



Діаграма 3. Мотиви відвідування занять з фізичного виховання студентками ВНЗ.

Як бачимо, 27% студенток вважають, що відвідування занять з фізичного виховання потрібно лише для того, щоб виконати навчальну програму і своєчасно отримати залік, 23% – відповіли, що це важливо для здоров'я, 21% дівчат бажають за рахунок занять з фізичного виховання поліпшити фігуру, 20% респонденток бачать мотивом відвідування занять розвиток рухових якостей і 9% респонденток відвідують заняття для подальшої участі у змаганнях. Також аналіз результатів анкетування показав, що значна частина студенток 64.33% оцінюють свій рівень фізичної підготовленості як "середній", 19.33% – вважають, що їх рівень фізичної підготовленості відповідає рівню "нижче середнього", 11.34% студентів відповіли, що їх рівень фізичної підготовленості відповідає рівню "вище середнього", "високим" свій рівень вважають 2% студентів, 1.33% студентів оцінюють свій рівень як "низький" і 0.67% не змогли відповісти на це питання.

ВИСНОВКИ

Проаналізувавши результати проведеного анкетування було виявлено наступне: мотиви відвідування занять з фізичного виховання у студенток різняться. Значна кількість студенток мають достатньо позитивні мотиви: зміцнення здоров'я, фізичний розвиток, поліпшення фігури та участь у змаганнях. Ці мотиви потрібно використовувати викладачами для підвищення рівня відвідування занять з фізичного виховання. По-друге, анкетування з'ясувало різноманітність інтересів студенток до видів рухової активності, що свідчить про широкі можливості їх використання для підвищення ефективності навчальних занять. Отже, для залучення студенток до занять з фізичного виховання у ВНЗ існує багато важелів в педагогічному арсеналі фахівців цієї галузі, про що свідчать наведені в статті дані анкетування. Вважаємо, що подібні види досліду потрібно продовжувати для обґрунтування методик розвитку рухових якостей студенток ВНЗ.

Тому **ПЕРСПЕКТИВОЮ НАШИХ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ У ДАНОМУ НАПРЯМКУ** є: тестування рівня розвитку рухових якостей, рівня функціонального стану організму студенток, розробка методики розвитку рухових якостей студенток вищих навчальних закладів, використовуючи скаалку на заняттях з аеробіки та експериментальне обґрунтування результатів.

ЛІТЕРАТУРА

- Guskov S. I., Dehteyarova E. I. *Novie vidy fizicheskoy aktivnosti jenschin – velenie vremeni* [Theory and Practice of Physical Culture], 1998. – № 2. – P. 56 – 57.
- Ivanova O. A. *Formula krasoty*. M., 1990. – 48 p.
- Il'inih V. I. *Fizicheskaya kultura studenta i jizn*. M.: Gardariki, 2005. – 366 p.
- Sermeev B. V. *Jenschinam o fizicheskoy culture*. K.: Zdorovya, 1991. – 192 p.
- Krutcevh T. U. *Teoria i metodika fizicheskogo vospitaniya*, T. 2, – Kiev: Olimpiyskaya literatura, 2003. – P. 167 – 183.
- Троценко В. В. Організація процесу фізичного виховання у вищому навчальному закладі / В. В. Троценко // Вісник Запорізького національного університету: Серія Фізичне виховання та спорт, 2010. – № 1(3). – С. 224 – 226.
- Трофимова О. В. *Совершенствование физического воспитания студенток вуза на основе углубленного изучения фитнес-аэробики: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Ольга Витальевна Трофимова*. – Чебоксары. – 2010. – 194 с.
- Юрченя И. Н. *Проблемы посещаемости занятий по физической культуре у современных студентов* / [И. Н. Юрченя, Н. В. Богданчик, Е. В. Касперович и др.] // Образование, медицина, физическая культура и спорт в профилактике болезней века: сб. науч. ст. участников Междунар. науч.-практ. конф. «EMF-2013». – Минск, 2013. – С. 215 – 220.
- Efstathios Christodoulides. *The Impact of Advancements in Science and Technology on Cypriots' Physical Activities over Time* / Efstathios Christodoulides // *Physical Culture and Sport. Studies and Research*, October 2012. – Volume 55, Issue –1. – Pages 56 – 62.

Мединський С.В.

Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича

ХАРАКТЕРИСТИКА ВИРОБНИЧИХ ФУНКЦІЙ КРИЗЬ ПРИЗМУ ЗАДАЧ ДІЯЛЬНОСТІ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ У СПОЛУЧЕНИХ ШТАТАХ АМЕРИКИ

У статті розглянуто основні напрямки професійної діяльності фахівці фізичного виховання і спорту у Сполучених Штатах Америки. Охарактеризовано виробничі функції та притаманні їм типові задачі діяльності, якими повинні володіти випускник.

Ключові слова: фахівець, фізичне виховання, спорт, виробничі функції, задачі діяльності, США.

Мединський С.В. Характеристика производственных функций сквозь призму задач деятельности специалистов физического воспитания и спорта в США. В статье рассмотрены основные производственные функции и присущие им типичные задачи профессиональной деятельности, которыми должны обладать специалисты физического воспитания и спорта в Соединенных Штатах Америки.

Ключевые слова: специалист, физическое воспитание, спорт, производственные функции, задачи

деятельности, США.

Medynskiy S.V. . Description of production functions through the typical tasks of activities for physical education and sport professionals in the United States of America. Education in the United States aims to train skilled worker appropriate level and profile, a competitive labor market. The expert should be fluent in their profession and navigate in related industries, to be able to work effectively in the specialty at international standards, ready for continuous professional growth, social and professional mobility, to meet the needs of society. Typical activities of a Bachelor of Physical Education and Sports in the United States are: teaching, coaching, fitness instructor, health and rehabilitation, management and recreational work. Specialists of Physical Education and Sport fulfill their professional duties in accordance with the production functions that solve typical tasks. Given a set of responsibilities that professionals perform in accordance with the position, identified the following production functions: research, design, organizational, managerial, technological, control, and predictive technology. Characterized meaningful production functions are listed. The characteristic of typical tasks is given according to production functions professional activity of physical culture and sports in the United States.

Key words: specialist, physical education, sports, production functions, typical tasks, USA.

Постановка проблеми. Одним із основних завдань сучасного освітнього простору є орієнтація вищих навчальних закладів на кінцевий результат: знання, вміння і навички випускників повинні бути практично використані, застосовані та затребувані ринком праці. Освіта у Сполучених Штатах Америки спрямована на підготовку кваліфікованого працівника відповідного рівня і профілю, компетентного, відповідального, який у повному обсязі володіє виробничими функціями та успішно розв'язує типові задачі професійної діяльності, здатного до ефективної роботи за спеціальністю на рівні світових стандартів, конкурентоздатного на ринку праці, готового до постійного професійного росту, соціальної і професійної мобільності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На сьогоднішній день представники ділового світу, науковці та практики занепокоєні занадто високою академічністю знань, які отримують студенти, нерозвиненістю у випускників вищих шкіл умінь використовувати отримані знання, застосовувати їх на практиці. Навчальні плани коледжів у сполучених штатах містять дисципліни загальної освіти, дисципліни галузі знань та дисципліни основної академічної спеціалізації і виборних предметів. Причина для такої конфігурації полягає в тому, щоб забезпечити широту знань студентів через розподіл вимог до предметів і глибину їх вивчення. Елементами змін стали цілі навчання, акцент в яких змістився від знання фактів і концептів (те що студенти знають) до широко визначених компетенцій (що студенти можуть зробити на практиці виходячи з їх теоретичних знань) щоб гарантувати, що випускники мають навички необхідні громадянам 21 століття [4, с. 159]. Сучасні вимоги до організації навчального процесу у вищій школі США спрямовані на підвищення якості підготовки фахівців з вищою освітою вимагають: особистісної орієнтації навчального процесу; використання інтерактивних і сучасних інформаційних технологій; спрямованості навчання на особистісний, професійний і творчий розвиток майбутніх фахівців; формування у них професійно значущих якостей; здатності до самостійного поповнення знань, навчання упродовж життя тощо [1, с. 256]. Продуктом процесу професійної підготовки є випускник вищого навчального закладу, який оволодів програмою фізичної підготовки й набув такого рівня професіоналізму, який забезпечує йому високу конкурентоспроможність на ринку робочої сили фахівець, який готовий до виконання конкретних видів професійної діяльності в галузі забезпечення фізичної культури людини в масовому масштабі або спортсмена; у певній галузі, як любительського, так і професійного спорту [2, с. 255-256]. Типовими видами діяльності бакалавра фізичного виховання і спорту у Сполучених Штатах Америки згідно з визначеними нами напрямками є: педагогічна, тренерсько-інструкторська, оздоровчо-реабілітаційна, управлінсько-рекреаційна робота [3, с. 48-49]. **Мета та завдання роботи.** Визначити основні виробничі функції та притаманні їм типові задачі діяльності для фахівців фізичного виховання і спорту у Сполучених Штатах Америки.

