

differentiate, to create conditions for learning in the form of cooperation, to develop the autonomy of students in the study of foreign languages.

Originality. *The problem of studying of professional-personal self-determination of future foreign languages teachers in conditions of higher education informatization is unexplored because amount of works are devoted to the future teachers training and their professional-personal self-determination considering it separately and paying more attention to the other specialties.*

Conclusion. *It is revealed that higher education informatization offers new opportunities in solving relevant didactic tasks, including supporting the student in personal and professional self-determination. Humanistic value of pedagogical support lies in its focus on the development of the motivational and semantic orientation of the teacher of future foreign languages teachers and individual self-development, which determine the implementation of personal potential.*

Key words: *professionalism; self-determination; teacher; foreign language; informatization of education; institutions of higher education; educational process; educational paradigm.*

*Одержано редакцією 11.01.2018
Прийнято до публікації 18.01.2018*

УДК 378 (045)

БЕСПАЛОВА Оксана Олександрівна,
викладач кафедри здоров'я, фізичної терапії,
реабілітації та ерготерапії, Сумський державний
педагогічний університет ім. А. С. Макаренка,
Україна
e-mail: olya.dina@gmail.com

МЕТОДИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ РЕАБІЛОЛОГА

Анотація. *Автором висвітлено основні методичні правила організації сучасних форм фізкультурно-оздоровчих технологій. Доведено, що їх ефективність впливає на рівень засвоєння необхідних життєво важливих умінь і навичок, підвищення стану здоров'я, функціональної підготовленості людини, сприяє розвитку когнітивних процесів та інтелектуальної сфери, мотивує людину до активної участі в фізкультурно-оздоровчому процесі.*

Ключові слова: *фізкультурно-оздоровчі технології; професійна діяльність; фізична реабілітація; здоров'я; рухова активність; відновлення; засоби фізичної культури; фітнес-технології.*

Постановка проблеми. Нині процес підготовки майбутніх фахівців із фізичної реабілітації супроводжується певною кількістю організаційних, методичних і фінансових проблем. Проте ключовою залишається проблема формування його творчого потенціалу і готовності до сучасної інноваційної діяльності в суспільстві. Аналіз досліджень змісту та історичного розвитку сфери фізичної культури і спорту вказує на стійку тенденцію переходу від традиційних до новітніх видів фізкультурно-оздоровчої діяльності, упровадження інноваційних форм, засобів і методів організації занять [1, с. 320–333; 3, с. 8]. Це підтверджується масштабним створенням і функціонуванням різних спортивних клубів, секцій та інших організацій, у програмах яких базовими є сучасні фітнес-технології. Відповідно до цього, майбутній фізичний реабілітолог для успішної реалізації свого професійного потенціалу повинен досконало володіти теоретичними знаннями щодо особливостей кожної сучасної оздоровчої технології та методики її застосування в фізкультурно-оздоровчому процесі [8, с. 371–374].

Поряд із цим, підготовка майбутніх фахівців із фізичної реабілітації в системі професійної освіти не може бути повною мірою забезпечена тільки засвоєнням теоретичних матеріалів. Адже важливим залишається готовність майбутнього реабілітолога до практичного застосування набутих знань і вмінь в умовах вирішення конкретних професійних завдань [3, с. 48–53].

Отже, аналіз системи теоретичної та практичної підготовки майбутніх фахівців із фізичної реабілітації є актуальною проблемою в сучасній педагогічній науці.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема здорового способу життя, подолання хвороб у сфері фізичного і психічного здоров'я дітей, підлітків і дорослого населення є надзвичайно актуальною. Її висвітлено в переліку чинних державних документів, зокрема, у державній національній програмі «Державна програма розвитку фізичної культури і спорту», Міжгалузевій комплексній програмі «Здоров'я нації», законах України «Про освіту», «Про фізичну культуру і спорт», «Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту», «Національна доктрина розвитку освіти України у XXI столітті» [2, с. 5–7]. Принципи оздоровчої спрямованості фізичного виховання найбільш широко висвітлюються і конкретизуються у фізкультурно-оздоровчих технологіях.

Питанням розвитку теорії фізичного виховання й упровадження сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій є достатньо значущим педагогічним аспектом. Теоретичними засадами дослідження є наукові праці фахівців у сфері формування культури здоров'я і здорового способу життя (А. І. Міжеєнко, В. К. Бальсевич, М. Я. Віленський, О. Л. Трещева); фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми в умовах закладів освіти (Ю. М. Корж, М. В. Верховська, Л. Л. Головіна, Ю. А. Копилов), за місцем проживання (Г. П. Богданов та ін.); фізкультурно-оздоровчої роботи як однієї з форм діяльності, що спрямована на збереження індивідуального здоров'я (А. І. Міхеєнко, В. І. Жолдак та ін.). Шляхи підвищення результативності підготовки реабілітологів до професійної діяльності, а також аналіз історично сформованих, широко відомих технологій і розроблення нових описана в наукових працях М. М. Булатова, Є. С. Вільчковського, Л. В. Волкова, Г. В. Дзяк, О. Я. Дубинської, Т. Ю. Круцевич, Л. С. Міхно, І. В. Муравова, Б. М. Москаленка, П. О. Мухіна, В. Н. Платонова, Б. М. Шияна, К. Д. Ушинського та інших.

