

**УНІВЕРСИТЕТ УШИНСЬКОГО
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ФІЗИЧНОЇ
КУЛЬТУРИ, СПОРТУ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ**

**КАФЕДРА ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА
СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІН**

**СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,
СПОРТУ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ**

**МАТЕРІАЛИ ІV МІЖНАРОДНОЇ
ІНТЕРНЕТ-КОНФЕРЕНЦІЇ
24-25 листопада 2020 року**

Одеса
Букаєв Вадим Вікторович
2020

УДК 370.15+371.302.81+613
С916

*Друкується згідно з рішенням Вченої ради Державного закладу
“Південноукраїнський національний педагогічний університет
імені К. Д. Ушинського”
Протокол № 5 від 26.11.2020*

Башавець Н. А., доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського; заступник – голови оргкомітету;

Афтімічук О. Є., доктор педагогічних наук, професор. ДУФВіС (м. Кишинів, республіка Молдова)

Ганчар І. Л., доктор педагогічних наук, професор. Національний університет ОМА;

Севдалев С. В. кандидат педагогічних наук, доцент, декан факультету фізичної культури Гомельського державного університету імені Франциска Скорини, Гомель, Білорусь;

Осіпова І. В. кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;

Долгієр Є. В. кандидат з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського

Ігнатенко С. О., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;

Дроздова К. В., кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського

Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини : матеріали ІV інтернет-конференції.
С916 м. Одеса, 24-25 листопада 2020 р. – Одеса : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2020. – 130 с.

У збірнику матеріалів конференції розглянуті всебічні аспекти організації занять з фізичного виховання, спорту і здоров'я людини.

At the conference proceedings are considered comprehensive aspects of physical education and sports.

УДК 370.15+371.302.81+613.7

© Заклад вищої освіти
«Університет Ушинського», 2020

Системний підхід у педагогіці дозволяє розкрити спільність педагогічних явищ і процесів з іншими явищами дійсності. Освітній процес, що являє собою цілісну педагогічну систему, перш за все, повинен орієнтувати особистість, яка теж є інтегральна система, на творче освоєння програми. Проблема формування спортивної культури особистості в даний час вимагає застосування системного підходу. Системний підхід в спорті досягається через управління фізичним навантаженням (інтенсивністю, обсягом, щільністю) і моделювання його тривалості.

Література:

1. Ачкасов В. В., Бобина О. Н., Пашкова Е. Н. Системный подход к нормированию физических нагрузок через управление структурными образованиями тренировочного процесса / Вестник ТГПУ (TSPU Bulletin). 2018. 8 (197).

2. Бурцев В. А., Хурамшин И. Г., Бобырев Н. Д. Системный подход к исследованию проблемы формирования спортивной культуры студентов в процессе обучения в вузе / Научный журнал «Фундаментальные исследования» № 2 (часть 26) за 2015 г./ <https://www.fundamental-research.ru/ru/article/view?id=38528>

3. Головин, О. В. Альтернативная модель организации урока физической культуры на основе системного подхода // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – М. 2005. - № 6.

4. Никулина Н. Н., Давитян М. Г., Шевченко С. Н. Системный подход в педагогике как общеметодологический принцип науки / Научный журнал КубГАУ, №111(07), 2015 г. / <https://cyberleninka.ru/article/n/sistemnyy-podhod-v-pedagogike-kak-obshchemetodologicheskii-printsip-nauki>

5. Слостенин, В. А. Педагогика: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений / В. А. Слостенин. – М.: Академия, 2007. – 567 с.

6. Трушниковая Т. Г. / Системным подход в педагогике как инновационная основа формирования образовательного пространства / <https://cyberleninka.ru/article/n/sistemnyy-podhod-v-pedagogike-kak-innovatsionnaya-osnova-formirovaniya-obrazovatel'nogo-prostranstva>

ВИКОРИСТАННЯ РОЗРАХУНКОВИХ ІНДЕКСІВ ФАХІВЦЯМИ З ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ В РОБОТІ З УЧАСНИКАМИ БОЙОВИХ ДІЙ

О. В. Юденко, Н. М. Крушинська, І. І. Прима

Національний університет фізичного виховання і спорту України; Україна

Анотація: розкрито умови конкурентоспроможності фахівців ФКіС при наданні ФСП послуг ветеранам АТО/ООС та особливості використання розрахункових показників в роботі з ФСР у ветеранів АТО/ООС.