Виклад основного матеріалу дослідження. Завершивши навчання за певним напрямом професійної підготовки фахівець фізичного виховання і спорту у Сполучених Штатах Америки може займати різноманітні посади, які пов'язані із забезпеченням здорового способу життя, фітнесу, спорту та управління.

У галузі фізичного виховання і спорту у Сполучених Штатах Америки існує досить широкий спектр можливостей вибору кар'єри:

- *Професії, пов'язані із педагогічною діяльністю:*
 - Вчитель фізичного виховання у початкових, середніх та приватних школах.
 - Спортивний тренер у школах, коледжах, університетах та інших навчальних закладах.
 - Спортивний адміністратор вищої школи (старших класів середньої школи).
- *Професії, пов'язані із охороною здоров'я:*
 - Сертифікований спортивний тренер із можливістю працевлаштування у середніх школах, коледжах та університетах, публічних та приватних школах, клініках спортивної медицини, лікарнях, військових, промислових і комерційних установах.
 - Сертифікований терапевт із кінезіології у медичних центрах для ветеранів, державних і приватних лікарнях, спортивних медичних закладах, реабілітаційних центрах, центрах для людей із фізичними вадами, коледжах та університетах, а також можливість приватної діяльності.
 - Спортивні психологи-медики (консультанти), що спеціалізуються на розв'язанні таких проблем як лікування депресії, різні види залежності тощо.
- *Професії, пов'язані із тренуваннями та фітнесом:*
 - Спортивний тренер у центрах спортивної підготовки, фітнес-центрах, коледжах та університетах, реабілітаційних центрах, військових установах.
 - Особистий тренер, власник та управляючий спортивним клубом, спеціаліст зі спортивного тренування та

фітнесу.

- Спортивний тренер у коледжах, університетах, а також центрах спортивної підготовки.
- Фізіолог з тренувань у програмах пов'язаних зі спортом та здоров'ям, дослідник, який працює у галузі спортивної медицини і фітнесу, спеціаліст із спортивних тренувань у кардіологічних реабілітаційних центрах.

• Спеціалісти зі сфери спортивної психології займаються дослідженням та вивченням впливу рухової активності на ментальний стан особистості.

- *Професії, пов'язані з оздоровленням та фізичною реабілітацією:*

- Фахівець з біомеханіки, що працює у серії спортивних та реабілітаційних програм, дослідник у галузі спортивної медицини, фітнесу та розробки спортивних і фітнес-програм.

- Фахівець з рухової діяльності людини щодо створення тренувальних програм задля підтримки здорового способу життя, методах покращення фізичного стану організму.

- Фахівців із забезпеченням здоров'я людей та попередження хвороб, а також розробки, впровадження та оцінки програм із покращення стану здоров'я; забезпеченні оптимального стану здоров'я людей через індивідуальні, організаційні та суспільні зміни.

- Спеціаліст у сфері немедичного лікування за рахунок харчування, принципів здорового харчування, взаємозв'язку метаболізму та засвоєння поживних речовин організмом, фізіологічних основ дієт.

- *Професії, пов'язані з управлінням у галузі фізичного виховання і спорту:*

- Фахівець з менеджменту та управління по плануванню, організацією та розвитком спортивних клубів; проведенням та оцінкою роботи підприємства, спорідненого зі спортом; робота із клієнтами, збори коштів та управління фінансами.

- Фахівець зі спортивного адміністрування по створенню та вдосконаленню спортивних програм на установчому, аматорському, корпоративному та професійному рівнях.

- Фахівців, спроможних займатися розвитком та управлінням природних рекреаційних установ та парків для громадських агенцій, неприбуткових організацій та туристичних організацій, що спеціалізуються на екотуризмі.

Фахівці фізичної культури і спорту здійснюють свою професійну діяльність відповідно до виробничих функцій, що розв'язують типові задачі діяльності. Враховуючи сукупність обов'язків, що виконують фахівці відповідно до займаної посади, виділимо наступні виробничі функції та типові задачі діяльності:

- *Дослідницька функція* спрямована на збір, обробку, аналіз і систематизацію науково-технічної інформації з напрямку роботи. Типові задачі діяльності: вивчення вікових та індивідуальних особливостей осіб, що займаються фізичними вправами; вивчення змісту і способів впливу на осіб у процесі фізичного виховання; проведення наукових досліджень, використовуючи сучасні методи.

