



ОРГАНІЗАЦІЙНІ УМОВИ УДОСКОНАЛЕННЯ ВИРОБНИЧОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ НА ГІРНИЧО- ЗБАГАЧУВАЛЬНОМУ ПІДПРИЄМСТВІ

Степанова Ірина, Благіст Кирило

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

Аннотація

В статті представлена структурно-функціональна модель совершенствования производственной физической культуры на условиях горно-обогатительном предприятии и инновационная технология теоретической подготовки работников. Предложены эффективные организационные условия совершенствования производственной физической культуры. Представлена динамика заболеваний с временной утратой трудоспособности работников горно-обогатительного предприятия, мотивация к занятиям физической культурой и спортом.

Ключевые слова: предприятие, производственная физическая культура, работники, работоспособность, здоровье, эффективность, организационные условия.

Annotation

Annotation. The article presents a structural and functional model of improving the production physical culture in the conditions of a mining and dressing enterprise and the innovative technology of theoretical training of workers. Effective organizational conditions for improving physical production culture are proposed. The dynamics of diseases with a temporary loss of ability to work of workers of the mining and processing enterprise, motivation for physical training and sports are presented.

Key words: enterprise, industrial physical culture, workers, working capacity, health, efficiency, organizational conditions.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Затверджений Верховною Радою України від 04.04.2013 р. Закон України «Про затвердження Загальнодержавної соціальної програми поліпшення стану безпеки, гігієни праці та виробничого середовища на 2014-2018 роки» задекларував формування сучасного безпечного та здорового виробничого середовища, мінімізацію ризиків виробничого травматизму, професійних захворювань і аварій на виробництві [4, 7].

На жаль, економічна ситуація в Україні обмежує впровадження сучасних технологій, технічних та організаційних заходів, спрямованих на покращання умов праці й профілактику професійних захворювань і нещасних випадків на виробництві [9].

Питання охорони здоров'я працюючого населення в наш час є пріоритетними для збереження трудового потенціалу та створення умов для економічного розвитку країни. У числі причин, що викликають значні втрати працездатного населення, істотну роль грають професійні ризики і виробничі фактори. Одним із важливих напрямків діяльності виробництва повинно бути оздоровлення працівників, задоволен-



ня їх потреб та інтересів у фізичному вдосконаленні [6, 10].

Положення спортивно-масової та фізкультурно-оздоровчої роботи на виробництві, яке на багатьох підприємствах залишає бажати кращого, обумовлено старим підходом у визначенні її ролі у вирішенні соціально-економічних завдань. Більшість керівників продовжують розглядати роботу фізкультурно-оздоровчих комплексів лише як ланку фізкультурного руху, покликану вирішувати аморфні, декларативні завдання і не здатне позитивно впливати на результати виробничої діяльності [8].

Цей стан справ може бути змінено лише за допомогою перегляду діючих цільових установок, функціональної і структурної побудови фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи на виробництві, максимальним наближенням її змісту до потреб підприємства [12].

Мета дослідження: визначити організаційні умови удосконалення виробничої фізичної культури на сучасному етапі, яка відповідає зростаючим вимогам суспільства до конкурентоспроможного фахівця.

Результати дослідження та їх обговорення. Фізична культура – це сукупність досягнень суспільства у створенні та раціональному використанні спеціальних засобів, методів і умов цілеспрямованого вдосконалення людини. Головними показниками розвитку виробничої фізичної культури на нинішньому етапі розвитку сучасних підприємств є рівень здоров'я, роботоздатність, фізична підготовленість працівників. Стратегічною метою відновлення та реформування сфери виробничої фізичної культури є: підвищення якості життя та рівня здоров'я працівників; підтримання високого рівня роботоздатності; профілактика негативного впливу умов виробництва, соціально-економічних явищ; розвиток спортивної інфраструктури.

