

2. The comparison of the studied parameters among the sportsmen of MS qualifications showed the predominance of sympathetic influences of ANS of the taekwondo wrestlers, presence in both groups of sportsmen with hypokinetic TC and lack sportsmen with hyperkinetic TK, as well as the absence of significant differences among the  $PWC_{170}/kg$  and IFS compared to the boxers.

3. The taekwondo wrestlers and boxers of the CMS-1 level qualifications had the predominance of a parasympathetic link of ANS, eukinetic TC, among the taekwondo wrestlers there are by 4 times more sportsmen with hyperkinetic TC and lack of significant differences among the  $PWC_{170}/kg$  and IFS.

4. The correlation analysis between the studied indicators showed the relationship according to which the taekwondo wrestlers of MSIC qualification increase  $PWC_{170}/kg$  and IFS accompanied by decrease of CI to economical hypokinetic TC. In qualifications of MS, CMS-1 level the taekwondo wrestlers and the boxers of qualifications of CMS-1 level had the decrease of influences of parasympathetic ANS accompanied with decrease of CI to economical hypokinetic TC.

Perspectives future research is to study the influence of the same training loadings in a year cycle of training process on HRV, central hemodynamics and physical performance among the representatives of other sports.

**Key words:** taekwondo, boxing, heart rate variability, central hemodynamics, physical performance, correlation.

УДК 378.14:371.134:613/614:371.72(043.5)

**О. Міхеєнко**

Сумський державний педагогічний  
університет імені А. С. Макаренка

## **НАУКОВО-МЕТОДИЧНА СИСТЕМА ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ЗІ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ ДО ЗАСТОСУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗМІЦНЮВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ**

У статті розглядаються концептуальні, методологічні, організаційні й навчально-виховні аспекти процесу професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій. Розроблено модель науково-методичної системи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій. Доведено, що ефективність професійної підготовки майбутнього фахівця зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій визначається цілісною концепцією професіоналізації та відповідним науково-методичним забезпеченням навчально-виховного процесу.

**Ключові слова:** здоров'я людини, професійна підготовка, майбутні фахівці зі здоров'я людини, здоров'язміцнювальні технології, науково-методична система професійної підготовки.

**Постановка проблеми.** Світові перетворення зумовили переорієнтацію освітнього напрямку й формування нової парадигми результату освіти. Першочерговим завданням сучасної науки й освіти є створення сприятливих умов для індивідуального розвитку людини з метою підготовки не просто фахівця високої кваліфікації, спроможного свідомо й ефективно виконувати свої професійні обов'язки, а високоосвіченої, культурної, активної

особистості, здатної до творчого критичного мислення, і такої, яка прагне змінити на краще власне життя й життя своєї країни.

**Аналіз актуальних досліджень.** Згідно з новими вимогами до системи професійної освіти взагалі й до підготовки у вищих навчальних закладах майбутніх фахівців зі здоров'я людини слід розглядати як у площині глобальних проблем сучасності, так і з погляду внутрішніх, насамперед, соціальних змін у країні та шляхів інтеграції у світовий соціум і європейську освітню спільноту. Характерною особливістю сучасних тенденцій в освіті є спрямованість на розвиток творчої ініціативи, самостійності, конкурентоспроможності, мобільності майбутніх фахівців, зокрема, зі здоров'я людини, від ефективності підготовки яких значною мірою залежить якість надання оздоровчих послуг [2, 26–30; 3, 6–11; 4; 9].

**Мета:** проаналізувати методологічні, організаційні та навчально-виховні особливості процесу професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини; розробити науково-методичну модель професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій.

Для досягнення мети використано такі **методи дослідження:** аналіз основних понять дослідження, навчально-методичної, наукової літератури, нормативно-правових документів у галузі освіти та охорони здоров'я, моделювання цілісного процесу підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій, педагогічний експеримент.

