмах, вибіркові дисципліни – 36/60 кредитів) та практичну підготовку – 21/30 кредитів відповідно до програми [3].

Як ми бачимо більшість досліджень професійної підготовки фахівців з фізичної реабілітації приділені створенню державного стандарту підготовки та визначенню умов для повноцінної ефективної підготовки майбутніх реабілітологів спрямовані на теоретичні розробки та пошуки ідеальних складових підготовки фахівців-реабілітологів. А практична складова зводиться до навчання найпоширенішим засобам фізичної реабілітації – ЛФК та масажу.

Г. Атанов та І. Пустиннікова пропонують оптимізацію підготовки реабілітологів через реалізацію домінування практичного навчання. Вони вважають, що вирішальним має бути характер майбутньої професійної реалізації, а кінцевим результатом – оволодіння навичками та способами дій для реалізації їх на практиці, а не сухе теоретичне закарбовування знань. Отриманні знання мають слугувати поясненням практичних дій та готувати до їх реалізації, а не бути теоретичним баластом. Важливим компонентом якісної освіти реабілітолога є можливість участі у квазіпрофесійній діяльності під час навчання, яка надасть змогу не просто запам'ятовувати інформацію, а вміння реалізувати її на практиці [10].

Але як свідчить аналіз публікацій, що стосуються питання прикладної готовності фахівців з фізичної реабілітації, ми можемо зробити висновок що, основне навантаження для надання та закріплення практичних знань, вмінь та навичок університети покладають на педагогічну, виробничу та навчально-організаційну практики.

Так Н. Бабич у своїй роботі визначає мету кожної з них. Найголовнішим завданням навчально-організаційної практики (2 курс) є створення уявлення майбутнього фахівця про професію цей захід має «учнівську модель», що дозволяє поринути у квазіпрофесійну діяльність.

Педагогічна практика надає можливість отримати реальні вміння зі спілкування та управління верствами населення, що можуть бути одним з контингентів здійснення професійної діяльності. Також важливим досвідом стане отримання практичних вмінь в проведенні та розробці фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Виробнича практика – найважливіший етап професійної підготовки студентів з фізичної реабілітації, адже від майбутнього фахівця вимагають не лише реалізації практичних знань та вмінь (розробка програм, проведення занять з лікувальної гімнастики, масажу, та ін.), а й чіткого дотримання правил та трудової дисципліни.

Для ефективного використання фізкультурно-оздоровчих технологій на практиці необхідно мати достатній рівень прикладної підготовки студентів-реабітологів у ВНЗ. Але сучасний теоретично спрямований підхід у навчанні не може забезпечити якісну підготовку до їх реалізації на практиці та у професійній діяльності. А можливість спроби випробувати ФОТ у реальному житті під час педагогічної практики не відповідає принципам систематичності навчання та зв'язку теорії з практикою [1].

В процесі вивчення та аналізу літературних джерел за темою дослідження, виявлено невідповідності між:

- потребою суспільства у фахівцях, здатних впливати на психофізичний стан клієнтів засобами інноваційних фізкультурно-оздоровчих технологій і спрямуванням навчального процесу на традиційні засоби такого впливу: масаж, лікувальну фізкультуру, а також елементи окремих видів спорту;

- попитом на фізкультурно-оздоровчі послуги та відсутністю належно розроблених педагогічних умов, змісту, форм та методів підготовки майбутніх реабітологів до використання таких технологій у професійній діяльності.

- необхідністю набуття майбутніми реабітологами досвіду використання фізкультурно-оздоровчих технологій і реаліями їхньої професійної підготовки, що характеризується недостатністю методичного забезпечення квазіпрофесійної діяльності;

Розв'язання суперечностей має відбуватися одразу на декількох рівнях:

- теоретичному – виявлення основних понять та дефініцій організації професійної підготовки реабітологів до використання фізкультурно-оздоровчих технологій;

- науково-методичному – розробка концептуальних, теоретичних та методичних основ підготовки фахівців з фізичної реабілітації відповідно до сучасних вимог;

- технологічному – підвищення рівня практичної готовності через впровадження інноваційних методів у підготовку спеціалістів.

Отже, актуальність питання реалізації функцій фізичної реабілітації, недостатній рівень уваги до підготовки фахівців цієї спеціальності до використання ФОТ (при існуючому попиті), наявність невідповідностей у професійній освіті обумовлюють спрямування нашої наукової роботи на розробку та впровадження теоретико-методичного забезпечення підготовки реабітологів до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності.

