

## ОСОБЛИВОСТІ РЕАЛІЗАЦІЇ ВАЛЕОЛОГІЧНОГО ПІДХОДУ В ПРОЦЕСІ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ

*У статті визначено особливості реалізації валеологічного підходу в процесі підготовки фахівців з фізичної реабілітації у вищому навчальному закладі. Досліджено проблему валеологічної підготовки як складової професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної реабілітації.*

**Ключові слова:** професійна валеологічна підготовка, фізична реабілітація, здоровий спосіб життя, вищий навчальний заклад.

В умовах сучасної глобальної екологічної кризи, одним із проявів якої є суттєве погіршення здоров'я людства, виникає природний інтерес до проблеми здоров'я. У цьому контексті привертає увагу валеологія як наука, заснована на принципово нових підходах до розуміння феномену здоров'я людини і механізмів його збереження. Посилення інтересу до цієї науки зумовлене тим, що проблема здоров'я людини постає як одна з найбільш гострих у глобальному масштабі, від вирішення якої залежить виживання людської цивілізації.

Загальновідомим є факт, що профілактика в медицині – це система заходів запобігання хворобам, збереження здоров'я й подовження життя людини. На жаль, медицина нині являє собою науку про хвороби людини, а не про її здоров'я. Унаслідок цього відбувається закономірний процес зростання багатьох захворювань, запобігти яким, відвернути які, не допустити їх виникнення було б цілком можливо, якби кожна людина окремо й суспільство загалом мали належний рівень культури здоров'я. Без усвідомленого ставлення до свого здоров'я неможлива й профілактика багатьох хвороб.

Проблема зміцнення та збереження здоров'я в умовах сьогодення набула загальнопланетарного масштабу й розглядається як така, що кардинально змінює подальший розвиток людини. Здоров'я населення є не самоціллю, а одним з потужних чинників соціально-економічного прогресу, воно – найкращий показник загального розвитку тієї чи іншої країни. Така стратегія соціально-економічного розвитку нашої країни впливає на формування особистості студентів, що приводить до глибоких змін у їхньому духовному, психічному й фізичному здоров'ї.

Національна доктрина розвитку освіти України у XXI столітті, Державна програма “Діти України”, Закони України “Про освіту”, “Про сприяння соціальному становленню та розвитку молоді в Україні”, Указ Президента України “Про заходи щодо розвитку духовності, захисту моралі та формування здорового способу життя”, Цільова комплексна програма “Фізичне виховання – здоров'я нації” створюють нормативно-правову базу, визначають провідні напрями реалізації завдань формування здорового способу життя, утвердження здоров'я як вищої соціальної цінності.

Одним з провідних шляхів зміцнення здоров'я дітей та молоді є створення сприятливих соціально-педагогічних умов, валеологічна підтримка всіх учасників освітнього процесу. Валеологічна освіта повинна стати складовою професійної підготовки майбутніх фахівців, яких потрібно готувати до валеологічної діяльності у шкільному освітньому просторі, валеологічного супроводу всіх форм соціально-педагогічної роботи з дітьми та шкільною молоддю.

**Мета статті** – визначити й обґрунтувати особливості реалізації валеологічного підходу в процесі підготовки фахівців з фізичної реабілітації.

Проблему здоров'я людини здебільшого пов'язують з ефективністю системи фізичного виховання (Е. Вільчковський, Г. Григоренко, О. Дубогай, С. Канішевський).

У наукових доробках О. Міхеєнка, В. Мухіна, Л. Сущенко розкрито загальні підходи до формування валеологічного світогляду й засад здорового способу життя; визначено головні напрями оптимізації способу життя, проаналізовано сучасні оздоровчі системи та програми.

Педагогічний аспект ціннісного ставлення до здоров'я репрезентовано в працях В. Андрєєва, О. Васильєва, О. Дубогай, І. Журавльова, С. Кириленко, В. Кукушкіна, А. Маслоу, М. Нікандрова, В. Оржеховської, О. Соколенко та ін.

Сутність проблеми здорового способу життя, формування культури здоров'я особистості зумовили появу нового наукового напрямку валеології, досліджень з проблем валеологічної освіти та виховання (Т. Бойченко, І. Брехман, М. Гончаренко, Т. Книш, Ю. Лісцин та ін.).