**Виклад основного матеріалу.** Процес підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини слід розглядати як цілісну систему, що відображає об'єктивні тенденції розвитку вищої освіти, закономірності розвитку галузі професійної діяльності, місця й ролі спеціаліста в ній, перелік функцій, до виконання яких він готується під час навчання в системі професійної освіти, основні вимоги до змісту знань і вмінь, необхідних для успішного виконання професійних обов'язків і подальшого розвитку професійно важливих та особистісних якостей. Аналіз низки міжнародних і державних законодавчих актів, наукових досліджень, пов'язаних із різними аспектами професійної підготовки, актуальних проблем збереження здоров'я населення, вимог до професійної діяльності фахівця зі здоров'я людини дозволив визначити загальні положення концепції підготовки фахівців оздоровчої галузі. Концептуальні положення складають нормативні вимоги до підготовки фахівців, методологічні підходи, загальнодидактичні та специфічні принципи підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини.

Професійна підготовка майбутнього фахівця зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій як процес має свою мету, завдання, зміст, принципи, форми, методи й засоби навчання. Концептуальне бачення цього процесу подано в авторській моделі (рис. 1).

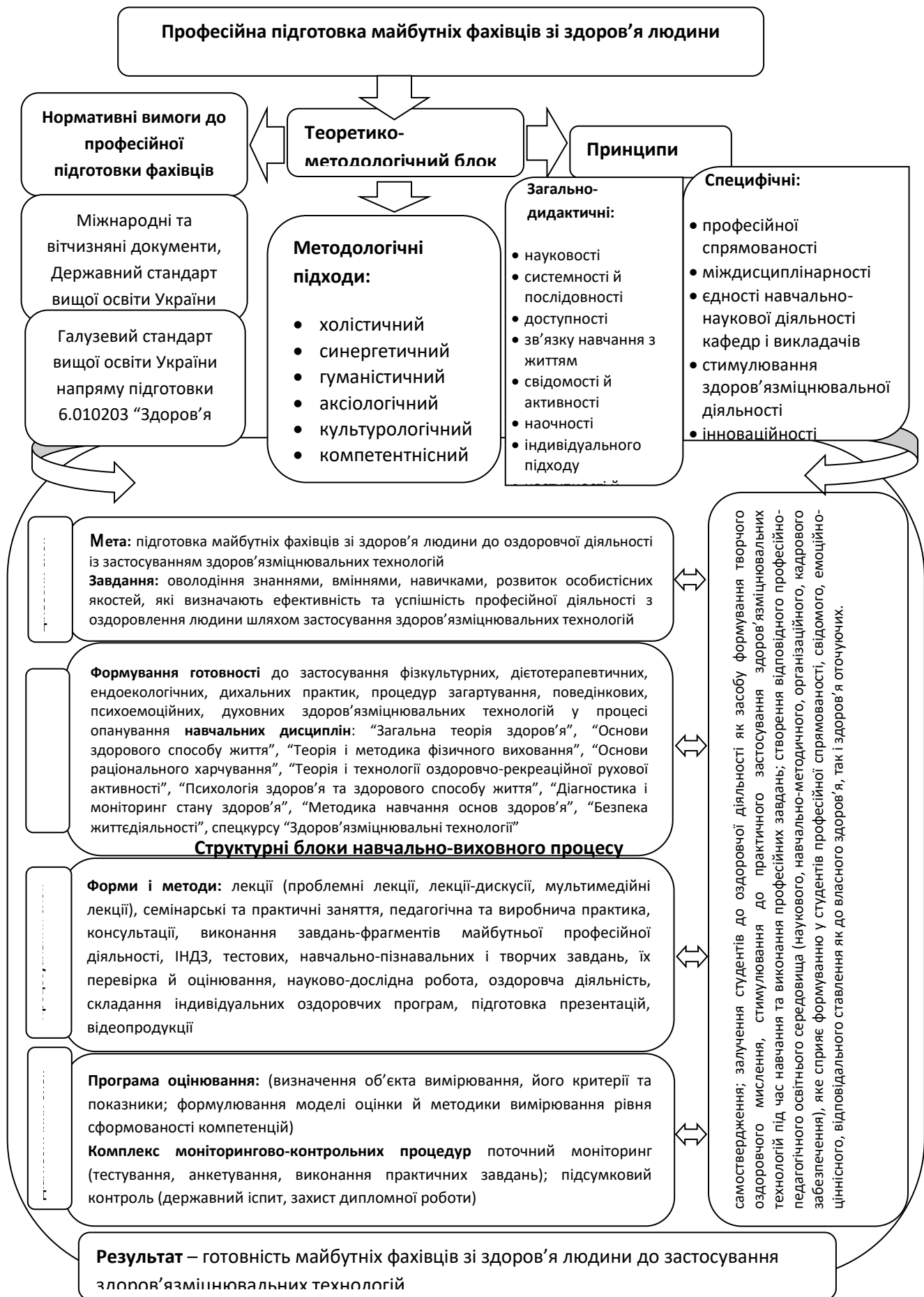


Рис. 1. Модель науково-методичної системи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій

Основою методологічного аспекту концепції професійної підготовки фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій є фундаментальні наукові підходи, а саме: холістичний, синергетичний, гуманістичний, аксіологічний, культурологічний, компетентнісний і діяльнісний, оскільки саме вони значною мірою визначають особливості, принципи, умови й норми як процесу оздоровлення організму людини, що є важливим з погляду практично-прикладної діяльності фахівців зі здоров'я людини, так і процесу професійної підготовки фахівця з погляду соціальної та педагогічної сфери [1, 12–15; 5, 22–80; 6, 280–285; 8, 36–45].