Актуальність. За останні роки не можливо переоцінити актуальність питань, які виникають з приводу якісного та ефективного відновлення стану здоров'я (фізичного, психічного та соціального), професійної адаптації та корекційно-реабілітаційної роботи із військовими – учасниками бойових дій на Сході України, які отримали дисфункції різного ступеню та інвалідність внаслідок бойової травми. Важливого значення в цьому аспекті набувають і питання мобільного та оперативного контролю із використанням традиційних методів та можливостями, які надають інноваційні інформаційно-комунікативні технології. Ґрунтуючись на дослідженнях провідних вчених України таких як О. В. Базильчук, Н. О. Белікова, М. М. Василенко, А. М. Герцик, Ю. О. Льянний, Л. П. Сущенко, В. О. Тимошенко, та інших фахівців в сфері підготовки фахівців з фізичного виховання і спорту (017) та фізичної терапії, ерготерапії (227) використання сучасних інформаційних SMART технології є невід'ємною частиною підготовки фахівців в умовах сучасного ринку праці, які здатні здійснювати оперативне опрацювання теоретичної інформації, аналізувати дані практичної діяльності спортсменів / клієнтів / пацієнтів, здійснювати ґрунтовні висновки та надавати відповідні корекційні поради та вносити до програм відповідні зміни, сприяючи досягненню максимально можливого результату. Особливої актуальності ці компетенції фахівців набувають в умовах процесу on-line комунікації (навчання; тренування за для підтримки відповідної форми спортсменами; збереження / покращення отриманих результатів фізкультурно-спортивної реабілітації (ФСР) тощо) через засоби, які впровадженні внаслідок стрімкого поширення вірусу COVID-19 в Україні і в світі в цілому.

Мета роботи – охарактеризувати особливості використання розрахункових індексів в роботі з учасниками АТО/ООС з наслідками бойової травми фахівцями з фізкультурно-спортивної реабілітації.

Виклад основного матеріалу. Дослідження проведені О. В. Владіміровою [5, с. 43] дозволяють констатувати, що «професійну діяльність багато вчених розглядають як вид соціальної діяльності, яка сприяє самореалізації особистості, розкриттю особистісного потенціалу в процесі виконання соціально важливої та суспільно корисної діяльності». При цьому ми можемо констатувати, що у зв'язку зі змінами вимог суспільства сьогодення до фахівців у більшості галузей, також значним чином змінився і зміст щодо практичних вимог діяльності фахівця на сучасному ринку праці: 1) виявляється в необхідності володіння інноваційними технологіями та методами впливу на організм людини в процесі здійснення тренувального та оздоровчого впливу за рахунок вживання системи спеціально сформованих рухів (специфіки їх інтенсивності, кількості повторів, темпу, перерв на відпочинок тощо); 2) знання та застосування особливостей різних форм і методів контролю за фізичним, психічним та соціальним здоров'ям людини, яка залучені до процесу занять руховою активністю (не залежно від її кінцевої мети: реабілітація або досягнення найвищих спортивних результатів); 3) фахівець повинен володіти достатнім рівнем професійної мобільності, яка дозволить йому ефективно та індивідуально у відповідності до потреб кожної особистості корегувати процес

здійснення впливу на організм різновидів рухової активності; максимально до потреб кожної особистості вирішувати професійні завдання в сфері ФКіС, а також в сфері ФТта ФСР; 4) докладати систематичних зусиль до професійного самовдосконалення та саморозвитку – оскільки сфера діяльності зазначених вище фахівців є динамічною структурою, яка постійно пропонує застосування різноманітних інновацій. Ця думка вже підкреслювалась О. В. Владіміровою [5, с. 46], але на той момент вимог (майбутній фахівець має оволодіти комплексом теоретичних знань, поєднаних з практичними навичками, вміннями; визначати професійно-значні і особистісні якості, які є елементами професійної компетенції; формування відбувається засобами самовдосконалення, самоосвіти, необхідних для самореалізації в професійному колі діяльності) було значно менше за констатацією дослідниці. Авторка також підкреслювала, що «показником кваліфікації фахівця окрім розряду можуть бути також категорії або диплом, наявність звання і вченого ступеня» [5, с.44].

