

¹А.Ю. Ажиппо, д-р пед. наук, профессор, ²Л.В. Подригало, д-р мед. наук, профессор ¹Харьковская государственная академия физической культуры и спорта ²Харьковский национальный педагогический университет имени Г.С. Сковороды

ОПТИМИЗАЦИЯ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ В СВЯЗИ С ОСОБЕННОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ УКРАИНЫ

Имеющиеся официальные данные и результаты многочисленных научных исследований свидетельствуют о наличии неблагоприятной тенденции в состоянии здоровья населения Украины, особенно выраженной у так называемых «индикаторных» возрастных групп (дети, молодежь, пожилые люди). В настоящее время имеет место негативная динамика всех критериев, характеризующих здоровье. Основными проявлениями данного процесса являются ухудшение уровня физического развития; возрастание удельного веса лиц с дисгармоничным развитием; снижение функционального состояния, проявляющегося уменьшением уровня умственной и физической работоспособности; нарушение сопротивляемости, приводящее к повышению восприимчивости к возбудителям различных заболеваний. Довершает имеющуюся картину изменение структуры здоровья за счет резкого сокращения числа здоровых с параллельным возрастанием удельного веса лиц, страдающих хроническими заболеваниями, и/или имеющих так называемые донозологические состояния. К сожалению, имеет место тенденция к увеличению числа инвалидов, причем именно инвалидов детства, что должно быть оценено как прогностически негативный фактор из-за невозможности полной самореализации этих детей.

Указанные изменения в структуре здоровья населения позволяют сделать вывод о его постепенном снижении, что, в свою очередь, неблагоприятно отразится на экономическом, социальном, культурном потенциале нации.

В соответствии с политикой ВОЗ одним из главных направлений обеспечения здоровья населения является так называемое «Содействие здоровью» (Health promotion). Оно определяется как процесс, позволяющий повысить контроль формирования здоровья и детерминант, его определяющих, и, соответственно, преумножение уровня здоровья. Необходимость решения вопросов сохранения и укрепления здоровья (прежде всего, здоровых лиц) обуславливает необходимость развития принципиально нового направления, ориентированного на изучение процессов оздоровления и оценки их эффективности, использования различных форм и средств, позволяющих повысить уровень

работоспособности, как основного показателя, определяющего вклад каждого человека в общий потенциал государства.

Исходя из общепринятой концепции здоровья, профилактика его нарушений должна осуществляться, прежде всего, через оптимизацию образа жизни, которому принадлежит ведущая роль в сохранении здоровья. К сожалению, образ жизни преобладающей части детей, подростков и молодежи не может быть оценен как здоровый. Среди наиболее распространенных нарушений должны быть отмечены гиподинамия, нарушение физиологических ритмов труда и отдыха, диспропорция режима питания, преобладание в свободном времени пассивных видов отдыха, высокие визуально-информационные нагрузки, связанные с широкой популярностью мультимедийных технологий. Реализация указанных факторов приводит к формированию донозологических состояний, которые постепенно переходят в патологию. Так, нездоровое питание, широкая распространенность вредных привычек повышают вероятность развития избыточной массы тела и ожирения, являющихся, в свою очередь, фактором риска многих хронических неинфекционных заболеваний. В тоже время, как показали наши исследования, наличие регулярных физических нагрузок способствует оптимизации образа жизни, что, в свою очередь,

позитивно отражается на состоянии здоровья.

Концепция «Содействия здоровью», обуславливает необходимость популяризации здорового образа жизни, пропаганды оздоровительных факторов и уменьшения выраженности факторов риска. Ведущим компонентом здорового образа жизни, в свою очередь, является оптимальная двигательная активность, позволяющая повлиять практически на все критерии, характеризующие здоровье, обеспечивающая профилактику гипокинезии, и тем самым обеспечивающая снижение распространенности так называемых «болезней цивилизации».

В сложившейся ситуации насущной необходимостью становится подготовка и переподготовка специалистов, деятельность которых будет направлена на оптимизацию здоровья различных групп населения, профилактику возникновения нарушений здоровья, обеспечивать как оздоровительное, так и превентивное или реабилитационное воздействие. Их подготовка должна сочетать в себе как медико-биологическую, так и физкультурно-оздоровительную направленность, что принципиально отличает ее от подготовки специалистов медицинского профиля, специализирующихся преимущественно на лечении уже имеющихся болезней. В рассматриваемом контексте это означает, необходимость подготовки специалистов, профессиональная деятельность которых будет направлена на оптимизацию образа жизни лиц с различным уровнем здоровья. Данные специалисты должны иметь необходимую квалификацию, как в вопросах здоровья, так и в вопросах профилактики его нарушений. Учитывая скомпрометированность терминов «валеология», «санология» и, главное, отсутствие целевой подготовки таких специалистов в рамках педагогики, наиболее приемлемым является организация подготовки в рамках высшей школы специалистов в области физической культуры и спорта. Исходя из необходимости воздействия на образ жизни, перспективным становится такое направление как рекреация, позволяющее соединить в себе элементы как профилактической медицины (гигиены, нутрициологии), так и физкультуры, физиологии, биоритмологии и др.