Професійна підготовка майбутніх фахівців зі здоров'я людини будується згідно *принципів навчання*. Окрім розгляду загальнодидактичних принципів у контексті підготовки фахівців зі здоров'я людини, нами визначено й специфічні принципи як найбільш адекватні щодо професійної підготовки фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій та окреслено шляхи їх реалізації. Зокрема, *принцип професійної спрямованості* навчально-пізнавальної діяльності студентів реалізується через формування своєрідного іміджу професіонала оздоровчої діяльності, розвитку професійно значущих якостей, фахових здібностей особистості майбутнього фахівця. Чітка професійна спрямованість процесу підготовки сприяє актуалізації важливих професійних мотивів фахівця зі здоров'я людини. *Принцип міждисциплінарності* передбачає інтегративний вплив сукупності міждисциплінарних зв'язків, які зумовлюють формування системи професійних знань, умінь і навичок та якостей фахівця зі здоров'я людини та їх використання в майбутній професійній діяльності. *Принцип єдності навчально-наукової діяльності кафедр і викладачів* зумовлений передусім специфікою вищої освіти, що полягає в єдності наукових досліджень, навчальної та професійної діяльності. *Принцип стимулювання здоров'язміцнювальної діяльності* студентів передбачає створення організаційно-методичних, морально-психологічних умов, які підвищують інтерес до практичного використання здоров'язміцнювальних технологій як щодо себе, так і в професійній діяльності. *Принцип інноваційності* передбачає інваріативність розв'язання професійних завдань, багатокритеріальність контролю й оцінки досягнутих результатів і реалізовується через динамічність змісту, варіативність форм і методів підготовки, формування у студентів здатності до творчого проектування та застосування здоров'язміцнювальних технологій. *Принцип емоційності* покликаний вплинути на формування емоцій, які активізують навчально-пізнавальну та практично-оздоровчу діяльність, і запобігти появі таких, що

негативно позначаються на ній. Процес опанування знань про здоров'я супроводжується формуванням понятійно-інформаційного апарату оздоровчої галузі, оперування яким позитивно впливає на психофізіологічні процеси, змінює систему цінностей і, відповідно, спосіб життя, а отже, сприяє зміцненню здоров'я.