Вивчення впливу виробничого середовища Публічного акціонерного товариства «Південний гірничо-збагачувальний комбінат» на здоров'я працівників дало можливість виявити найбільш впливові антропогенні фактори: пил (на 50% робочих місць перевищення допустимого рівня склало 3,3 рази); мікроклімат, як результат гідрознепилення поверхні для зменшення запиленості (вологість повітря 70-91%); шум (коливається в межах 95дБ).

Виконання професійних функцій в комплексі з негативним впливом факторів робочого середовища створюють умови для фізіологічних стресових перевантажень робітників (дихальної, серцево-судинної і нервово-психічної систем, опорно-рухового апарату).

При такій ситуації виникає необхідність використання засобів фізичного виховання, які мають високий оздоровчий ефект і сприяють зміни способу життя пра-

цівників, профілактики основних неінфекційних захворювань, а також підвищення його функціональних і адаптаційних можливостей [1, 5].

Публічне акціонерне товариство «Південний гірничо-збагачувальний комбінат» має сучасний фізкультурно-оздоровчий комплекс з 25-метровим плавальним басейном, стадіоном, спортивним майданчиком з тренажерами, футбольним полем і кортом. У фізкультурно-оздоровчому комплексі Південного комбінату працюють понад 10 секцій. На базі комплексу функціонують такі види спорту та рухової активності, як: плавання, аквафітнес, дартс, шахмати, бокс, атлетична гімнастика, важка атлетика, загальна фізична підготовка, теніс, настільний теніс, футбол, волейбол, баскетбол, аеробіка. Працюють 19 інструкторів і тренерів з видів спорту. Протягом року спорткомплекс підприємства відвідують понад 100 тисяч осіб.

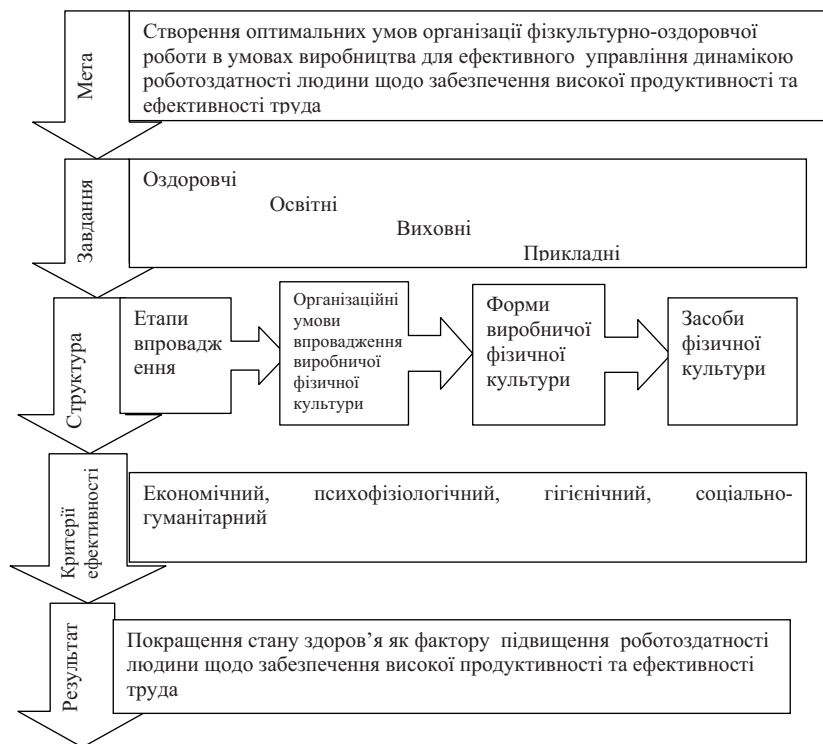


Рис. 1. Структурно-функціональна модель удосконалення виробничої фізичної культури на сучасному етапі в Україні



Основними змаганнями на підприємстві є спартакіади, в яких беруть участь понад 1500 працівників, змагання проходять в 15 видах спорту.