Незважаючи на значну кількість наукових публікацій, діючу практику різнобічної підготовки фізичних реабілітологів, що спрямована на реалізацію професійної діяльності в системі професійної освіти, необхідний подальший пошуку найбільш ефективних шляхів даної підготовки, оскільки питання її результативності недостатньо опрацьовані.

Метою статті є теоретичне обґрунтування найвагоміших методичних особливостей організації та проведення фізкультурно-оздоровчих технологій.

Виклад основного матеріалу. Технології як ефективна система заходів профілактичної роботи з людьми спрямована на збереження і зміцнення здоров'я, отримали назву «здоров'язберігаючих технологій».

Поняття «здоров'язберігаючі педагогічні технології» дискусійні, тому в різних авторів зустрічаються різні трактування. Так, уперше термін «здоров'язберігаючі освітні технології» був сформульований Н. К. Смірновим як сукупність форм і методів організації навчання дітей без шкоди для їхнього здоров'я, як якісну характеристику будь-якої педагогічної технології за критерієм її впливу на здоров'я дитини і педагога. Окрім того, науковцем було підкреслено, що саме визначення поняття «здоров'язберігаючих» відноситься до якісної характеристики будь-якої педагогічної технології, яка б показала, наскільки при реалізації даної технології вирішується завдання збереження здоров'я основних суб'єктів освітнього процесу – дітей і їхніх батьків, педагогів. Здоров'язберігаючі технології можна розглядати як сертифікат безпеки для здоров'я і як

сукупність тих принципів, прийомів, методів педагогічної роботи, що доповнюють традиційні педагогічні технології завданнями здоров'язбереження.

Одним із видів здоров'язберігаючих технологій є фізкультурно-оздоровчі. Фізкультурно-оздоровчі технології – це основні правила застосування спеціальних знань і вмінь, способів організації й здійснення конкретних дій, що необхідні для виховання фізкультурно-оздоровчої діяльності.

На думку Є. К. Куликовича, Н. В. Зеньковича (2001), під фізкультурно-оздоровчою діяльністю розуміється частина загальної культури особистості, яка включає фізичні здатності людини, її почуття й свідомість, психіку й інтелект, та забезпечує формування стійких соціально-психологічних проявів, позитивної мотивації, ціннісних орієнтацій, інтересів і потреб.

Е. В. Макаревич зазначає, що фізкультурно-оздоровчі технології орієнтуються на фізичний розвиток через загартування, розвиток сили, витривалості, швидкості, гнучкості та інших якостей, передбачають систему дій реабілітолога, певних засобів навчання і виховання, а також способів їх застосування, що спрямовані на фізичний розвиток людини, і реалізуються в різних формах фізичної культури.

Головною метою сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій є створення необхідних умов для зміцнення здоров'я людей як найвищої соціальної цінності через підвищення рівня їхньої рухової активності [3, с. 48–53]. Окрім того, фізкультурно-оздоровча діяльність повинна бути відкритою системою для набуття особистого досвіду оздоровчої фізичної культури фізичного реабілітолога з метою створення передумови для залучення більшості людей в організовану фізкультурно-оздоровчу діяльність, яка дозволяє задовольнити фізіологічно необхідну норму рухової активності, що сприяє нормальному розвитку всіх систем і моторики організму [4, с. 7].

Вибір фізкультурно-оздоровчих технологій залежить, насамперед, від професійної компетентності фізичного реабілітолога, а також індивідуальних особливостей людини (віку, статі, виду і характеру захворювання, особливостей працездатності, виду порушень або відхилень у стані здоров'я) і матеріально-технічної бази.

Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології, які застосовуються в системі освіти, спрямовані на залучення людей до фізичної культури і впровадження розвивальних форм оздоровчої роботи [5, с. 56–60].

Фізкультурно-оздоровчі технології можуть здійснюватися з найрізноманітніших напрямів: шейпінг, аеробіка, фітнес, бодібілдинг, калланетик, Ізотон, а також біг, туризм, плавання як оздоровчі види спорту, інші види діяльності, які застосовуються в дозвільній діяльності.