Метою навчально-виховного процесу є формування в майбутніх фахівців зі здоров'я людини інтегральної компетентності до застосування здоров'язміцнювальних технологій. У контексті дослідження з урахуванням Галузевого стандарту вищої освіти України, освітньо-кваліфікаційної характеристики та освітньо-професійної програми напряму підготовки 6.010203 «Здоров'я людини» [3, 12–35] було визначено 12 компетенцій, що поділяються на три групи: соціальні, загальнонаукові й фахові. Кількість компетенцій визначено з тих позицій, що вони мають охоплювати весь спектр здатностей, оволодіння якими забезпечує готовність майбутнього фахівця зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій, водночас не повинні перетинатись і дублювати один одного, ймовірність чого зростає зі збільшенням їх кількості.

Основу навчально-виховного процесу становить *змістовий блок* як чинник формування не тільки інформаційних компетенцій, а й професійної самосвідомості, культури здоров'я, емоційно-ціннісного й свідомого ставлення до здоров'я, мотивації до оздоровчої діяльності, творчого оздоровчого мислення фахівця зі здоров'я людини. Питання про змістові характеристики, які є ключовим чинником освітнього процесу, постає перед розробленням кожної навчальної програми підготовки фахівця як основне питання дидактики. Метою вдосконалення змісту було приведення його у відповідність до фахових вимог, перехід від вузькоспрямованого викладання розрізнених знань до їх подання як предмета навчальної діяльності, спрямованої на вивчення дисциплін, об'єднаних метою та завданнями оздоровчої практики [7, 96–106].

*Процесуальний блок* розроблявся в тісному взаємозв'язку з іншими аспектами навчально-виховного процесу та включає педагогічні умови, методи, форми й засоби організації аудиторної та позааудиторної навчальної діяльності викладача та студентів.

*Діагностичний блок* становить собою комплекс моніторингово-контрольних процедур, що здійснюються впродовж усього навчання під час підведення підсумків. Головним критерієм ефективності професійної підготовки є рівень сформованості в студентів здатностей вирішувати завдання професійної діяльності. Формування здатностей забезпечується через оволодіння системою вмінь із розв'язання задач професійної діяльності фахівця, що є відображенням наявності цих здатностей.

**Висновки та перспективи подальших наукових розвідок.** Трансформація суспільних поглядів щодо освіти й розвитку людини, а також

зміна освітніх парадигм впливає на зміст і організацію вищої освіти. Підготовка майбутніх фахівців зі здоров'я людини є складною, цілеспрямованою, динамічною системою, основою якої є комплекс теоретико-методологічних підходів, принципів і взаємопов'язаних структурних блоків навчально-виховного процесу, покликаних забезпечити підготовку компетентного фахівця, здатного здійснювати оздоровчу діяльність.

Перспективи подальших наукових пошуків ми вбачаємо у вивченні теоретико-методологічних засад удосконалення підготовки фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій у системі післядипломної освіти та їхнє професійне самовдосконалення впродовж життя з метою забезпечення конкурентоспроможності фахівця в сучасних умовах ринкової економіки.