Розглядаючи в цілому місце фізичної культури в системі організації праці підприємства, ми виділили дві сфери, або рівня, її оптимального використання:

1) безпосередньо в рамках трудового процесу (підготовка гімнастика, фізкультурні паузи, фізкультхвилини, мікропаузи активного відпочинку).

2) поза виробництвом, але враховуючи його вимоги, орієнтацію на підготовку до трудової діяльності та оптимізацію його впливу на організм (в умовах профілактики, одноденних і стаціонарних будинків відпочинку, в секціях фізкультурно-оздоровчого комплексу, в побуті) [3].

Для ефективного впровадження фізичної культури в рамках трудового процесу нами була розроблена структурно-функціональна модель удосконалення виробничої фізичної культури, де відображені основні методологічні положення, компоненти фізкультурно-оздоровчої діяльності, критерії ефективності та очікуваний результат (рис.1).

Системоутворюючим ядром нашої моделі є її мета. Мета моделі полягає в створенні оптимальних умов організації фізкультурно-оздоровчої роботи в умовах виробництва для ефективного управління динамікою роботоздатності людини щодо забезпечення високої продуктивності та ефективності праці.

Означена мета конкретизується в завданнях, які можна розділити на групи: оздоровчі (покращення здоров'я, профілактика можливого впливу на організм людини несприятливих факторів професійного труда в конкретних умовах), освітні (задоволення особистісних потреб у фізкультурних знаннях), виховні (духовний розвиток і самовдосконалення) і при-

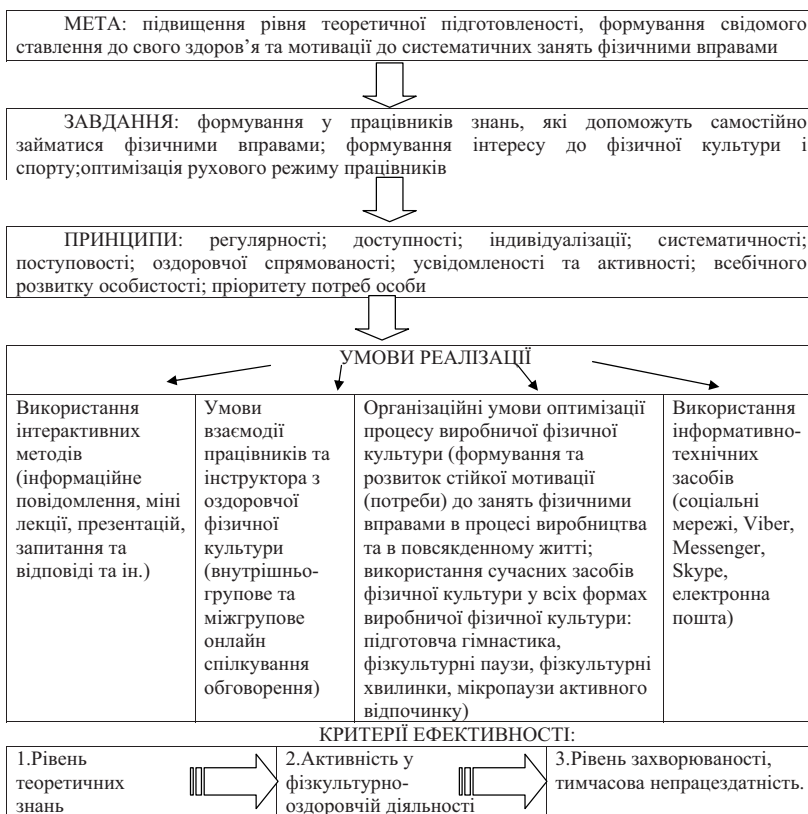


Рис. 2. Структура інноваційної технології теоретичної підготовки працівників гірничо-збагачувального підприємства

кладні (підготовка організму людини до оптимального включення у професійну діяльність; активна підтримка оптимального рівня роботоздатності під час роботи та відновлення організму після її закінчення; своєчасна акцентована психофізична підготовка для виконання окремих видів професійної діяльності).