З метою ефективною корекції тренувального процесу військовослужбовців із наслідками бойової травми та досягнення головної мети фізкультурно-спортивної реабілітації – поліпшення стану здоров'я учасників АТО/ООС (фізичного, психічного та соціального) нами було запропоновано введення в систему оперативного та довгострокового контролю за результатами впливу фізичних навантажень на організм людини таких показників як: ВІК (вегетативний індекс Кердо); ІФС (індекс фізичного стану); ІМТ (індекс маси тіла); Індекси Скібінського та Робінсона тощо. Додатково використовувались експрес-опитувальники для виявлення рівня ПТРС та депресивного стану у учасників бойових дій з наслідками бойової травми. Ми пропонуємо всі означені показники фіксувати тренерам-інструкторам з ФСР та спортсменам у щоденниках самоконтролю, та звертати особливу увагу на необхідність їх заповнення (фіксувати об'єктивні та суб'єктивні дані; індивідуальні особливості, які можуть бути пов'язані із наслідками бойової травми).

Всі відповіді надавались учасниками дослідження в процесі заповнення Google-Форми, що допомагає оптимізувати тренера-інструктора з фізкультурно-спортивної реабілітації; надає можливість здійснювати оперативний довготривалий та оперативний контроль та аналізувати цей процес за допомогою сервісів Google. Також ця форма роботи та контролю, як засвідчив наш практичний досвід протягом карантину у зв'язку із пандемією COVID-19, дала можливість фахівцям з ФСР та фізичної терапії об'єктивно та своєчасно реагувати на дисфункції, які виникають у військових із наслідками бойової травми під час занять та після них в процесі відновлення; відстежувати їх поточний фізичний, функціональний та психо-емоційний стан після виконання змагальної діяльності (розлади сну, не бажання знаходитися в колективі, надмірна втомлюваність тощо) та вносити відповідні індивідуально спрямовані корективи до програми рухової активності та фізичної реабілітації.

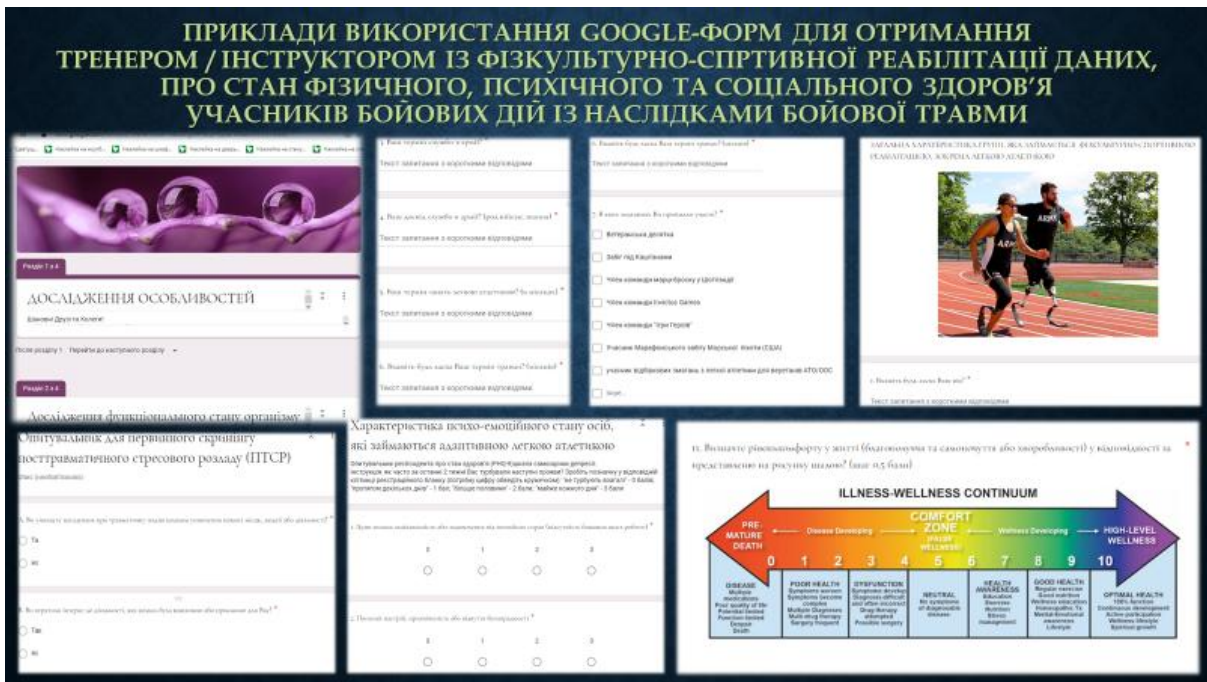


Рис. 1 Google Форми, які використовуються нами в процесі занять ФСР із застосуванням засобів легкої атлетики та інноваційних фітнес-технологій