В умовах загострення оздоровчих і демографічних проблем суспільства виникла необхідність створення у вищих навчальних закладах нової спеціальності “Фізична реабілітація”, мета якої полягає в підготовці фахівців оздоровчої галузі.

Нині валеологія надає можливість знайти шляхи комплексного впливу на організм людини з метою його відновлення, збереження та зміцнення. Використання валеологічних технологій у системі реабілітаційних заходів надає можливість розширювати резерви фізіологічних функцій, відновлювати здатність організму до саморегуляції та самовідтворення, компенсувати наслідки функціональних розладів.

В умовах сьогодення розвиток нової спеціальності “Фізична реабілітація” супроводжується активним обговоренням проблем методологічного, теоретичного та професійно-прикладного характеру. При цьому поняття “фізична реабілітація” науковці трактують по-різному.

Для з'ясування змістової наповненості діяльності фахівців цієї сфери наведемо декілька визначень вищезазначеного поняття.

“Фізична реабілітація – складова медичної, соціальної і професійної реабілітації, система заходів з відновлення або компенсації фізичних можливостей та інтелектуальних здібностей, підвищення функціонального стану організму, покращання фізичних якостей, психоемоційної стійкості та адаптаційних резервів організму людини засобами та методами фізичної культури, елементів спорту, масажу, фізіотерапії і природних чинників” [7, с. 19].

В. Кукса визначає фізичну реабілітацію як навчально-професійну галузь науково-практичних знань природничо-валеологічного й фізкультурно-реабілітологічного напрямів, що вивчає закономірності механізмів оздоровлення хворої людини з метою досягнення нею оптимального рівня функціонування систем організму, розвитку здібностей у пристосуванні до незалежної діяльності в різних сферах соціальних відносин, покращення якості життя, внутрішньої й навколишньої екології за рахунок засобів рухової активності, природовикористання, підвищення власної відповідальності за індивідуальне здоров'я [3].

Отже, проаналізувавши вищезазначені дефініції, можемо стверджувати, що діяльність фахівця з фізичної реабілітації має на меті відновлення або покращення функціонального стану та загальне оздоровлення організму людини з використанням засобів фізичної культури і природних чинників.

Учені зазначають, що пізнання механізмів оздоровлення та компетентне управління ними є предметом дослідження як валеології, так і фізичної реабілітації [1; 3; 4], значний обсяг завдань якої, по суті, перебуває в межах компетенції валеології, що зумовлює широке загальне поле професійної діяльності. Неможливо розглядати професійну підготовку спеціаліста оздоровчої галузі, зосередившись тільки на окремих функціональних системах чи засобах впливу на них. Саме тому спектр професійної діяльності фахівця з фізичної реабілітації значно розширюється, і прагнення деяких авторів ототожити фізичну реабілітацію з лікувальною фізичною культурою видається не зовсім обґрунтованим. Лікувальна фізкультура може і повинна бути однією з головних ланок у ланцюгу оздоровчих засобів фізичної реабілітації [5].

Отже, поняття “фізична реабілітація” та “валеологія” розглядатимуться нами в органічній єдності. Так, цінність для нашої роботи мають розробки сучасних учених, зокрема А. Щедріної, яка розглядає валеологію як науку про формування, підтримання та реабілітацію здоров'я засобами здорового способу життя. Решта – медицина.

Поставивши в центр своїх науково-практичних інтересів відновлення здоров'я людини, валеологія (як і фізична реабілітація) повинна визначитися з розумінням сутності здоров'я, чинників і процесів, які формують цей стан, що надзвичайно важливо в плані постановки питання про шляхи та можливість оздоровчого впливу на організм людини. Конкретизація сутності індивідуального здоров'я та визначення його рівня – одна з найголовніших методологічних проблем валеології, без вирішення якої не може відбутися ні валеологія як наука, ні практика профілактики хвороб [1].

Так, О. Міхеєнко валеологічну підготовку фахівців з фізичної реабілітації визначає як комплекс організаційних і психолого-педагогічних заходів, що забезпечують формування у студентів знань, умінь та практичних навичок з валеології, засвоєння яких впливає на ефективність професійної діяльності, сприяє розвитку професійної майстерності і компетентності, створює готовність до виконання професійних обов'язків [4, с. 22].

Варто наголосити, що в умовах модернізації професійної освіти підготовка майбутнього фахівця спеціальності “Фізична реабілітація”, який має

міцне здоров'я та володіє високим рівнем культури здоров'я, є передумовою ефективності майбутньої професійної діяльності.