### ЛІТЕРАТУРА

1. Адоньев Е. О. Традиційна та гуманістична парадигма освіти в антропологічному вимірі / Е. О. Адоньев // Постметодика. – 2002. – № 7/8. – С. 12–15.
2. Бойчук Ю. Д. Компетентнісний підхід до формування еколого-валеологічної культури майбутнього вчителя / Ю. Д. Бойчук // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Х. : ХДАДМ (ХХПІ), 2009. – № 7. – С. 26–30.
3. Галузевий стандарт вищої освіти України; освітньо-кваліфікаційна характеристика; освітньо-професійна програма підготовки; засоби діагностики якості вищої освіти бакалавра галузі знань 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини» напряму підготовки 6.010203 «Здоров'я людини» – К., 2013. – 60 с.
4. Інтеграція в європейській освітній простір: здобутки, проблеми, перспективи : монографія / за заг. ред. Ф. Г. Ващука. – Ужгород : ЗабДУ, 2011. – 560 с.
5. Іонова О. М. Системний та синергетичний підходи / О. М. Іонова // Наукові підходи до педагогічних досліджень : колективна монографія / за заг. ред. д. пед. наук, проф., чл.-кор. НАПН України В. І. Лозової. – Х. : Апостроф, 2012. – С. 22–80.
6. Косяк В. А. Здоров'я: аксиологічний контекст / В. А. Косяк // Педагогіка здоров'я : збірник наукових праць IV Всеукраїнської науково-практичної конференції. – Харків : ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, 2014. – С. 280–285.
7. Міхеєнко О. І. Зміст професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини / О. І. Міхеєнко // Збірник наук. праць Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди «Теорія та методика навчання та виховання» / за заг. ред. член-кор. НАПН України А.В. Троцько. – Харків : ХНПУ, 2013. – Вип. 34. – С. 96–106.
8. Міхеєнко О. І. Холістичний підхід до оцінки рівня здоров'я організму людини / О. І. Міхеєнко // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології : зб. наук. праць. – Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2012. – № 1(19). – С. 36–45.
9. Рашкевич Ю. М. Болонський процес та нова парадигма вищої освіти : монографія / Ю. М. Рашкевич. – Львів : Львівська політехніка, 2014. – 168 с.

### РЕЗЮМЕ

**Міхеєнко А.** Научно-методическая система профессиональной подготовки будущих специалистов по здоровью человека к применению здоровьеукрепляющих технологий.

*В статье рассматриваются концептуальные, методологические, организационные и учебно-воспитательные аспекты процесса профессиональной подготовки будущих специалистов по здоровью человека к применению здоровьеукрепляющих технологий. Разработана модель научно-методической*

*системы профессиональной подготовки будущих специалистов по здоровью человека к применению здоровьесберегающих технологий. Доказано, что эффективность профессиональной подготовки будущего специалиста по здоровью человека к применению здоровьесберегающих технологий определяется целостной концепцией профессионализации и соответствующим научно-методическим обеспечением учебно-воспитательного процесса.*

**Ключевые слова:** *здоровье человека, профессиональная подготовка, будущие специалисты по здоровью человека, здоровьесберегающие технологии, научно-методическая система профессиональной подготовки.*

### SUMMARY

**Mikheienko O.** Scientific-methodical system of professional training of future human health specialists for the usage of health strengthening technologies.

*The article deals with the conceptual, methodological, organizational, educational and training aspects of professional training of future human health specialists for the usage of health strengthening technologies.*

**The purpose of research** *is to analyze the methodological, organizational, teaching and educational characteristics of the professional training process of future human health specialists; to develop scientific and methodological training model of future human health specialists for the usage of health strengthening technologies, to reveal the essential characteristics and relationships of its structural components. The scholarly methodical system of training future human health specialists to use health-strengthening technologies is grounded and the model of the above-mentioned system is developed. The model reflects the theoretical and methodical set (regulatory requirements to the professional training, scholarly methodological approaches, general didactic and specific principles of learning) and the structural sets of the educational process (the target, the content, the procedure and the diagnostic sets); the essence of the specific principles of learning (the principle of professional direction, the interdisciplinary principle, the principle of the unity of educational and scholarly activity of departments and staff; the principle of stimulating health-strengthening activity; the innovative principle; the emotional principle) is revealed; the pedagogical conditions that ensure the efficiency of educational process of training future human health specialists to use health-strengthening technologies (the development of the cognitive component of the content of training future human health specialists to use health-strengthening technologies as a basis for forming professional competence, values and motifs of health, professional self-consciousness and self-affirmation; attracting the students to the health-improving activity as a means of forming creative health-improving thought, stimulating the practical use of health-improving technologies in learning and when accomplishing the professional tasks; creating proper professional and pedagogical educational surroundings (scholarly, educational and methodical, organizational, staff provision) that facilitates forming students' professional direction, conscious, emotional, valuable and responsible attitude both to their own health and the health of people around) are revealed. It is proved that the effectiveness of the professional training of future human health specialists for the usage of health strengthening technologies is determined by a holistic concept of professionalization and relevant scientific and methodological support of the educational process.*