У розробленій нами моделі особливе місце займає структура, що включає в себе такі елементи: етапи впровадження, організаційні умови, форми та засоби фізичної культури.

Розроблена нами модель включала в себе два етапи впровадження:

- підготовчий: формування стійкого інтересу, позитивного ставлення та потреби в систематичних заняттях фізичною культурою і спортом; ознайомлення з формами і засобами виробничої фізичної культури, компонентами

здорового способу життя;

- основний: формування уміння підбирати форми і засоби фізичної культури в трудовому процесі в залежності від періоду роботоздатності; сприяння покращенню здоров'я; підвищення рівня рухової активності; підтримання на належному рівні показників фізичного стану організму; підтримання належного рівня рухової активності.

Для більш вдалої реалізації виробничої фізичної культури в умовах виробництва ми визначили організаційні умови та фактори, які необхідно враховувати:

- створення з боку керівництва підприємства сприятливих умов для впровадження виробничої фізичної культури;

- матеріально-технічне забезпечення спортивної бази підприємства;

- кадрове забезпечення спортивно-оздоровчої роботи;



**Показники ЗТВП серед працівників гірничо-збагачувального підприємства
(в днях/випадках - на 100 працюючих; структура в%)**

Вибіркові класи хвороб (МКХ-10)	Випадки ТН		Ранг	Дні ТН		Ранг
	На 100 працюючих	%		На 100 працюючих	%	
II. Новоутворення	1,1±0,5	1,6±0,1	9	27,7±2,9	3,1±0,2	6
VI. Хвороби нервової системи	1,2±0,5	1,8±0,1	8	25,4±2,7	2,8±0,2	7
VII. Хвороби ока та його придаткового апарату	1,6±0,5	2,2±0,2	6	17,4±2,3	1,9±0,1	9
VIII. Хвороби вуха та соскоподібного відростка	1,6±0,5	2,2±0,2	7	14,3±2,1	1,6±0,1	10
IX. Хвороби системи кровообігу	10,0±1,4	14,2±0,4	2	151,7±6,7	17,0±0,4	2
X. Хвороби органів дихання	34,6±2,6	49,0±0,5	1	305,3±9,5	34,2±0,5	1
XI. Хвороби органів травлення	1,8±0,6	2,5±0,2	5	31,6±3,1	3,5±0,2	5
XII. Хвороби шкіри та підшкірної клітковини	1,0±0,4	1,4±0,1	11	9,0±1,6	1,0±0,1	11
XIII. Хвороби кістково-м'язової системи та сполучної тканини	8,6±1,3	12,2±0,4	3	136,2±6,4	15,2±0,4	4
XIV. Хвороби сечостатевої системи	1,1±0,5	1,6±0,1	10	21±2,5	2,4±0,2	8
XIX. Травми, отруєння та деякі інші наслідки дії зовнішніх причин	7,4±1,2	10,4±0,3	4	146,1±6,6	16,4±0,4	3
Інші	0,5±0,3	0,8±0,1	12	7,8±1,4	0,9±0,1	12

- умови праці на підприємстві;
- періоди роботоздатності працівників протягом робочого дня;
- рівень теоретичних знань з оздоровчої фізичної культури;
- вибір форм виробничої фізичної культури;
- вибір засобів фізичної культури з урахуванням періоду роботоздатності.

Керівництво підприємством приділяє чималу увагу кадровому питанню, використовуються оздоровчі та спортивні програми для формування корпоративної культури та оптимізації трудових ресурсів. А саме, – включають обов'язковий пункт в контракт працівників про участь в спортивних корпоративних програмах, а також виплачують найенергійнішим робітникам «дивіденди здоров'я» (стимулюючі виплати за відсутність «лікарняних» і високу працездатність) та грошові нагороди за участь у фізкультурно-спортивних заходах.

