

# Критерии и уровни готовности будущих специалистов физической культуры и спорта к использованию технологий восстановления здоровья в профессиональной деятельности

Ю. М. Твердохлебова

Национальный университет «Черниговский колледж» имени Т.Г. Шевченка, г. Чернигов, Украина  
Corresponding author. E-mail: shiinna@ukr.net

Paper received 07.02.21; Accepted for publication 22.02.21.

<https://doi.org/10.31174/SEND-PP2021-247IX98-09>

**Аннотация.** Проведенное исследование особенностей формирования умений использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта при профессиональной физической подготовке позволило определить критерии и показатели сформированности умений использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта: мотивационно-ценностный, когнитивно-осознаваемый и личностный. Также выделены три уровня сформированности умений использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта.

**Ключевые слова:** технологии восстановления здоровья, профессиональная подготовка, специалисты по физической культуре и спорту, умения, критерий, уровень готовности.

**Постановка проблемы.** В современных условиях реформирования образовательной системы Украины одной из насущных проблем является подготовка высококвалифицированного специалиста, в частности сектора физической культуры и спорта. Выпускники университетов физической культуры и спорта (ФКиС) должны быть готовы к профессиональной деятельности в специфических условиях, среди которых энергичный характер двигательных действий и особые условия деятельности, что требует от них высокого уровня сформированности таких качеств, как активность, способность к адаптации в социальной и профессиональной сферах, высокий уровень физиологических и психологических возможностей. Способность специалистов такого профиля выполнять профессиональную деятельность зависит не только от их профессиональной подготовки, но и требует высокого уровня физического, психического, социального и духовного здоровья. Вместе с тем, в последние годы в результате загрязнения окружающей среды и социально-экономических преобразований, которые привели к снижению уровня жизни, ухудшилось состояние здоровья населения Украины. Поэтому для выпускников университетов физической культуры и спорта важнейшей задачей является формирование умений использования технологий восстановления здоровья в профессиональной деятельности как составляющей их профессиональной компетентности. Вместе с этим встает вопрос оценки уровня сформированности готовности использования технологий восстановления здоровья в профессиональной деятельности и разработки соответствующих критериев.

**Анализ предыдущих исследований и научных публикаций** позволяет сделать вывод о том, что проблема критериального инструментария формирования необходимых умений и компетентности будущего специалиста является весьма актуальной. Эта проблема рассматривается в работах В. Жигиря [5], А. Турчинова [7] и других. Теоретико-методические основы формирования умений будущих специалистов различных сфер использования технологий восстановления здоровья в профессиональной деятельности и в высших учебных заведениях, а также определения ее

уровневых показателей в профессиональной подготовке будущего специалиста в последнее время рассматривается в научных исследованиях украинских и зарубежных ученых: Ю. Ажиппо [1], Д. Воронин [3], А. Соколенко [6], А. Турчинов [7] и другие.

В тоже время, нами не выявлено достаточно публикаций по вопросам формирования умений использования технологий восстановления здоровья в профессиональной деятельности в профессиональной подготовке будущих специалистов ФКиС. Этим обусловлена актуальность вопроса сформированности готовности использования технологий восстановления здоровья в профессиональной деятельности специалистов ФКиС.

**Цель статьи.** Определение и обоснование системы критериев, конкретизация показателей и уровней сформированности умений использования технологий восстановления здоровья в профессиональной деятельности как составляющей профессиональной физической подготовки будущего специалиста ФКиС.

**Материалы и методы.** Анализ, синтез и систематизация научных источников с целью выявления состояния разработанности проблемы, абстрагирование и обобщение с целью исследования практического опыта формирования умений использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта в процессе профессиональной подготовки.

**Результаты и их обсуждение.** При определении критериев мы учитывали, что умения использования технологий восстановления здоровья является интегрированной характеристикой личностных качеств будущих специалистов физической культуры и спорта, структурными компонентами которой являются аксиологический, гносеологический и физкультурно-оздоровительный. В соответствии с этими компонентами мы выделили следующие критерии сформированности умений использования технологий восстановления здоровья: мотивационно-ценностный, когнитивно-осознаваемый и личностный. С их помощью можно оценить степень сформированности умений использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта

и определить эффективность этого процесса в профессиональной физической подготовке [2]. Для каждого критерия сформированности умений использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта мы определили показатели, характеризующие его готовность [8].