- *Проектувальна* (проектувально-конструкторська) *функція* – спрямована на здійснення цілеспрямованої послідовності дій щодо синтезу систем або окремих їх складових, розробка документації, яка необхідна для втілення та використання об'єктів та процесів. Основними задачами діяльності є: керуєтесь вимогами законодавства та нормативними документами і рекомендаціями планувати роботу з фізичного виховання; максимально забезпечувати процес рухової діяльності матеріально-технічними умовами, інвентарем та обладнанням.

- *Організаційна функція* спрямована на упорядкування структури й взаємодії складових елементів системи з метою зниження невизначеності, а також підвищення ефективності використання ресурсів і часу. Сюди відносимо наступні типи діяльності: організація процесу фізичного виховання у відповідності з вимогами у галузі освіти, фізичної реабілітації, рекреації та медицини; організація діяльності спортивних клубів та програм індивідуальних і групових занять.

- *Управлінська функція* спрямована на досягнення поставленої мети, забезпечення сталого функціонування і розвитку систем завдяки інформаційному. До типових задач діяльності відносимо: розвиток, планування та управління діяльністю спортивних клубів; робота із клієнтами, збори коштів та управління фінансами; керування власною діяльністю та поведінкою під час безпосередньої взаємодії з клієнтами та членами команд.

- *Технологічна функція* спрямована на втілення поставленої мети за відомими алгоритмами, тобто фахівець виступає як структурний елемент певної технології. Основними типовими задачами діяльності є: формування системи знань про фізичну культуру, фізичне виховання; формування системи знань про функціонування організму людини під час рухової діяльності; формування індивідуального фонду рухових умінь та навичок та навчання використовувати набуті знання, уміння та навички для самовдосконалення; проведення реабілітаційних, фізкультурно-оздоровчих та рекреаційних занять.

- *Контрольна функція* спрямована на здійснення контролю в межах своєї професійної діяльності в обсязі посадових обов'язків. Основними задачами діяльності є: контроль знань, рухових умінь і навичок; визначення рівня фізичного розвитку та фізичної підготовленості осіб; здійснення оперативного, поточного та підсумкового контролю.

- *Прогностична функція* дозволяє на основі аналізу здійснювати прогнозування в професійній діяльності. Типовими задачами діяльності є: прогнозування результатів навчально-виховного процесу з фізичного виховання; ефективності оздоровчих та реабілітаційних заходів; рівня досягнення спортивних результатів.

- *Технічна функція* спрямована на виконання технічних робіт в професійній діяльності. Сюди відносимо типи діяльності, пов'язані із матеріально-технічним забезпеченням процесу фізичного виховання, оздоровлення та реабілітації, спорту.

ВИСНОВКИ

- Розглянуто типові види діяльності бакалавра фізичного виховання і спорту у Сполучених Штатах Америки: педагогічна, тренерсько-інструкторська, оздоровчо-реабілітаційна, управлінсько-рекреаційна робота. Охарактеризовано виробничі функції, які покладено в основу професійної діяльності фахівця. Наведено основні задачі професійної діяльності фахівця сфери фізичного виховання і спорту у Сполучених Штатах Америки.

ЛІТЕРАТУРА

1. Сисоєва С.О. Вища освіта України: реалії сучасного розвитку / С.О. Сисоєва, Н.Г. Батченко / Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України, Київський університет імені Бориса Грінченка, Національний університет біоресурсів і природокористування України. – К.: ВД ЕКМО, 2011. – 368 с.
2. Сущенко Л.П. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту (теоретико-методичний аспект): монографія / Л.П.Сущенко. – Запоріжжя: ЗДУ, 2003. – 442 с.
3. Medynskyy S.V. Competencies of specialists of physical education and sports in the United States America through the prism of system skills // Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology, II(14), Issue: 27, 2014. – P. 48–51.
4. RATCLIFF F., JAMES L. The Status of General Education in the Year 2000: Summary of a National Survey / RATCLIFF, JAMES L. Washington, DC: Association of American Colleges and Universities, 2001. – 235 p

Мерзлікіна О.А., Степанюк Н.В.
Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова
Національний технічний університет України “КПІ”

ДИНАМІКА ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ХРЕБТА У ФІЗИЧНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ОСІБ ЗРІЛОГО ВІКУ З ОСТЕОХОНДРОЗОМ У ПОПЕРЕКОВОМУ ВІДДІЛІ З ВИКОРИСТАННЯМ ЛІКУВАЛЬНО-ПРОФІЛАКТИЧНОГО ПРИСТРОЮ «КИПАРИС»

Проведено дослідження щодо визначення ефективності впливу програми фізичної реабілітації з використанням лікувально-профілактичного пристрою «Кипарис» на функціональний стану хребта осіб зрілого віку з остеохондрозом у поперековому відділі.