We can see some **prospects for further research** *in the study of theoretical and methodological bases of perfection of future human health specialists for the usage of health strengthening technologies in the system of postgraduate education and professional self-improvement in their lifetime in order to ensure the competitiveness of a specialist in modern market economy.*

**Key words:** *human health, professional training, future human health specialists, health-strengthening technologies, scholarly methodical system of training future human health specialists to use health-strengthening technologies.*

УДК 615.825:159.942-057.875-055.2:616.8-008.6

**А. Ольховик**

Сумський державний педагогічний  
університет імені А. С. Макаренка

## **ВПЛИВ КОМПЛЕКСНОЇ ПРОГРАМИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ НА НЕЙРОГУМОРАЛЬНУ РЕГУЛЯЦІЮ СИСТЕМИ КРОВООБІГУ СТУДЕНТОК СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ ІЗ ВЕГЕТО-СУДИННОЮ ДИСТОНІЄЮ ЗА ЗМІШАНИМ ТИПОМ**

*У статті досліджено вплив комплексної програми фізичної реабілітації на нейрогуморальну регуляцію студенток основної групи Української академії банківської справи Національного банку України порівняно зі студентками групи порівняння, які займалися за загальноприйнятою програмою фізичного виховання. Визначено, що наприкінці дослідження динаміка змін ортостатичної проби мала статистично значущу відмінність у студенток основної групи, де відбулося зменшення середнього показника на  $15,05 \text{ уд.} \cdot \text{хв}^{-1}$ , а кліностатична проба зменшилась на  $13,65 \text{ уд.} \cdot \text{хв}^{-1}$  порівняно зі студентками групи порівняння ( $p < 0,05$ ).*

**Ключові слова:** *студентки, фізична реабілітація, спеціальна медична група, вегето-судинна дистонія, ортостатична та кліностатична проби.*

**Постановка проблеми.** За останні роки в Україні спостерігається стійка тенденція до зростання захворюваності на хвороби системи кровообігу – 2512,2 випадків на 100 000 осіб населення в 1991 році до 4972,0 у 2013 р., тобто вдвічі, а їх поширеності – утричі, з 19 607,5 до 58 429,0 випадків на 100 000 осіб. Захворюваність і поширення хвороб системи кровообігу займає перше місце у структурі хвороб. Протягом 2005–2013 рр. поширеність серед населення Сумської області цього виду нозологій зросла на 12,2 % [7, 69–70]. Найбільш поширеною патологією, на думку вчених О. З. Блавта, Е. А. Отева, М. М. Скуратович є вегето-судинна дистонія, яка серед молоді спостерігається у 22,00–25,00 % випадків захворюваності [2, 14–15; 9, 31; 10, 5]. Як стверджують В. Г. Бурлай, О. М. Окороков, проблема вегето-судинної дистонії набула великої соціальної та економічної значущості [4, 2; 8, 10]. Це захворювання перешкоджає вибору багатьох професій, а за наявності клінічно значущих порушень ритму серця в юнаків іноді призводить до непридатності їх для військової служби в армії, а в молодих жінок цей важливий фактор ускладнює перебіг вагітності та пологів.

**Аналіз актуальних досліджень.** Одним із сучасних інноваційних методів відновлення здоров'я студентської молоді є використання реабілітаційних заходів, що має бути спрямована на студенток протягом усього періоду навчання у вищому навчальному закладі. За даними І. Р. Боднаря, основною формою організації навчального процесу з