

краще розуміти, що впливає на точність їх ударів, та як точність удару пов'язана з його силою і властивостями самої ракетки.

Автор вважає, що основним завданням теоретичної складової програми занять з тенісу є посилення мотивації студентів до занять тенісом [3]. З цього і треба виходити, розробляючи навчальну програму.

Крім того, кожний розділ програми теоретичних занять повинен мати зв'язок з практичними заняттями на корті та біля тренувальної стінки. За умови логічно вибудованого підходу, вимоги викладача під час виконання практичних вправ будуть зрозумілішими для студентів, тому що матимуть теоретичне пояснення, вже засвоєне на заняттях з теорії.

Спеціальної уваги заслуговує використання відеоматеріалів для підкріплення розуміння студентами тенісистами техніки виконання ударів, особливостей переміщення по корту, тактичних вправ для засвоєння стандартних ситуацій гри та ефективних реакцій на них. Зараз доступна безліч Інтернет джерел, де всевітньо відомі тренери та гравці демонструють правильне в сучасному розумінні виконання ударів, дії тенісиста у стандартних ситуаціях гри тощо. Якщо корти, на яких проходять заняття студентів, використовують також тенісисти з хорошим професійним рівнем гри, то варто цим скористатись і дати студентам можливість поспостерігати їх у грі, звертаючи увагу на особливості виконання рухів: роботу ніг, замах, підхід до м'яча. Такі безпосередні спостереження, на думку автора, дають сильний мотиваційний ефект.

Список використаних джерел:

1. Pluim et al. Health Benefits of Tennis / Babette M. Pluim, J. Bart Staal, Bonita L. Marks, Stuart Miller, and Dave Miley // *British Journal of Sports Medicine*. – Vol. 41(11). – 2007. – P. 760–768.
2. Brody H. Physics of the tennis racket // *American Journal of Physics*. – Vol. 47(6). – 1979 – P. 481.
3. Бурлака І. В. Особливості мотивації студентів до занять у групах тенісу у ВНЗ неспортивного профілю / І. В. Бурлака, А. В. Лукачина // *Молодий вчений*. – 2015. – № 12. – С. 122–126.

Городинський С.І.

викладач,

Буковинський державний медичний університет

ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ У СУЧАСНІЙ ОСВІТІ

Здоров'я – це неоціненний скарб, даний людині природою. Нема нічого дорожчого і найуразливішого за здоров'я. Разом з тим, отримавши здоров'я, людина не знає і не вміє доцільно скористатись цим скарбом. Дуже часто вона, робить вчинки, які не тільки допомагають зберегти неоціненне, розвинути або вдосконалити його, а навпаки руйнує і знищує. В сучасних умовах надзвичайно

складного становища у нашому суспільстві різко зросли вимоги до освітньої і професійної підготовки молодого покоління.

Сучасні тенденції світового суспільного розвитку, інтенсифікація науково-технічного прогресу є справжнім випробуванням для біологічних, адаптаційних, соціогенних та інших механізмів пристосування до складних аспектів існування сучасної людини. Надзвичайне поширення захворювань, травматичних, психоемоційних, імунних та інших порушень, дисбалансів і дисфункцій у багатьох випадках зумовлено патогенним стилем життя сучасних людей.

В Україні, як і у більшості країн світу, відзначається погіршення стану здоров'я нації, як інтегративного показника фізичного, психічного і соціального здоров'я громадян.

Такі обставини диктують нагальну необхідність вдосконалення системи заходів, спрямованих на підвищення рівня здоров'я і якості життя населення. Проблемою, що потребує негайного рішення, є процес підготовки кваліфікованих фахівців, професіональна діяльність яких має бути спрямована на оздоровлення населення, адаптацію його до життя в сучасних умовах. Для таких фахівців базовою основою повинно бути уявлення про здоров'я як оптимальний стан організму людини, а його оптимізація має здійснюватися шляхом комплексного впливу на локомоторну функцію, як найбільш давню, генетично запрограмовану, з високим енергетичним і вегетативним потенціалом.