**Список використаної літератури**

- 1. Бабич Н. Л.** Організація та зміст практичної підготовки бакалаврів напряму «Здоров'я людини» / Н. Л. Бабич // Наука і освіта. – 2013. – №4. – С. 60–63.
- 2. Бибик Р. В.** Анализ современных оздоровительных технологий используемых в процессе физического воспитания женщин первого зрелого возраста / Р. В. Бибик // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – 2008. – №4. – С. 16–27.
- 3. Бісмак О. В.** Характеристика программы подготовки магистров физической реабилитации в Украине. Проблемы и перспективы / О. В. Бісмак, О. В. Пешкова, О. М. Авраменко // Актуальні проблеми валеології і реабілітації : матеріали Всеукр. наук-практ конф – К., 2011. – С. 78–82.
- 4. Бойчук Т. В.** Концептуальні засади становлення і розвитку спеціальності «Фізична реабілітація» в Україні / Т. В. Бойчук, М. Г. Голубева, О. С. Левандовський // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. – 2008. – Т. 3. – С. 11–16.
- 5. Верховська М. В.** Форми фізкультурно-оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів / М. В. Верховська // Вісник Запорізького національного університету. Фізичне виховання та спорт. – 2014. – №1. – С. 11–19.
- 6. Верховська М. В.** Готовність учителя фізичної культури до використання фізкультурно-оздоровчих технологій у роботі з учнями загальноосвітніх навчальних закладів як педагогічна проблема / М. В. Верховська // Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах. – 2014. – Вип. 34. – С. 405–411.
- 7. Верховська М. В.** Психолого-педагогічні основи формування здорового способу життя студентів ВНЗ у процесі занять з фізичного виховання засобами фізкультурно-оздоровчих технологій [Електронний ресурс] / М. Верховська // Зб. наук. праць Бердянського державного пед. ун-ту. Педагогічні науки. – 2013. – №4. – С. 17–22.
- 8. Іваночко В. В.** Використання сучасних оздоровчих технологій у фізкультурно-оздоровчій діяльності студентів / В. Іваночко, І. Грибовська, І. Блащак, Л. Дмитренко // Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення : матеріали ІХ Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. – Л. : ЛДУФК, 2014. – С. 120 – 123.
- 9. Крошка С. А.** Використання оздоровчих технологій в аспекті валеологічного виховання дітей дошкільного віку / С. А. Крошка, О. В. Матліна // Еколого- валеологічне виховання дітей дошкільного віку в сучасному освітньому просторі: матер. II Міжнар. наук.-практ. інтернет-конференції. – Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2015. – С. 201–206.
- 10. Фастівець А. В.** Формування діагностичної компетентності майбутніх фахівців з фізичної реабілітації в процесі вивчення професійно-орієнтованих дисциплін [Текст] : дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / Фастівець Анна Віталіївна ; Полтавський Національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка. – Полтава, 2015. – 283 арк.
- 11. Юрчук С. М.** Використання сучасних фітнес технологій у фізкультурно-оздоровчих

заняттях із чоловіками в умовах фітнес клубу / С. М. Юрчук // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2011. – №12. – С. 132–134.

**Бурка О. М. Постановка проблеми підготовки реабілітологів до використання фізкультурно-оздоровчих технологій**

В статті наведено результати дослідження сучасного стану підготовки реабілітологів до використання фізкультурно-оздоровчих технологій. Проведено аналіз більше 50 літературних джерел та матеріалів мережі Інтернет. Дослідження змісту освітньо-професійної програми та освітньо-кваліфікаційної характеристики демонструє наявність невідповідностей у сутності практичної освіти та підкреслює недостатній ступінь реалізації функції навчання майбутніх фахівців з фізичної реабілітації до використання ФОТ у професійній діяльності. Встановлено, що забезпечення підготовки до реалізації фізкультурно-оздоровчих технологій знаходиться на низькому рівні та потребує створення та впровадження інноваційних та квазіпрофесійних умов. Виокремлено кілька суперечностей та запропоновані шляхи їх вирішення.

*Ключові слова:* фахівець з фізичної реабілітації, підготовка, фізкультурно-оздоровчі технології.

**Бурка Е. Н. Постановка проблемы подготовки реабилитологов к использованию физкультурно-оздоровительных технологий**

В статье представлены результаты исследования современного состояния подготовки реабилитологов к использованию физкультурно-оздоровительных технологий. Проведен анализ более 50 литературных источников и материалов сети Интренет. Исследование содержания образовательно-профессиональной программы и образовательно-квалификационной характеристики демонстрирует наличие несоответствий в сущности практического обучения и подчеркивает недостаточную степень реализации функции обучения будущих реабилитологов к использованию ФОТ в профессиональной деятельности. Установлено, что обеспечение подготовки к реализации физкультурно-оздоровительных технологий находится на низком уровне и требует создания и внедрения инновационных и квазипрофессиональных условий. Выделено несколько противоречий и предложены пути их решения.

*Ключевые слова:* специалист по физической реабилитации, подготовка, физкультурно-оздоровительные технологии.

**Burka O. The Statement of the Problem of Preparation of Rehabilitation Specialists for the Use of Physical Culture and Health Technologies**

The article presents the results of a study of the current state of preparation of rehabilitation specialists for the use of physical culture and

health technologies (PCHT). More than 50 literary sources and materials of the Internet have been analyzed.

The analysis of the information showed the lack of proper attention to the practical training of specialists in the field of physical rehabilitation. Studies of the modern Ukrainian and foreign researchers are aimed at building theoretical models, justifying the pedagogical conditions of preparation, and a significant proportion of research is aimed to creating a single standard of training and securing it at the state level.

The study of the contents of the educational and professional program and the educational and qualifying characteristics demonstrates the existence of inconsistencies in the essence of practical training and emphasizes the insufficient degree of realization of the function of training future rehabilitation specialists for using the PCHT in professional activities. It is established that the provision of preparation for the rationalization of physical fitness and health technologies is at a low level and requires the creation and implementation of innovative and quasi-professional conditions. Several contradictions have been singled out and ways of their solution have been suggested.

*Key words:* physical rehabilitation specialist, training, physical culture and health technologies (PCHT)

Стаття надійшла до друку 25.03.2017 р.

Прийнята до друку 27.04.2017 р.

Рецензент – д. п. н., проф. Глоба О. П.