Роботоздатність людини протягом робочого дня зазнає ряд закономірних послідовних змін. При досить високому темпі трудових дій, при значній інтенсивності і тривалості робочого дня показники роботоздатності спочатку зростають, потім стабілізуються і, нарешті, знижуються. Така зміна може повторюватися за зміну двічі – до і після обідньої перерви [6, 8].

Нами визначено спрямованість засобів фізичної культури в умовах гірничо-збагачувального підприємства; ці засоби залежить від періоду роботоздатності:

- стимулюючі, дозволяють активізувати власні сили організму, використовувати власні ресурси для виходу з небажаного стану. Добре використовувати ці засоби в період впрацювання та зниження роботоздатності;

- захисно-профілактичні, вправи статичного характеру, стретчинг виконання санітарно-гігіє-

нічних норм і вимог. Обмеження фізичного навантаження, що включає перевтому та травматизм. Добре використовувати в період стабілізації роботоздатності;

- компенсаторно-нейтралізуючі, нейтралізують несприятливу дію статичності виробничої пози, одноманітних робочих рухів, психологічне розвантаження для зняття стресу, прийняття різних процедур для попередження негативного впливу шкідливих виробничих факторів і збереження працездатності. Добре використовувати в період зниження роботоздатності.

Додатково пропонувалися профілактичні заходи. Однією з головних вимог було двох- або трьохразове заняття фізичною культурою в фізкультурно-оздоровчому комплексі підприємства на вибір працівників.

Критерієм ефективності розробленої нами моделі є забезпечення психофізіологічної при-



Таблиця 2

Рівень вербального інтересу працівників до занять фізичною культурою і спортом

№	Рівень вербального інтересу	Результати, %	
		чоловіки	жінки
1	Висловили бажання займатися	77	42
2	Не бажають займатися	14	36
3	Байдуже ставлення	9	22

датності і адаптації працівника, всебічний розвиток особистості, що виражається в реалізації його особистісного потенціалу.

Очікуваним результатом моделі є покращення стану здоров'я як фактору підвищення роботоздатності людини щодо забезпечення високої продуктивності та ефективності праці.

Успішність формування фізичної культури особистості дорослої людини багато в чому залежить від того, яким рівнем теоретико-методичних знань з оздоровчої фізичної культури він володіє. Теоретична підготовка потрібна як для набуття знань, так і для формування інтересу до занять фізичними вправами.

Тому з метою теоретичної підготовки працівників на виробництві нами розроблена і впроваджена в практику роботи підприємства інноваційна технологія теоретичної підготовки, яка включала в себе: мету, завдання, принципи, умови реалізації; ви-

користання інформаційно-технічних засобів і критерії ефективності (рисунок 2).

В основі формування необхідності систематичних занять фізичними вправами є знання про значення фізичної культури для підвищення фізичного стану та роботоздатності. Рішальним аспектом впровадження інноваційної технології теоретичної підготовки працівників є цілеспрямоване формування і закріплення усвідомленої, заснованої на глибоких знаннях і переконаннях мотивації фізичної загартованості, стійкої звички постійно дбати про своє фізичне здоров'я, працездатності; прищеплення навичок організації режиму повсякденної фізичної активності. Культура ставлення до свого здоров'я та рівня фізичних кондицій як складова частина загальної культури особистості визначає дуже багато в її соціальному та моральному статусі. Сформована фізична культура особистості впоряд-

ковує поведінку людини, виховує почуття відповідальності, організовує і дисциплінує особистість.

Проблема збереження і зміцнення здоров'я працівників – один із пріоритетних напрямків національної політики сучасної України, оскільки саме виробнича сфера визначає рівень соціально-економічного розвитку та національну безпеку країни.