Рис. 2 Програми, які використовують військовослужбовці із наслідками бойової травми в процесі занять легкою атлетикою в групах ФСР

Наш практичний досвід роботи із такими формами онтролю довід, що вони є дієвими і ефективними не лише для організації наприклад наукових конференцій – ця форма значно спрощує зберігання всієї інформації в прикріплених до Google-Форми файлах Excel. Таким самим чином, тренер або фахівець із фізкультурно-спортивної реабілітації має змогу отримувати результати як оперативного, та і довготривалого контролю за станом своїх вихованців; ці додати надають можливість відслідковувати динаміку як за кожним окремих військовим, який приймає участь в процесі ФСР, так і по групі в цілому; здійснивши певні налаштування та додавши необхідні формули

ми отримуємо готові середні дані в межах групи – раніше на це необхідно було витратити неймовірну кількість часу. В Google-Формах одразу можна отримувати і графічне зображення результатів, що надає тренеру можливість отримувати одразу і візуалізацію даних.

Наведемо приклад використання розрахункового Індексу Кедро та експрес оцінювання рівня ППТС в системі роботи фахівців з фізкультурно-спортивної реабілітації на протязі 2020 року, які використовують в своїй роботі засоби легкої атлетики та інноваційні фітнес технології (Nordic Power Walking – інноваційні палки для скандинавської ходьби; обладнання бренду Black Roll – фоам-роли, банди та м'ячі тощо). Отже, в нашому дослідженні приймало участь 42 військовослужбовця I-II зрілого віку із наслідками бойової травми легкого та середнього ступеню важкості (переважно це контузії та кульові / мінно-вибухові травми, які призвели до ураження функцій ОРА; всі мають інвалідність). Контрольними показниками (розрахунковими був рівень прояву ППТС та ІК).