Практическая реализация указанного направления может осуществляться путем подготовки и переподготовки специалистов следующих специальностей и специализаций высшего образования в области физической культуры и спорта:

- тренеров для различных видов спорта, специалистов по фитнесу, т. е. лиц, работающих с практически здоровыми людьми;
- рекреологов – специалистов по оздоровлению, коррекции донозологических состояний, производимых как на индивидуальном уровне, так и в оздоровительных учреждениях для детей и взрослых;
- реабилитологов – специалистов для работы с лицами, страдающими хроническими заболеваниями, как в условиях санаторных учреждений, так и специализированных центров реабилитации;
- развитие международного туризма, рекреации и оздоровления предопределяет аналогичную направленность подготовки специалистов, способных работать в данной сфере,

с учетом необходимой специфики (знание иностранных языков, основ организации и планирования, управленческой подготовки и др.).

- перспективным направлением является подготовка лиц, работающих с масс-медиа, имеющих спортивно-оздоровительную специфику.

Указанные направления предопределяют некоторое изменение акцентов в подготовке специалистов. В перспективе насущной необходимостью становится внесение изменений в соответствующие отраслевые стандарты высшего образования, в связи с необходимостью разработки и утверждения квалификационных характеристик новых профессий.

Однако на первичном этапе имеется необходимость лишь в изменении акцентов подготовки. Основу подготовки, как и ранее, должно осуществлять сочетание фундаментальных медико-биологических дисциплин и практических дисциплин

спортивно-физкультурной направленности; однако полученные теоретические знания, практические умения и навыки должны быть направлены на то, что составляет основу деятельности указанных выше специалистов по фитнесу, рекреологов и реабилитологов. Это оценка и прогнозирование уровня здоровья, определение адекватности физических нагрузок, эффективности проводимых профилактических, оздоровительных и реабилитационных мероприятий.

Перестройка образования должна сопровождаться и переходом на качественно иные подходы в научно-исследовательской работе. Обилие «белых пятен» в области рекреации, оздоровления предопределяет актуальность научно-исследовательских работ в этой области, что позволит обеспечить современный уровень преподавания, существенно сократить время от получения научных результатов до внедрения их в практику учебной работы.

Это дает основания для расширения научных направлений работы за счет включения в них исследований, направленных на увеличение потенциала здоровья здорового человека, восстановление здоровья у больных вне стадии заболевания, а также у лиц, находящихся в состоянии предболезни. Реализация указанного направления возможна путем осуществления следующих задач:

- развитие системы донологической диагностики и коррекции функциональных нарушений, основанной на приоритете здорового образа жизни и направленной на профилактику болезней;
- разработка, апробация и стандартизация инновационных рекреационных и реабилитационных мероприятий; подготовка методического обеспечения оценки адаптационных возможностей человека и единых технологий восстановительной медицины; внедрение унифицированных методик;
- внедрение современных методов экспресс-диагностики и комплексных оздоровительных программ с использованием арсенала немедикаментозных средств;
- формирование у широких слоев населения мотивации к здоровому образу жизни, уверенности в своем здоровье для достижения высоких результатов.
- мониторинг функциональных резервов, донологическая диагностика на ранних стадиях развития адаптационного синдрома и своевременная коррекция функционального состояния.

Таким образом, повышение качества подготовки специалистов в области физической культуры и спорта должно базироваться на реалиях современной социально-экономической ситуации в стране. Имеющиеся негативные тенденции в состоянии здоровья населения обуславливают необходимость перестройки образования, организации подготовки и переподготовки специалистов, способных работать с людьми с различным уровнем здоровья, обеспечивать необходимый оздоровительный, превентивный и реабилитационный эффекты. Учитывая новизну указанных направлений, необходимо использование научных подходов, проведение исследований в данной области и максимально быстрое внедрение полученных результатов в учебный процесс. Такой комплексный подход, заключающийся в сочетании указанных направлений, будет способствовать не только оптимизации подготовки специалистов, но и позволит обеспечить их востребованность на рынке труда, максимальную эффективность самореализации.