Динаміка захворювань з тимчасовою втратою працездатності за 2 роки нашого дослідження на гірничо-збагачувальному підприємстві демонструє зниження показників кількості випадків тимчасової непрацездатності на 17%, числа днів тимчасової непрацездатності – на 11%. У той же час середня тривалість випадку тимчасової непрацездатності зросла з 12,3 в 2016 році до 13,2 днів в 2017 році, що може бути непрямым свідченням обтяження перебігу деяких захворювань у працівників підприємства.

Структура причин тимчасової непрацездатності ні в днях, ні в випадках за роки дослідження не зазнала істотних змін (таблиця 1). Серед усіх звернень з приводу захворювань майже половину становлять хвороби органів дихання – 49,0% (34,6±2,6 випадків на 100 працюючих). Друге місце займають хвороби системи кровообігу – 14,2% (10,0±1,4 на 100 працюючих). На третьому місці – хвороби кістково-м'язової системи та сполучної тканини – 12,2% (8,6±1,3 – на 100 працюючих). Клас травм, отруєнь та інших наслідків впливу зовнішніх причин стабільно займає четверте місце в структурі випадків ЗТВП, і склав в середньому 10,4% (7,4 ± 1,2 – на 100 працюючих). Названі перші 4 класи хвороб більш ніж на 85% формують ЗТВП основного складу працівників підприємств.

Розподіл оглянутих працівників підприємства за групами стану здоров'я показало, що до 1-ої групи (практично здорові особи) віднесені всього лише 1,6% (було

Таблиця 3

Ступінь активності працівників щодо занять фізичною культурою і спортом

№	Ступінь активності працівників	Результати, %	
		чоловіки	жінки
1	Займаються фізичною культурою систематично, 2-3 рази на тиждень	13	9
2	Не займаються взагалі	53	71
3	Займаються менше двох разів на тиждень	9	4
4	Не часто, 2-3 рази на місяць	21	13
5	Інколи, епізодично	4	3



Таблиця 4

Вплив занять фізичною культурою і спортом на пропуски роботи з причини захворюваності

Працівники	Не хворіють, %	Хворіють рідко, %	Хворіють часто, %
Займаються фізичною культурою	20	50	30
Займаються не постійно	9	50	41
Не займаються фізичною культурою	4	40	56

1,1%), до – 2-ої (особи з ризиком розвитку захворювання) – 12,1% (було 10,3%). Найбільш численна 3-тя група – 84,2%, (було 86,8%) яку склали особи, які потребують дообстеження і лікування в амбулаторних умовах. До 4-ої групи увійшли 2,1% (було 1,8%) працівників, які потребують додаткового стаціонарного обстеження та лікування.

Сьогодні в більшості своїй дорослі не пов'язують фізичну культуру з професійною діяльністю, тобто домінує прагматична установка, в якій фізична культура ще не стала особистою цінністю, і не знаходить відображення в їх способі життя.

Для визначення ставлення працівників до фізичної культури і спорту ми провели анкетування. При анкетуванні був встановлений досить високий рівень вербального інтересу до занять фізичною культурою (таблиця 2).

Слід зазначити, що досить високий рівень інтересу до фізичної культури супроводжується невисокою реальною активністю в заняттях нею (таблиця 3).

Таким чином, протиріччя між інтересами і їх реалізацією дійсно має місце. Зниження фізкультурної активності дорослого населення пов'язано з різними соціально-економічними причинами.

У дослідженнях встановлено, що робітники в режимі дня використовують різні форми фізичної культури, застосовують різні

види та засоби оздоровчої фізичної культури. Більш високий в нашому дослідженні інтерес у працівників до піших прогулянок і ранкової гімнастики і це обумовлено, очевидно, доступністю і життєвою необхідністю.

Виявлено, що заняття фізичною культурою впливають на стан здоров'я працівників і значно знижують пропуски на роботі з причини захворюваності.