Мотивационно-ценностный критерий характеризует аксиологический компонент сформированности умений использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта. Его показателями являются сформированность у студентов ценностного отношения к своему здоровью и здоровью других людей, наличие устойчивого интереса и мотивации к сохранению и восстановлению здоровья в процессе профессиональной деятельности.

Среди ценностей сохранения и восстановления здоровья Н. Добротина выделяет самодостаточные и инструментальные ценности. Самодостаточные ценности находят свое выражение в целях деятельности по использованию технологий восстановления здоровья, связанной с развитием профессионализма в процессе самооздоровления, развитием здоровьесознательного сознания. Инструментальные ценности предусматривают овладение теорией (нормами, принципами) и путями (способами, приемами) деятельности по использованию технологий восстановления здоровья, составляющих профессиональной подготовки [4, с. 113]. Ценности деятельности по использованию технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта обеспечивают общественную значимость и престиж их профессиональной деятельности, заинтересованность ею, признание и поддержку ее коллективом, осуществлять сохранение здоровья, создавать здоровьесознательную образовательную среду в учебном заведении, возможность самоутверждения и профессионального роста.

Важным показателем сформированности умений использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта является положительная мотивация к сохранению здоровья. К мотивам такой деятельности можно отнести следующие:

- социальные мотивы (касающихся охраны здоровья общества в целом);
- мотивы восстановления здоровья (касаются непосредственно здоровьесознательной деятельности, например, понимание студентом содержания такой деятельности, способность самостоятельно формулировать и решать проблемы со здоровьем);
- мотивы личностного развития (владение собой, возможность реализовать свой творческий потенциал при использовании технологий восстановления здоровья).

При оценке сформированности умений использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта к устойчивой мотивации относили осознанное отношение к овладению этими умениями, профессионализм в практической деятельности при использовании тех-

нологий восстановления здоровья, творческий подход к решению проблем восстановления здоровья.

Когнитивно-осознаваемый критерий характеризует гносеологический компонент сформированности умений использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта. Показателями этого критерия является объем и полнота знаний о здоровье и способах его сохранения; способность использовать знания, умения и навыки, приобретенные в период обучения для сохранения здоровья во время профессиональной деятельности и в повседневной жизни. Знание о здоровье является важной предпосылкой формирования умений использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта, поскольку они являются основой для формирования навыков сохранения всех видов здоровья в целом, моральных убеждений, эстетических взглядов и мировоззрения здорового образа жизни. Будучи составной частью мировоззрения здорового образа жизни человека, знания определяют его отношение к действительности, нравственные взгляды, убеждения, волевые черты и является одним из условий развития способностей и интересов [8]. Когнитивно-осознаваемый критерий также отражает систему навыков, полученных в результате качественного развития знаний о восстановлении здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта, интереса, убеждений и мотивов.

Личностный критерий характеризует физкультурно-оздоровительный компонент сформированности умений использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта. Показателями этого критерия являются индивидуально-психологические и физические качества, важные для будущего специалиста ФКиС, в частности, такие: ответственность, эмоционально-волевая устойчивость, требовательность, дисциплинированность, высокая работоспособность, высокий уровень адаптационных возможностей организма. Эти качества личности позволяют эффективно осуществлять саморазвитие будущего специалиста ФКиС, способствуют творческому подходу к деятельности восстановления здоровья и достижению ее максимальной эффективности и результативности.

Обобщая различные подходы к определению уровней сформированности результатов обучения, мы выделили три уровня сформированности умений использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта: начальный, нормативный и активный.

Начальный уровень сформированности умений использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта характеризуется только формирующимся ценностным отношением к своему здоровью и здоровью других людей; отсутствием устойчивой мотивации к овладению умениями использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта; ограниченным запасом знаний о здоровье и способах его сохранения, отсутствием их творческого переосмысления и неумением перенести в практическую плоскость, отсутствием стремления к

овладению новыми способами деятельности, несформированностью индивидуально-психологических и физических качеств, важных для будущего специалиста ФКиС, непонимание их значения для профессиональной деятельности; неспособность к самосовершенствованию.

Нормативный уровень сформированности умений использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта характеризует принятие ценностей здоровья только в отдельных ситуациях; ситуативный интерес к использованию технологий восстановления здоровья и ситуативная мотивация к овладению ними; сформированность знаний о здоровье и способах его сохранения, способность их использовать; адекватное ориентирование в ситуациях, связанных с сохранением здоровья, отсутствие стремления к овладению новыми способами и приемами деятельности, дефицит оригинальных решений; слабо сформировано осознание значимости личностных качеств во время профессиональной деятельности.