За даними міжнародних організацій кожний 10 мешканець Землі є «неповносправний», майже 30 мільйонів осіб щороку отримують каліцтво і різні ураження, кількість інвалідів на початку XXI ст. зростає до одного мільярда. Інвалідність – це всесвітнє соціальне явище, до якого має бути прикута постійна увага кожної країни, органів її державної влади та управління, науковців та медиків, психологів та педагогів, фахівців з фізичної культури та спорту.

Україна має потребу у кваліфіковано підготовлених кадрах, які здатні реалізувати сучасні комплексні оздоровчо-реабілітаційні технології у лікувально-профілактичних, санаторно-курортних і спортивно-оздоровчих закладах всіх форм власності. Професійна підготовка таких спеціалістів повинна здійснюватися на основі науково обгрунтованої організації процесу освіти, враховуючи досвід передових країн і регіональних особливостей, що притаманні Україні.

На сучасному етапі розвитку держава приймає пасивну участь у процесі оздоровлення суспільства, внаслідок чого поширюється індивідуальна активність населення, яке хоче покращити як рівень свого здоров'я, так і спосіб життя. Фізична культура впливає на життя та здоров'я людей, а саме на поведінку людини в різних ситуаціях, на фізичну підготовленість, на здоровий спосіб життя.

Навалою сучасності стали онкозахворювання, туберкульоз, наркозалежність, травми високої складності, ВІЧ тощо.

Треба відмітити, що в разі захворювання людини на допомогу традиційно приходив лікар. А для запобігання захворювання, забезпечення міцного здоров'я, гармонійного розвитку, відновлення втомленої людини, підвищення імунних властивостей, гальмування інволюційних процесів, боротьба із

стресами, відновлення після стресів, виведення людини із депресивного стану, зробити людину здоровою, працездатною і просто щасливою – все це вміє і може реабілітолог. Реабілітолог – це фахівець, який працює з людиною до народження (вагітні жінки), після народження і протягом усього життя.

Відповідно фізична реабілітація посідає чільне місце в суспільстві і використовується як оздоровчий та профілактичний засіб з метою комплексного відновлення фізичного здоров'я і працездатності хворих та інвалідів. Основною формою його застосування є система спеціальних вправ, психологічне відновлення та природні фактори.

Професійна діяльність фахівця з фізичної реабілітації повинна бути належним чином підкріплена нормативно-правовою базою. Її спрямовано на вивчення і вдосконалення (навіть до максимально можливого для даного індивіду) фізичних, психічних і функціональних можливостей людини; розробку і затвердження принципів активного і здорового способу життя, їх практичну реалізацію засобами фізичної культури і спорту, на формування особистості, її залучення до загальнолюдських цінностей, цінностей фізичної культури і спорту. Практична діяльність фахівців цього напрямку здійснюється у лікарнях, спеціалізованих реабілітаційних центрах, санаторіях.

Фізична реабілітація посідає одне з основних місць у комплексі реабілітаційних заходів, заснована на широкому використанні засобів фізичної культури й спрямована на лікування травм і захворювань, профілактику ускладнень, відновлення психологічної сфери хворого, відновлення побутових і трудових навичок.

Слід зазначити, що в Україні не достатньо наукових джерел, де розглядається і досліджується таке поняття як фізична реабілітація. Дуже багато вчених працювало над цим, зокрема, над засобами фізичної реабілітації. Ці дослідження допоможуть в майбутньому реабілітувати та підвищити загальний рівень здоров'я серед населення нашої держави.

У зв'язку з цим повстала гостра проблема оптимізувати систему професійної діяльності і підготовки фахівців з фізичної реабілітації в Україні на підставі аналізу організаційно-методологічних підходів до даного процесу.