Відзначено, що 20% із числа тих, хто займається постійно фізичною культурою, ніколи не хворіють, а серед «хворіють часто» кількість тих, які займаються фізичною культурою, в 1,5 рази менше в порівнянні з тими, хто не займається (табл. 4).

Результати показали пряму залежність стану здоров'я опитаних від ставлення до занять фізичною культурою і спортом, і то, що в період науково-технічного прогресу і ринкових відносин фізична культура і спорт є одним з основних і доступних засобів профілактики та зміцнення здоров'я працівників.

Висновки. Одним з найважливіших факторів відновлення робочої сили, підвищення її трудової активності є виробничі фізична культура.

У нових економічних умовах функціонування підприємства підвищення фізкультурно-спортивної активності працівників і покращення їх здоров'я можливо при наявності ефективної організаційної структури фізкультурно-

оздоровчої роботи, що забезпечує фінансування і реалізацію комплексних програм оздоровлення.

Удосконалення виробничої фізичної культури на гірничо-збагачувального підприємстві істотно знизило захворюваність, підвищило професійну працездатність і отже позитивно вплинуло на поліпшення економічних показників.

Використання нової структурно-функціональної моделі удосконалення виробничої фізичної культури дозволить на підприємствах будь-якої форми власності покращити стан здоров'я працівників, підвищити мотивацію до занять оздоровчою фізичною культурою та здорового способу життя.

Література

1. Андреева О.В. Фізична рекреація різних груп населення: [монографія] / О.В. Андреева. – К.: ТОВ «НВП Поліграфсервіс», 2014. – 280 с.
2. Колиненко Е.А. Повышение уровня физического состояния работников железнодорожного транспорта средствами физической культуры: автореф. дис...канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / Е.А. Колиненко. – Хабаровск, 2001. – 24 с.
3. Мусаелов Н.А. Производственная физическая культура в трудовом коллективе / Н.А. Мусаелов, Л.Н. Нифонтова. – Москва: Профиздат, 1985. – 152 с.
4. Охорона праці як соціально-економічний чинник і галузь науки [Електронний ресурс]: Хелпикс. – Режим доступу : <http://helpiks.org>
5. Пангелова Н.С. Теоретико-методичні основи оздоровчої фізичної культури: навчальний посібник / Н.С.



- Пангелова, Т.Ю. Круцевич, В.М. Данилко. – Переяслав-Хмельницький: Домбровська Я.М., 2017. – 454 с.
6. Полеткин В.В. Форма организации оздоровительной физической культуры на промышленных предприятиях в современных условиях: автореф. дис... канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры» / В.В. Полеткин. – Волгоград, 2000. – 24 с.
 7. Про фізичну культуру і спорт [Електронний ресурс]: Закон України. – Режим доступу: <http://zakon1.rada.gov.ua>
 8. Степанова І.В. Організаційно-методичні засади рекреаційно-оздоровчої рухової активності різних груп населення: навчальний посібник / І.В. Степанова, Є.О. Федоренко. – Дніпро: Інновація, 2016. – 188 с.
 9. Степанова І. Сучасні підходи до вдосконалення виробничої фізичної культури в Україні / І. Степанова // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2016. – № 3. – С. 212-218.
 10. Степанова І. Організація фізкультурно-оздоровчої роботи для профілактики професійних ризиків розвитку захворюваності працівників підприємств / І. Степанова // Актуальні наукові дослідження в сучасному світі. – Переяслав-Хмельницький, 2017. – Випуск 6 (26) ч.1. – С. 132-137.
 11. Тулегенов Ш.Т. Средства и формы организации физкультурно-оздоровительных занятий в режиме труда и отдыха шахтеров : автореферат дис. ... кандидата педагогических наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры» / Ш.Т. Тулегенов. – Москва, 1991. – 24 с.
 12. Stepanova I. Management of health and physical activity to prevent occupational hazards for employees in mineral processing plant environment / I. Stepanova // Prydniprovia Sports Herald. – 2017. – № 3. – С. 189-191.