Для активного уровня сформированности умений использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта характерно осознание важности сохранения здоровья, ценностное отношение к своему здоровью и здоровью других людей; устойчивый интерес к формированию умений использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта и дальнейшего их совершенствования; сформированность системы знаний о здоровье и способах его сохранения, прочность и полнота знаний, уверенность в их истинности, эффективное использование знаний; способность применять известные способы деятельности в новых условиях; сформированность таких личностных качеств, как ответственность, работоспособность, требовательность, дисциплинированность; способность к самообразованию и постоянное стремление к самосовершенствованию.

Экспериментальная работа предусматривала внедрение в процесс профессиональной физической подготовки будущих специалистов ФКиС определенных и обоснованных содержания, форм, методов и средств обучения, обеспечивающих формирование умений использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта. Формирование умений использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта в экспериментальной группе осуществлялось при аудиторной (проблемные лекции, лекции-вебинары, лекции-визуализации, лекции с ошибками, семинары, учебно-тренировочные занятия и т.п.) и внеаудиторной работы (работа над проектами, написание докладов и рефератов, подготовка презентаций, участие в работе научных проблемных групп, научно-практических конференциях по вопросам культуры здоровья, работе круглого стола, туристические походы, участие в спортивных соревнованиях различных уровней, работа в международных благотворительных фондах и т.д.), что обеспечивало развитие потребности в сохранении своего здоровья и здоровья окружающих, формирования ценностных ориентаций и устойчивых мотивов к

приобретению умений использования технологий восстановления здоровья будущими специалистами физической культуры и спорта. Использовались такие методы обучения, как эвристическая беседа, метод проектов, тренинг, деловая игра, «мозговой штурм», диалог, дебаты, диспут, убеждения, демонстрация, решение ситуационных задач, рефлексивные ситуации, тестирование. Указанные формы и методы профессиональной подготовки обеспечили развитие личностных качеств, в частности: ответственности, эмоционально-волевой устойчивости, требовательности, дисциплинированности, ценностного отношения к своему здоровью и здоровью других. В контрольной группе (КГ) профессиональная подготовка осуществлялась традиционно распространенными методиками. В контрольную группу вошло 114 студентов, будущих специалистов ФКиС. Экспериментальную группу (ЭГ) составили 108 студентов.

Анализ результатов проведенного эксперимента показал успешность реализации авторских разработок, подтверждают данные табл. 1, где качественные и количественные изменения по каждому из показателей отражены в динамике уровней сформированности умений использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта контрольной и экспериментальной групп. Для оценки были использованы анкетирование по теме «Ваше отношение к здоровью» и «Ваше отношение к здоровьезбережувальной деятельности», опрос по вопросник М.Рокича «Ценностные ориентации», тестовая проверка знаний, системы гимнастических упражнений и тест РWC170 в самом начале и на итоговом этапе экспериментального исследования.

**Таблица 1.** Динамика уровней сформированности умений использования технологий восстановления здоровья по каждому показателю (%)

<i>Критерий и показатель</i>	<i>Уровень</i>	<i>ЭГ</i>	<i>КГ</i>
<b><i>Мотивационно-ценностный критерий</i></b>			
Мотивация к сохранению здоровья	начальный	-12,9 %	-1,8 %
	нормативный	1,8 %	0,8 %
	активный	11,1 %	1,0 %
Ценностные ориентации	начальный	-9,3 %	-3,6 %
	нормативный	1,0 %	1,8 %
	активный	8,3 %	1,8 %
<b><i>Когнитивно-осознаваемый критерий</i></b>			
Объём та полнота знаний	начальный	-10,2 %	-2,6 %
	нормативный	9,2 %	0,9 %
	активный	1,0 %	1,8 %
Процедурные навыки	начальный	-11,1 %	-0,9 %
	нормативный	12,0 %	1,7 %
	активный	-0,9 %	-0,8 %
<b><i>Личностный критерий</i></b>			
Адаптационные возможности и трудоспособность	начальный	-12,1 %	-1,7 %
	нормативный	6,5 %	-0,9 %
	активный	5,6 %	2,6 %

Анализ результатов эксперимента в контрольных и экспериментальных группах свидетельствует об эффективности внедрения в процесс профессиональной подготовки будущих специалистов ФКиС научно обоснованной модели управления этим процессом, учебных и методических пособий, практических рекомендаций, разработанных автором исследования, позволяет студентам эффективно применять техноло-

гий восстановления здоровья в будущей профессиональной деятельности.

