

Університет здоров'я і грандіозних перемог

Якими чинниками вимірюється якість життя людини і як цієї якості досягнути? На такі та інші запитання дає відповіді система навчання у Львівському державному університеті фізичної культури. Роки студентства в ньому дарують усвідомлення, що сила, краса, розум – основні людські пріоритети, які є особливо актуальними в епоху гіподинамічного існування значної частини населення Землі. З цього приводу ректор вузу, професор, доктор педагогічних наук Євген Никодимович Приступа цитує давніх греків: «Хочеш бути сильним – бігай, хочеш бути гарним – бігай, хочеш бути розумним – бігай».

46

Про тіловиховання і не лише

Львівський університет фізичної культури – чи не єдиний на теренах Західної України, заснований на багатовікових національних традиціях усупереч поневоленню Австро-Угорщиною й Польщею. Наприкінці XIX – у першій половині XX століття просвітницькі організації дали поштовх активному фізкультурно-спортивному рухові. Було створено численні спортивні товариства, зокрема, «Сокіл», «Січ», «Пласт», «Луг». На львівському стадіоні «Сокіл-Батько» звели спортивні споруди для систематичних змагань. Добре розвинена система фізичного виховання на західних землях України базувалася на ґрунтовних теоретичних розробках. Видавали підручники, спеціалізовану періодику. Натхненником національного спортивного руху був Іван Боберський. Кожний спортсмен мав опанувати «Основи української системи тіловиховання», а отже, знати, як грамотно тренувати тіло. Ось, приміром, кілька засад (тогочасний стиль мови збережено):

1. Тіловиховання не є окрема галузь формування людської особистості, а органічна частина його, міцно поєднана з вихованням розумовим, моральним і естетичним.

2. Завданням тіловиховання є не тільки зміцнення здоров'я, розвиток м'язової спритності, а й розвиток духовних сил людини: зміцнення її волі, вироблення витривалості, здібності керувати своїм тілом як знаряддям духа.

3. Керівники тіловиховання української молоді мусять чітко уявляти собі, які завдання ставить до українського народу історія. Такими основними завданнями є здобуття незалежності, соборності України, розбудова її господарства і духовної культури, виконання цих завдань вимагає певних властивостей духа і тіла.



Перше товариство «Січ» при вправах

Сто років тому саме у Львові вперше в Україні зародилися такі види спорту, як футбол, баскетбол, хокей, водне поло, велоспорт, стрільба з лука.

Дослідники підрахували, що задовго до створення Національного олімпійського комітету України 96 львівських спортсменів, виступаючи на олімпіадах під прапорами Австро-Угорщини, Польщі та СРСР, брали участь у змаганнях із 19 видів спорту; звідти вони привезли 46 нагород – 15 золотих, 16 срібних та 15 бронзових. Це стало базисом для створення 1946 року Львівського державного інституту фізичної культури. У пам'ять про доблесне минуле львівських «спортівців» у вузі запровадили відзнаку імені основоположника національного спортивного руху Івана Боберського. Нею нагороджують тих, хто особливо прислужився благодійній справі розвитку фізичної культури і спорту. Днями цієї нагороди удостоїлася меценат спортсменів-олімпійців, українка з американської діаспори Лариса Барабаш-Темпл.

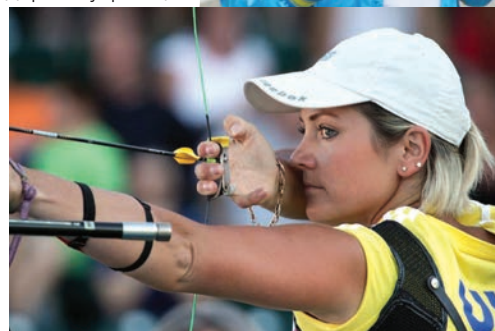
Дух досконалості плюс здорове тіло

Навчити планування фізичної активності високодуховну людину, що прагне досягти високої якості життя, – основне завдання Львівського державного університету фізичної культури.

– Стан здоров'я населення – проблема національної безпеки держави, – вважає ректор Євген ПРИСТУПА. – Згідно із загальновідомими фактами здоров'я людини приблизно на 50 відсотків залежить від способу життя, на 20% – від генетичних та на 20% – від екологічних чинників. І лише на 10% – від якості медицини. За роки незалежності населення України скоротилося на сім мільйонів. Народжуваність зменшується. Зростає кількість людей пенсійного віку. Чоловіки живуть менше від жінок на 13–15 років. Різниця у тривалості життя українців і мешканців розвинених держав становить більш як 15 років. Загалом стан здоров'я українців на межі катастрофи. Є прогнози, що у 2050 році нас буде 20–25 мільйонів. Вихід один: бити на сполох: Батьківщина в небезпеці! Нація має

відмовитися від тютюнопаління, алкоголю, наркотиків, харчування у фаст-фудах. Особливо це стосується молоді. Щоб вести здоровий спосіб життя, особливих капіталовкладень не треба. Але є один найважливіший чинник: виховання сили волі. Це і пропагує наш навчальний заклад.