Для реалізації якісної фізкультурно-оздоровчої роботи, створення здоров'язберігаючих умов розвитку людини, необхідно будувати освітній процес на діагностичній основі [6]. Аналіз науково-методичної літератури вказує на необхідність обов'язкових діагностичних обстежень, які включають оцінювання фізичного розвитку за антропометричними, фізіометричними і соматометричними показниками з обов'язковим проведенням порівняльного аналізу з даними попередніх обстежень і спостережень. При необхідності проводити додаткові обстеження людини в залежності від діагнозу та індивідуальних особливостей розвитку людей при плануванні й реалізації освітнього процесу.

Серед основних методичних рекомендацій, які висуваються до реабілітолога при реалізації фізкультурно-оздоровчих технологій, відносять: урахування індивідуальних особливостей людини; контроль результатів медичних оглядів, їх облік у динаміці; отримання основних педагогічних принципів (доступності, індивідуальності, поступовості, систематичності); забезпечення такого підходу до оздоровчого процесу, який гарантував би підтримання тільки сприятливого морально-психологічного клімату на заняттях.

Організовуючи фізкультурно-оздоровчу діяльність із будь-яким контингентом, фізичний реабілітолог повинен самостійно обирати форму подачі інформації, спираючись на принцип доступності. Саме в умінні організовувати заняття полягає ефективність оздоровчого процесу, який залежить від правильно підібраних форм і методів його організації. Форма навчання – це узгоджена діяльність вихователя й вихованця, яка здійснюється в певному порядку і режимі [1, с. 320–354.]. Вибір форми навчання зумовлюється програмним змістом оздоровлення відповідно до індивідуальних особливостей людини і професійної майстерності реабілітолога. Вона включає в себе не тільки систематичні цілеспрямовані заняття фізичними вправами з метою зміцнення здоров'я, але і вирішення тісно пов'язаних із ними проблем правильного харчування, психічної регуляції, формування індивідуального стилю життя, виховання активної життєвої позиції.

Не менш важливим є ведення індивідуального контролю за основними показниками розвитку, застосовуючи щоденники самоконтролю, «Екрани здоров'я» або «Паспорт здоров'я» з конкретними рекомендаціями. На основі таких даних складається методика фізкультурно-оздоровчої технології і наочно прослідковується результативність роботи.

Практичним виявом сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій у фізичному вихованні є різноманітні фітнес-програми, що створені, як правило, на основі різних за характером видів рухової активності [7, с. 371].

Висновки і перспективи подальших досліджень. Аналіз наукових джерел підтверджує, що головним завданням у підготовці майбутнього фахівця в закладі вищої освіти є професійно-педагогічна підготовка (методична, технічна, фізична) фахівців із фізичної реабілітації, а також формування особистості майбутнього реабілітолога, зміцнення його особистого здоров'я, формування життєво необхідних навичок і вмінь. Чітка і методично правильна організація реабілітологом фізкультурно-оздоровчої роботи ефективно впливає на рівень засвоєння необхідних життєво важливих умінь і навичок, підвищення стану здоров'я та функціональної підготовленості людини, сприяє розвитку когнітивних процесів та інтелектуальної сфери, мотивує людину до активної участі в фізкультурно-оздоровчому процесі.

Список використаних джерел

1. Булатова М. М. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні / М. М. Булатова, Ю. О. Усачов // Теорія і методика фізичного виховання / за ред. Т. Ю. Круцевич. – Київ : Олімпійська література, 2008. – Т. 2. – С. 320–354.
2. Викторов Д. В. Компетентностний поход в физкультурном образовании / Д. В. Багров. // Вестник ЮУрГУ «Образование, здравоохранение, физическая культура». – 2015. –Т. 15. – № 2. – С. 5–10.
3. Ільганаєва В. О. Формування професійного світогляду фахівців у галузі культури / В. О. Ільганаєва // Культура України : збірник наукових праць. – Харків, 2000. – Вип. 6. – С. 48–53.
4. Качан О. А. Упровадження інноваційних технологій у фізкультурно-оздоровчу та спортивну діяльність закладів освіти : навчально-методичний посібник / О. А. Качан. – Слов'янськ : Витоки, 2017. – 138 с.
5. Когут І. О. Фізкультурно-оздоровча робота в закладах освіти / І. О. Когут, В. Л. Маринич // Актуальні проблеми фізичної культури і спорту. – 2013. – № 26 (1). – С. 56–60.
6. Круцевич Т. Ю. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення : навч. посіб. / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня. – Київ : Олімп. л-ра, 2010. – 370 с.
7. Шинкарьов С. І., Толчева Г. В. Оздоровчі технології в системі фізичного виховання позааудиторній роботі зі студентами вищих навчальних закладів : IX Междунар. науч.-практ. конф. [«Олимпийский спорт, физическая культура, здоровье нации в современных условиях»]. – Луганск : Изд-во ЛНУ имени Тараса Шевченко, 2012. – С. 371–375.
8. Шиян Б. М. Підготовка вчителя фізичної культури третього тисячоліття / Б. М. Шиян // Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні : зб. наук. пр. – Рівне : Принт Пауз, 2001. – Вип. 2. – С. 371–374.
9. Марущак О. М. Поняття компетентності у педагогічній діяльності / О. М. Марущак // Креативна педагогіка : [наук.-метод. журнал] / Академія міжнародного співробітництва з креативної педагогіки «Полісся». – Житомир, 2016. – Вип. 11. – С. 97–108.