**Выводы.** Проведенное исследование особенностей формирования умений использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта при профессиональной физической подготовке позволило определить критерии и показатели сформированности умений использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта: мотивационно-ценностный, когнитивно-осознаваемый и личностный. Также выделены три

уровня сформированности умений использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта. В общем виде это позволяет обосновать комплекс педагогических условий, обеспечивающих оптимальное функционирование рассматриваемого процесса, даёт возможность определить исходные позиции, состояние сформированности умений использования технологий восстановления здоровья будущих специалистов физической культуры и спорта, разработать методику их формирования у будущих специалистов.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Ажиппо О. Ю. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності в загальноосвітніх навчальних закладах (теоретичний і методичний аспекти). Харків : Цифрова друкарня № 1, 2012. 423 с.
2. Бойченко Т. Є. Здоров'язберігаюча компетентність як ключова освіти України. *Основи здоров'я і фізичної культури*. 2008. № 11–12.
3. Воронін Д. Є. Формування здоров'язберігаючої компетентності студентів вищих навчальних закладів засобами фізичного виховання : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07. Херсон, 2006. 20 с.
4. Добротина Н. А. Биология человека, экология и здоровье (антропологическая валеология) : учеб. пособ. Н. Новгород, 1999. 247 с.
5. Жигір В.І. Оцінювання професійної компетентності фахівця як фактор його формування. *Наукові записки Бердянського державного педагогічного університету. Серія : Педагогічні науки*. 2014. Вип. 2. С. 40-47.
6. Соколенко О. І. Формування ціннісного ставлення студентів вищих педагогічних навчальних закладів до свого здоров'я : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Луганськ, 2008. 20 с.
7. Турчинов А. В. Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх офіцерів національної гвардії України у процесі професійної підготовки : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Харків, 2016. 20 с.
8. Шеремет І. В. Професійно-прикладна фізична підготовка як один із шляхів формування компетентності фахівця. *Вісник Запорізького національного університету*. 2011. № 1(5). С. 73–81.

#### REFERENCES

1. Ajippo, O. Yu. (2012). Preparation of the Maybutny Teachers of the Physical Culture to the Professional Dyalnost in the Gagalnoosvitnii Naval Mortgages (Theoretical and Methodical Aspect). Kharkiv (in Ukr.).
2. Boychenko, T. Y. (2008). Healthcare-retaining competence as a key education of Ukraine. *Osnovy zdorovia i fizychnoi kultury*. (Fundamentals of Health and Physical Culture), 11-12 (in Ukr.).
3. Voronin, D. Ye. (2006). Formation of the Health Preserving Competence of Students of Higher Educational Institutions by Means of Physical Education. (PhD dissertation). *Theses*. Kherson (in Ukr.).
4. Dobrotyna, N. A. (1999). Biology of man, ecology and health (anthropological valeology): study. way. N. Novgorod (in Rus.).
5. Zhigir, V.I. (2014). Estimation of professional competence of a specialist as a factor of its formation. *Naukovi zapysky Berdianskoho derzhavnogo pedahohichnoho universytetu*. Ser : Pedahohichni nauky (Scientific notes of the Berdyansk State Pedagogical University: Pedagogical sciences), 2, 40-47 (in Ukr.).
6. Sokolenko, O.I. (2008). Formation of value attitudes of students of higher pedagogical educational institutions to their health. (PhD dissertation). *Theses*. Lugansk (in Ukr.).
7. Turchinov, A.V. (2016). Formation of Health Preservation Competence of Future Officers of the National Guard of Ukraine in the Process of Professional Training (PhD dissertation). *Theses*. Kharkiv (in Ukr.).
8. Sheremet, I.V. (2011). Professional-applied physical training as one of the ways of forming the competence of a specialist. *Visnyk Zaporizkoho natsionalnoho universytetu*. (Bulletin of the Zaporizhzhya National University), 1 (5), 73-81 (in Ukr.).

#### Criteria and levels of readiness of future specialists in physical culture and sports to use health restoration technologies in professional activity

Yu. M. Tverdokhlebova

**Abstract.** The study of the features of the formation of skills in the use of health restoration technologies for future specialists in physical culture and sports during professional physical training made it possible to determine the criteria and indicators of the formation of skills in the use of technologies for the restoration of health of future specialists in physical culture and sports: motivational-value, cognitive-conscious and personal. Also, three levels of formation of the skills of using technologies for restoring the health of future specialists in physical culture and sports are identified.

**Keywords:** health restoration technologies, professional training, specialists in physical culture and sports, skills, criterion, level of readiness.