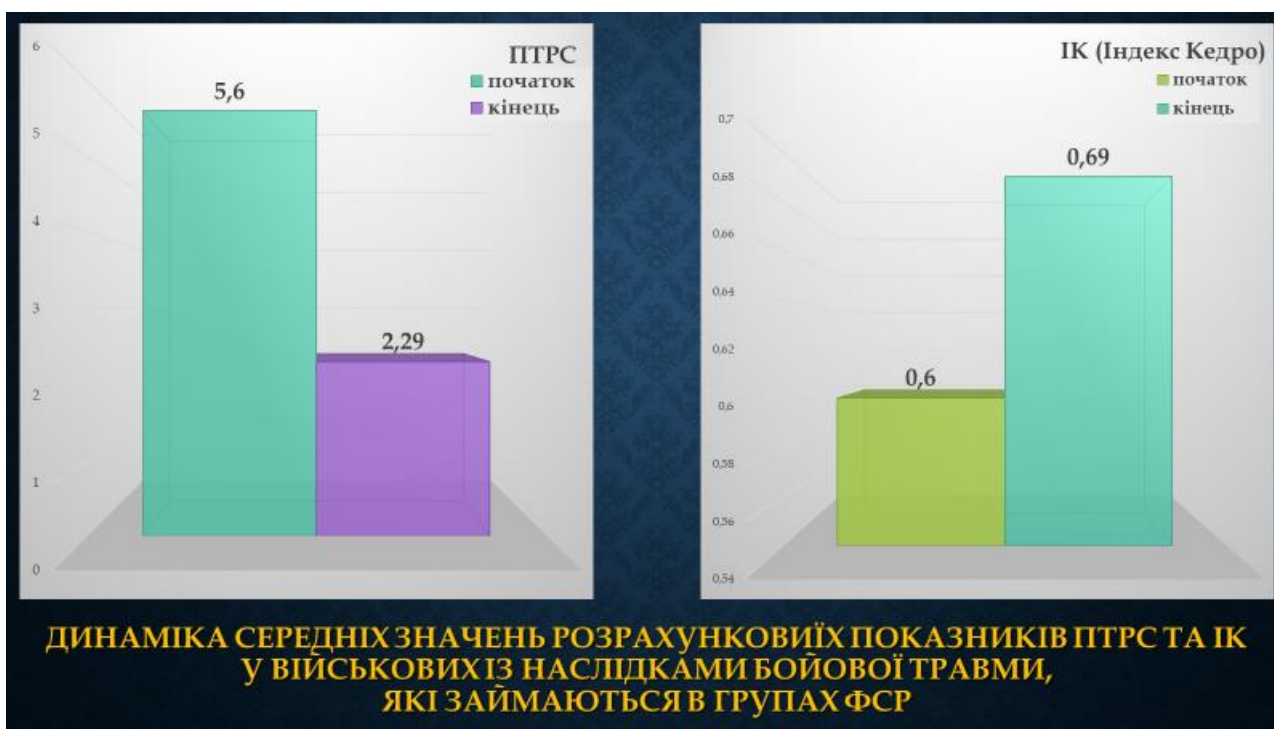


Рис. 3 Динаміка середніх значень показників ППТС та ІК у військовослужбовців із наслідками бойової травми, які займаються в групах ФСР із використанням засобів легкої атлетики

На початок нашого дослідження рівень ППТС нами було зафіксовано в межах $5,60 \pm 0,59$ балів, що свідчить про наявність проявів цього небезпечного стану та необхідності вживання ефективних засобів фізичної терапії та фізкультурно-спортивної реабілітації для його подолання. На кінець нашого дослідження нами були зафіксовані такі середні в межах досліджуваної нами групи учасників АТО/ООС – $2,29 \pm 0,46$ балів (за методикою експрес оцінювання показник який становить менше 4 та наближається до 0 свідчить про стабілізацію стану та значне його покращення – загроза негативного впливу ППТС на організм військового зменшена до мінімуму), що графічно подано нами на рис. 3. Ці дані свідчать про позитивний вплив запропонованої

Н. М. Крушинською авторської програми тренувань з легкої атлетики, а також розроблених та впроваджених О.В. Юденко комплексних засобів фізкультурно-спортивної реабілітації та фізичної терапії для військовослужбовців із наслідками бойової травми.

Аналіз отриманих даних за розрахунковим показником ІК свідчить про позитивну динаміку його протягом дослідження, а саме: $0,60 \pm 0,07$ у.о. (на початок дослідження – переважає у регулюванні симпатична нервова система); на кінець нашого педагогічного дослідження середній показник ІК було зареєстровано в межах $0,69 \pm 0,06$ у.о. (результат свідчить про позитивну динаміку показника; переважає у регулюванні симпатична система), але дані в процесі впливу комплексних засобів ФСР та ФТ мають зсув в бік «1», що за інтерпретацією результатів цього показника є нормою (рис. 3). Отримані нами дані, як ПРТС так і ІК мають достовірні відмінності за критерієм Стьюдента у порівнянні значень на початок та на кінець нашого педагогічного дослідження.

Висновки. Отже, нами доведено, що для реалізації спеціалісту з ФТ та ФКіС як конкурентоспроможного фахівця на сучасному ринку праці необхідно спрямовувати власні зусилля на оволодіння інноваційними технологіями впливу на організм людини та методів інформаційно-комунікативних методів контролю (особливо SMART-технологій та Google-Форм) в системі контролю за станом організму в процесі занять ФСР, значну роль в цьому аспекті ми надаємо використанню розрахункових індексів.

Література:

1. Актуальні питання фізкультурно-спортивної реабілітації учасників військових локальних конфліктів в Україні / О. В. Юденко, Н. М. Крушинська, Ю. М. Юденко Science – the Future of The World. Abstracts of the 5th International scientific and practical conference. Portal Publishing. Prague, Czech Republic. 2020; 170-176.

2. Засоби фізичної терапії ветеранів АТО, які займаються легкою атлетикою в фізкультурно-оздоровчих секціях / А. С. Білоус, О. В. Юденко, Н. М. Крушинська, В. В. Шевченко. Теоретико-методичні аспекти фізичної культури і спорту» : Матер. наук.-практ. конф. з міжнар. участю [збірка матеріалів; електр. ресурс]. Івано-Франківськ–Київ: НУФВСУ. 2020; 44-55.

3. Інноваційна технологія вивчення структури мотивації до фізкультурно-оздоровчих занять у осіб з інвалідністю (на матеріалі баскетболу) / О. В. Юденко, Е. В. Дьомін, Р. П. Денисов, Ю. М. Юденко. Modern science: problems and innovations: I Международная научно-практическая конференция. 2020; 491-498.

4. Методи досліджень у фізичному вихованні: навч. посіб. для студ. / В. В. Чижик., О. К. Дудник. Біла Церква: 2013. 241 с.

5. Професійна компетентність майбутнього фахівця з фізичної реабілітації як умова його конкурентоспроможності / О. В. Владімірова Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2009; 5: 43-46.