Підвищення ефективності лікувально-профілактичних і оздоровчо-реабілітаційних заходів, спрямованих на усунення негативних наслідків захворювань неможливе без цілеспрямованого використання методів і засобів фізичної реабілітації. Подібні обставини потребують не стільки перегляду основних позицій лікувальної тактики при цих захворюваннях, скільки розробки сучасних науково обґрунтованих програм оздоровчо-профілактичної і реабілітаційно-відновлювальної спрямованості. Тому фізичну реабілітацію застосовують як метод активної, функціональної і патогенетичної терапії; вона покликана відновити у хворого порушені функції, загально оздоровити його і зміцнити сили хворого, а також запобігти ускладненням захворювань.

Держава та суспільство повинні сприяти розвитку фізичної культури, фізичної реабілітації та здоров'яформуючих технологій у фізичному вихованні, адже від цього залежить життя та здоров'я нації.

На території України діють такі заклади фізичної реабілітації: Центр фізичної реабілітації INNOVO, Навчально-реабілітаційний центр «Джерело», Дитячий реабілітаційний центр «Сонячне світло», реабілітаційний центр «Еліта» та інші. Також з 2007 року почала діяти Українська асоціація фахівців фізичної реабілітації.

На сьогодні фахівців фізичної реабілітації готують у вищих навчальних закладах України з напряму підготовки фізична культура та спорт, професійну підготовку фахівців з фізичної реабілітації проводять у відповідних вищих закладах освіти: Львівському державному університеті фізичної культури, Харківській державній академії фізичної культури, Національному університеті фізичного виховання і спорту України та інших.

Спостерігаючи за великою кількістю людей, які вимушені оволодівати майстерністю збереження здоров'ям і отримання ними позитивних результатів стає зрозумілим, яка кількість фахівців в області формування здоров'я необхідна на практиці.

Відповідно, слід зазначити, що з кожним роком фізична реабілітація набуває значного поширення у всіх галузях, вагомий внесок внесла Українська Асоціація фахівців фізичної реабілітації, адже визначила новий етап розвитку фізичної реабілітації в Україні. Організація Асоціації – це спроба заохочувати та запроваджувати високі стандарти реабілітаційної діяльності, освіти та практики, створення єдиного загальноукраїнського інформаційного середовища, партнерства та співпраці з владою, національними та міжнародними організаціями.

Список використаних джерел:

1. Башкін І., Макарова Е., Кавакзе Різік А. Роль і місце фізичної реабілітації у загальній системі охорони здоров'я населення / І. Башкін, Е. Макарова, А. Кавакзе Різік // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2006. – № 3. – С. 25-29.
2. Гусева Н. Г., Осадчая Т. Ю. Опыт организации и проведения клиникореабилитационной практики студентов института физического воспитания и спорта по специальности «Физическая реабилитация» / Н. Г. Гусева, Т. Ю. Осадчая // Тези доповідей міжнародної науково-методичної конференції «Наука. Олімпізм. Здоров'я. Реабілітація» – Луганськ: Знання, 2003. – С. 102-103.
3. Дьяченко Т. В., Пересадин Н. А., Кавакзе Ризик А. Интегративно-комплементарный поход в преподавании специальных дисциплин студентам-реабилитологам / Т. В. Дьяченко, Н. А. Пересадин, А. Кавакзе Ризик // Тези доповідей міжнародної науково-методичної конференції «Фізична реабілітація як напрям підготовки спеціалістів». – Київ: НУФВСУ, 2003. – С. 16-17.
4. Прихода І. В. Організаційно-методологічні підходи до професійної підготовки фахівців з фізичної реабілітації в Україні / І. В. Прихода // Проблеми сучасної педагогічної освіти. – 2007. – Вип. 15, Ч. 1. – С. 60-66.
5. Прихода І. В., Степанова Г. В. Сучасні проблеми професійної підготовки фахівців з фізичної реабілітації в Україні. Режим доступу: <http://www.stattionline.org.ua/pedagog/104/18009-suchasni-problemi-profesijnoi-pidgotovki-faxivciv-z-fizichnoi-reabilitacii-v-ukraini.html>
6. Спеціальність «Фізична реабілітація» в сьогодні. Режим доступу: <http://reabilitatsia.com/spetsialnist-fizichna-reabilitatsiya-v-sogodenni/>.