Структуру валеологічної підготовки майбутнього фахівця з фізичної реабілітації було визначено шляхом конкретизації її компонентів, що взаємопов'язані та поділені на три групи: теоретична підготовка з питань валеології (когнітивний компонент), практична підготовка з питань валеології (операційно-діяльнісний компонент) і ставлення до виконання валеологічної діяльності у сфері фізичної реабілітації як до найвищої професійної цінності (рефлексивно-ціннісний компонент).

Зазначені підходи свідчать про те, що одним із важливих елементів готовності до подальшої професійної діяльності є професійна самосвідомість майбутнього фахівця. Усвідомлюючи себе, суб'єкт розуміє рівень відповідності своїх особистісних властивостей професійним нормам. Керуючись самосвідомістю, суб'єкт формує своїми діями нові властивості своєї особистості. Усвідомлення суб'єктом свого буття є переходом у якісно новий духовний стан. У цьому процесі він зіставляє себе з об'єктивним світом і знаходить у ньому своє місце та орієнтири для діяльності. Усвідомлення зв'язку із зовнішнім світом, адекватності поведінки є основною ознакою наявності в суб'єкта самосвідомості. Самосвідомість є констатувальною ознакою особистості, яка формується разом із її становленням. Вона сприяє формуванню в людини системи цінностей, тобто тих духовних орієнтирів, які згодом знаходять своє вираження в конкретних цілях, усвідомленні типів відносин між людьми, ставленні до різних явищ соціальної дійсності [6].

Ставлення до валеологічної діяльності є важливим компонентом професійної самосвідомості й необхідною умовою формування готовності до її виконання. Від того, буде це ставлення позитивним чи негативним, короточасним, випадковим або стабільним, значною мірою залежить ефективність діяльності, міра активності фахівця, з якою він прагнучиме досягти позитивних результатів у своїй праці [2].

Глибокий аналіз досліджуваної проблеми дає можливість стверджувати, що здоров'я людини являє собою багатокомпонентну ієрархічну структуру і є наслідком дії величезної кількості різногалузевих чинників, вплив яких не можна зводити до результативності (ефективності) однієї лише фізичної культури. Тобто фізичні вправи при однобічному їх застосуванні не можуть повністю нейтралізувати або компенсувати вплив комплексу негативних чинників, і тому при вирішенні оздоровчих завдань окреме застосування будь-яких вузькопрофільних заходів не буде таким ефективним, як комплексне використання оздоровчих технологій [4].

З огляду на те, що головними суб'єктами процесу фізичної реабілітації визнаються як інваліди з ушкодженнями опорно-рухового апарату, так і хронічно хворі, реконвалесценти, школярі та студенти спецмедгруп, то предметно-практична діяльність майбутніх фахівців має бути спрямована на оздоровлення всіх сфер життєдіяльності людини, зцілення за допомогою не тільки рухів, а й природних чинників. Перевірка цих положень і результати дослі-

дження дають можливість також говорити про необхідність радикальних змін змісту й методів традиційної професійної підготовки студентів-фізреабілітологів [4].

Отже, реалізація професійно спрямованого навчання забезпечується розв'язанням низки завдань, а саме: виявлення та систематизації професійно значущих знань і вмінь; розроблення завдань, питань з реалізації професійно значущих знань та вмінь; розроблення методики формування професійно значущих знань і вмінь.

Сучасними дослідниками доведено, що тісний взаємозв'язок фізичної реабілітації з валеологією зумовлює зміст валеологічної підготовки, який має певну спрямованість у зв'язку зі специфікою подальшої професійної діяльності майбутніх фізреабілітологів. Проблема валеологічної освіти не може бути ефективно вирішена без індивідуально-диференційованого підходу залежно від категорії майбутніх спеціалістів. Зміст предмета "Валеологія у фізичній реабілітації" має відповідати сутності професійної валеологічної діяльності майбутнього фахівця.

Усе зазначене має повністю враховуватися у процесі викладання валеологічних курсів для фізреабілітологів з метою забезпечення не тільки знань для дотримання здорового способу життя самого фахівця, а й уміння застосовувати та пропагувати їх у своїй подальшій професійній діяльності. Оволодіння професією – це процес формування професійного самовизначення шляхом осмислення змісту майбутньої професійної діяльності.