10. Усачев Ю. А. Физкультурно-оздоровительные технологии формирования фитнес-культуры студентов : учебное пособие / под ред. Ю. А. Усачева. – Киев : Издательство «Логос», 2015. – 200 с.

References

1. Bulatova, M. M., & Usachev, Yu. O. (2008). Modern Physical Culture and Health Technologies in Physical Education. *The theory and method of physical education*, Vol. 2, 320–354 (in Ukr.)
2. Viktorov, D. V. (2015). Competitive Campaign in Physical Education. *Bulletin YUURSU «Education, health care, physical culture»*, Vol. 15, Part. 2, 5–10 (in Ukr.)
3. Il'ganayeva, V. O. (2000). Formation of professional outlook of specialists in the field of culture. *Culture of Ukraine: collection of scientific work*, 6, 48–53 (in Ukr.)
4. Kachan, O. A. (2017). *Implementation of innovative technologies in physical culture and health and sports activities of educational institutions: a teaching manual*. Slavyansk (in Ukr.)
5. Kogut, I. O., & Marinych, V. L. (2013). Physical culture and health work in educational institutions. *Actual problems of physical culture and sports*, 26 (1), 56–60 (in Ukr.)
6. Krusevich, T. Yu., Bezverhnya, H. V. (2010). *Recreation in the physical culture of different population groups: teaching methods*. Kyiv (in Ukr.)
7. Shynkarov, S. I., & Tolchyva, G. V. (2012). Health-improving technologies in the system of physical education in non-audiences work with students of higher educational institutions. *Olympic sport, physical culture, health of the nation in modern conditions: IX Internat. scientific practice. conf. Lugansk: Publishing House of Taras Shevchenko National University* (in Ukr.)
8. Shiyan, B. M. (2001). Training of Physical Education Teacher of the Third Millennium. *Concept of development of the field of physical education and sport in Ukraine: collection of scientific work*. Rivne: Print Pause, 2, 371–374 (in Ukr.)
9. Maruschak, O. M. (2016). *Concept in pedagogical activity*. Creative pedagogy: Sciences.-method. journal. Zhitomir, 11, 97–108 (in Ukr.)
10. Usachev, Yu. A. (2015). *Physical Fitness and Fitness Technologies for the Formation of Fitness-Culture of Students: Textbook*. Kyiv: Publishing house «Logos» (in Ukr.)

Abstract. *BESPALOVA Oksana Aleksandrovna. Methodical features of the use of physical culture and health technologies in the professional activity of the rehabilitation.*

Introduction. *The role of a modern physical rehabilitation specialist is especially important in the field of physical culture and health activities, since they perform important social functions related to the formation of healthy lifestyle skills and the physical improvement of members of society. The problem of training future specialists in physical rehabilitation to the use of physical culture and health technologies is extremely relevant and requires the creation of an appropriate model for its implementation.*

Purpose. *A high level of professional training for future specialists in physical rehabilitation can be achieved through a model based on the training of specialists, which should include an assessment of the professional qualities of a specialist in the field of physical culture and health activities.*

Methods. *To form the professional competence of future specialists in physical rehabilitation at the highest level in the following components: communication activities; the ability to apply methods and means of physical fitness; ability to self-development.*

Originality. *Difficulties in preparing a modern specialist in the field of physical culture and health work lead us to the assumption that modern methods of training specialists should be modernized to a greater extent.*

Results. *During the study, it was discovered that future physical rehabilitation specialists should have theoretical knowledge and ability to apply their acquired knowledge and professional skills.*

Conclusion. *The main task of preparing a future specialist in a higher educational institution is vocational and pedagogical training (methodical, technical, physical) of specialists in physical rehabilitation, as well as formation of the personality of the future rehab, strengthening of his personal health, the formation of vital skills and abilities.*

Key words: *physical culture and health technologies; professional activity; physical rehabilitation; health; motor activity; restoration; means of physical culture; fitness technology.*

Одержано редакцією 11.01.2018
Прийнято до публікації 18.01.2018