Педагогічний колектив Львівського університету фізичної культури навчає студентів за напрямками: **фізичне виховання, спорт, здоров'я людини, хореографія і туризм**. 18 вихованців вузу брали участь в





Олімпійських іграх у Лондоні. Там засяяли «львівські зірки»: золоті медалі вибороли Яна Шемякіна (фехтування) та Олександр Усик (бокс). Львівські спортсмени зазвичай привозять нагороди в такій кількості, як часом деякі держави – учасниці міжнародних спортивних змагань.

Ректор вважає, що ці життєствердні цеглинки успіху для теперішніх і майбутніх чемпіонів заклали випускники вузу, потужні спортивні зірки – Віктор Чукарін (на знімку ліворуч), Ігор Тер-Ованесян, Георгій Прокопенко, Сергій Рибалко, Євген Рюмін, Євген Череповський, Олександр Білявський, Юрій Кутенко, Богдан Макуц, Василь Станкович, Павло Ледньов та багато, багато інших.



Олімпійці

Престижна професія – вчитель фізкультури

Важливе завдання педагогів – підготувати високопрофесійного вчителя фізкультури, який прищеплював би молоді головний життєвий пріоритет – турботу про здоров'я, а водночас виховував би бажання займатися різними видами спорту. Адже це – престижно, модно і є тим, що відкриває дорогу у світ високої якості життя.

– Звичайно, для втілення цієї мети двох уроків фізкультури на тиждень у середній школі дуже мало, – зауважує Євген Приступа. – Треба зробити престижним здоровий спосіб життя ще зі шкільної парті. Наші вихованці по-новому ставляться до фаху «Вчитель фізичного виховання», розуміють, що ця професія надзвичайно престижна. І це відрадно, тим паче що вітчизняні школярі є «чемпіонами» світу зі споживання алкоголю: 40 відсотків учнів уживають алкоголь принаймні раз на місяць. В Україні поки що невідгідно бути здоровим: немає заохочувальних державних програм, як у багатьох розвинених державах світу. Наш вуз працює на перспективу, і потреба в грамотних фахівцях, які вміють збалансувати в щоденному житті духовне і фізичне, зростає.

Не так давно громадськість сколихнула випадки дитячої смертей на уроках фізкультури. Викладачі вишу висловлюють свою точку зору на це явище. На їхню думку, аналогічні трагедії траплялися також в інших країнах, і вони повторюватимуться, якщо культура фізичного вихован-



Театр спорту

ня не набуде пріоритетного статусу в суспільстві, сім'ї. Нині школярів навчають одразу кількох іноземних мов, дітям наймають репетиторів із різних предметів, а от фізичному вихованню не приділяють належної уваги.

Реабілітологи творять неможливе



1998 року за поданням Львівського університету фізичної культури до класифікатора нових спеціальностей в Україні було внесено професію «Фахівець фізичної реабілітації». Підготовку цих спеціалістів у вузі розпочали з 1994-го.

Фізична реабілітація – на стику фізичного виховання та охорони здоров'я і має за мету максимальне відновлення функціональних можливостей організму людини. А саме: усунення рухових дисфункцій після перенесених травм чи захворювань із допомогою фізичних вправ. Тому очевидно, що підготовка таких фахівців цілковито відповідає глобальній стратегії Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ). А вимоги часу диктують зростання інтересу людей до цієї спеціальності.

– Ми не раз брали участь у спільних українсько-канадському, українсько-голландському проектах, – розповідає читачам журналу «Віче» **завідувач кафедри фізичної реабілітації Андрій ВОВКАНИЧ.** – Іноземні спеціалісти читали в нас лекції, проводили практичні заняття, семінари. Студенти і викладачі отримали міжнародні сертифікати інструкторів із рекреаційного спорту. За підсумками реалі-

зації спільних проектів вуз одержав міжнародні відзнаки. Наші випускники створили першу в Україні обласну Асоціацію фахівців з фізичної реабілітації. А 2007-го з ініціативи кафедри проведено установчий з'їзд Всеукраїнської асоціації фахівців з фізичної реабілітації. Нещодавно викладачі та студенти брали участь в організації таборів активної реабілітації інвалідів із пошкодженням спинного мозку в Україні, Білорусі, Литві. Вони є постійними учасниками міжнародних семінарів з реабілітації інвалідів. Стажуються у Швеції, Канаді, Голландії, Польщі, Чехії, інших країнах.

Фахівець-реабілітолог повертає дієздатність частково або повністю інвалідам, які перенесли інсульти, інфаркти, мали тяжкі травми. Випускники вузу добре себе зарекомендували як спеціалісти з цього профілю на місцях своєї праці у різних областях України й за кордоном. За 20 років роботи кафедри фізичної реабілітації вперше в державі було видано українськомовний підручник «Фізична реабілітація» та чимало навчальних і методичних посібників з грифом Міністерства освіти і науки України. Це – ще одна знакова віха повнокровної, благородної, шанованої діяльності просвітників із Львівського університету фізичної культури.