За сучасними уявленнями, здоров'я людини є цілісним, системним феноменом, що визначається взаємодією та взаємозумовленістю біологічних, соціальних та психологічних чинників. Оскільки організм людини є надзвичайно складною біоенергоінформаційною системою, то існують усі підстави визнати холістичний підхід до проблем оздоровлення організму людини більш виправданим, ніж практика розчленування цілісного організму на окремі органи та системи [4].

**Висновки.** Отже, спектр професійної діяльності майбутнього фахівця значно виходить за межі лікувальної фізкультури, яку слід розглядати як один з головних структурних елементів у ланцюгу оздоровчих засобів фізичної реабілітації. Засвоєні теоретичні знання є необхідною умовою для їх ефективного використання у професійній діяльності. А інтегративний характер валеології забезпечує необхідну багатопрофільність професійної підготовки студентів, більш широку й різнобічну їх освіченість. Підсумовуючи, зазначимо, що аналіз теоретичних засад дослідження дав можливість визначити та обґрунтувати особливості реалізації валеологічного підходу в процесі підготовки фахівців з фізичної реабілітації.

#### **Список використаної літератури**

1. Апанасенко Г.Л. Валеология: первые итоги и ближайшие перспективы / Г.Л. Апанасенко // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 6. – С. 2–8.
2. Журавлева Е.А. К проблеме формирования профессиональной готовности специалиста культуры / Е.А. Журавлева // Специалист культуры XXI века: профессионализм,

творчество, духовность : материалы межвуз. научн.-практ. конф. кафедры педагогики и психологии. – М. : МГУКИ, 2001. – С. 111–113.

3. Кукса В.О. Сутність фізичної реабілітації / В.О. Кукса // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2001. – № 1. – С. 46–51.

4. Міхеєнко О.І. Валеологічна підготовка майбутніх фахівців з фізичної реабілітації у вищому педагогічному навчальному закладі : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Міхеєнко Олександр Іванович. – Суми, 2004. – 212 с.

5. Міхеєнко О.І. Теоретико-методологічні підходи до структурування змісту фізичної реабілітаційної освіти / О.І. Міхеєнко // Наука і освіта. – 2002. – № 6. – С. 74–78.

6. Педагогіка вищої школи : навч. посіб. / [колектив авторів: І.О. Бартенєва; І.М. Богданова; І.В. Бужина; Н.І. Дідусь та ін.]. – Одеса : ПДПУ ім. К.Д. Ушинського, 2002. – 344 с.

7. Физическая реабилитация : учеб. для акад. и ин-тов физ. культ. / [под общ. ред. проф. С.Н. Попова]. – Ростов н/Д. : Феникс, 1999. – 608 с.

*Стаття надійшла до редакції 03.02.2014.*

---

**Волик А.А. Особенности реализации валеологического подхода в процессе подготовки специалистов по физической реабилитации**

*В статье определены особенности реализации валеологического подхода в процессе подготовки специалистов по физической реабилитации в высшем учебном заведении. Исследована проблема валеологической подготовки как составляющей профессиональной подготовки будущих специалистов по физической реабилитации.*

**Ключевые слова:** профессиональная валеологическая подготовка, физическая реабилитация, здоровый образ жизни, высшее учебное заведение.

**Volik A. Features valeological implementation approach in the training of specialists in physical rehabilitation**

*Article is devoted to implementation details valeological approach in the training of specialists in physical rehabilitation in higher education. The problem of valeological training as a component of training future specialists in physical rehabilitation.*

*Analyzed the basic concepts of research, as well as organizational and educational aspects valeological training in physical rehabilitation.*

*Study and analysis of the problem under investigation suggests that the activity of a specialist in physical rehabilitation aimed at restoring or improving functional status and general health of the human body with the use of physical culture and natural factors. Knowledge of the mechanisms of healing and competent management is the subject of both physical rehabilitation and valeology that causes their close relationship.*

*Valeological training in physical rehabilitation is a complex organizational and psychopedagogical activities, which provide formation of students' knowledge, skills and practical skills in the field valeology assimilation which affects the efficiency of professional activity, enhances professional skills and competence, creates commitment to fulfilling professional duties.*

*Structure valeological preparation was determined by specifying its components.*

**Key words:** professional and valeological training, physical rehabilitation, healthy way of living, higher education institution.