Ключові слова: остеохондроз у поперековому відділі хребта, фізична реабілітація, лікувально-профілактичний пристрій «Кипарис».

Мерзлікіна О.А., Степанюк Н.В. Динамика функционального состояния позвоночника в физической реабилитации лиц зрелого возраста с остеохондрозом в поясничном отделе с использованием лечебно-профилактического устройства «Кипарис». Проведено исследование по определению эффективности влияния программы физической реабилитации с использованием лечебно-профилактического устройства «Кипарис» на функциональное состояние позвоночника людей зрелого возраста с остеохондрозом в поясничном отделе.

Ключевые слова: остеохондроз в поясничном отделе позвоночника, физическая реабилитация, лечебно-профилактическое устройство «Кипарис».

Merzlikina O.A., Stepaniuc N.V., The dynamics of the functional state of the spine in the physical rehabilitation of adults with osteochondrosis of the lumbar spine using health care device "Cypress". A study was made to determine the effectiveness and impact of physical rehabilitation program using health care device "Cypress" on the functional state of the spine of mature people with osteochondrosis of the lumbar spine. The aim of the study was to identify the dynamics of the functional state of the spine in the physical rehabilitation of adults with osteochondrosis of the lumbar through the use of health-care device "Cypress". According goal objectives were as follows: to determine the impact of the proposed physical rehabilitation program using health care device "Cypress" the functional state of the spine of mature people with osteochondrosis of the lumbar spine. The results demonstrate the effectiveness of the proposed rehabilitation program using health care device "Cypress" on mature people with osteochondrosis of the lumbar spine. So, reduced pain, eliminating regional muscle imbalance, rehabilitation of motor capabilities of the lumbar spine and improving the quality of life of mature people with osteochondrosis of the lumbar spine after application of the proposed physical rehabilitation program were the main clinical sign is the restoration of patients. The use of health-care device "Cypress" allows the consolidation of physical rehabilitation outcome. This explains the higher efficiency, found in the experimental group compared with the control.

Key words: osteochondrosis of the lumbar spine, physical rehabilitation, health care device "Cypress".

Постановка проблеми. В останні роки в світі значно збільшилась кількість захворювань опорно-рухового апарату, особливо з дегенеративно-дистрофічними ураженнями поперекового відділу хребта. Згідно з даними медичної статистики, до 80% населення країни хворіє дегенеративно-дистрофічними ураженнями поперекового відділу хребта. До 10% хворих стають інвалідами. Сучасний ритм життя, великі навантаження, запалення і вікові зміни провокують їх появу [2, с.103]. Як відомо, особливо тяжким різновидом дегенеративно-дистрофічного ураження міжхребцевого диска є остеохондроз [1, с.43]. Остеохондроз займає одне з перших місць у структурі захворювань з тимчасовою втратою працездатності й інвалідності населення. Так, за даними статистики міністерства охорони здоров'я України, у 2010 р. остеохондроз хребта становив 2,91% від інвалідності при захворюваннях та травмах опорно-рухового апарату, а первинна інвалідність становить 1,5 на 100 тис. населення [1, с.18]. Діагностиці та лікуванню цієї тяжкої форми ураження хребта присвячено багато наукових праць клінічної, неврологічної та рентгенологічної спрямованості [4, с.87]. Але медикаментозне лікування не завжди є ефективним. Тому актуальним є обґрунтування засобів і методів фізичної реабілітації для даної категорії хворих.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Медичні аспекти дегенеративно-дистрофічних захворювань хребта різної етіології вивчали вітчизняні та зарубіжні лікарі-ортопеди, вертебрологи, неврологи, травматологи, кінезотерапевти, зокрема С.М. Бубновський, Г.В. Ігнат'єв, П.В. Євдокименко, М.Г. Кравчик, І.В. Локтінов, Н.О.Шостак та ін. Методики та засоби фізичної реабілітації у процесі профілактики та лікування захворювань хребта у поперековому відділі проаналізовано у роботах таких вітчизняних науковців, як В.В. Євмінов, Я.В. Фіщенко, І.Н.Стельмах та ін. [5, с. 45].

Мета дослідження полягала у виявленні динаміки функціонального стану хребта в фізичній реабілітації осіб