

В.Ф. Пешков*, А.Д. Копытов**

ФОРМИРОВАНИЕ У СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПРИОРИТЕТА ВЫПОЛНЕНИЯ ВОССТАНОВИТЕЛЬНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

*Томский государственный педагогический университет

**Институт развития образовательных систем РАО, г. Томск

Важной организационно-технологической проблемой является внедрение методик и технологий применения восстановительно-профилактических средств в практику спорта, физической культуры. В настоящее время каждодневные дидактические, организационно-исполнительские профессиональные обязанности реализации восстановительно-профилактических технологий решает тренер, педагог, работающий в области оздоровительной физической культуры, в профессиональных командах, клубах, в определенной степени – врач. Если дидактические вопросы стратегии и тактики применения восстановительно-профилактических средств в системе их планирования органично входят и в профессиональную компетенцию педагогов физической культуры разных специальностей: тренера, инструктора, учителя физической культуры [1], то решение таких принципиально важных вопросов, как практическое проведение комплекса восстановительно-профилактических мероприятий, включающих трудоемкие, требующие рабочего времени, специальных знаний и умений, соответствующей материально-технической базы, остается сложной и нерешенной проблемой. Должности специалиста по восстановлению в ДЮСШ, ШВСМ, ДЮКФП, школах, ПТУ, ССУЗах, вузах нег. Технологии педагогических восстановительно-профилактических средств в определенной части реализуются педагогами физической культуры, а технологии медико-биологических, психологических восстановительно-профилактических средств в практике детско-юношеского спорта и квалифицированного спорта взрослых практически не реализуются. И это при существующих в настоящее время научно обоснованных методиках применения широкого спектра восстановительных средств, таких как бальнеологические процедуры, массаж различного вида, профилактические электропроцедуры, тренажеры, комплексы питания, витаминизация, психотерапия и т.д. Кто должен эти средства в комплексе с педагогическими средствами релаксации, тракции, суставной гимнастики и т.д. конкретно проводить? Как отмечено выше, наша позиция состоит в том, что всю систему комплексного применения восстановительно-профилактических мероприятий должны внедрять и реализовывать специалисты по восстановительно-профилактической работе. Необходимо в штатное расписание ДЮСШ, ДЮКФП, муниципальных физкультурно-оздоровительных клубов, физкуль-

турно-спортивных учреждений и сооружений вводить эту должность.

Было изучено оценочное мнение (по 5-балльной шкале) студентов факультета физической культуры во время обучения на 1, 3, 5-м курсах по принципиальной проблеме практики спорта и физической культуры о приоритете выполнения восстановительно-профилактических мероприятий в структуре должностных обязанностей специалистов различных профилей и специальностей. С целью определения должностей данные оценок ранжировались.

Студенты, зачисленные на специальность «Физическая культура» со специализацией «Спортивная подготовка», «Физическая культура» с дополнительной специальностью «Валеология», обучались по экспериментальной программе, ориентированной на восстановительно-профилактическую направленность профессиональной подготовки. Студенты, зачисленные на специальность «Физическая культура» с дополнительной специальностью «Безопасность жизнедеятельности», обучались по традиционной программе в составе контрольных групп.

Студенты экспериментальных и контрольных групп имеют общие и дифференцированные мнения, кто должен главным образом проводить восстановительно-профилактические мероприятия в системе спорта и физического воспитания. Студенты 1, 3, 5-го курсов экспериментальных и контрольных групп считают, что восстановительно-профилактические мероприятия должен проводить специалист по восстановительно-профилактической работе, интегрирующий профильные знания и умения смежных областей спорта, физического воспитания, медицины, физиологии и психологии, владеющий техниками и методиками комплексного применения педагогических, медико-биологических, психологических средств восстановления с учетом специфики вида спорта, решения образовательных, оздоровительных и воспитательных задач в разных типах учреждений, приоритетной реализации функций восстановительно-профилактических средств в различных видах физической культуры и спорта.

Данное мнение студентов совпадает с мнением педагогов физической культуры пяти типов учреждений, которое изучалось на этапе констатирующего эксперимента и может быть серьезным основанием для введения органами государственного и местного управления должности специалиста по восстановитель-

но-профилактической работе в штатное расписание спортивных и общеобразовательных школ, профессиональных образовательных учреждений, муниципальных физкультурно-спортивных клубов, сборных команд по видам спорта различного уровня, команд по игровым видам, участвующих в чемпионатах России. Личный научно-практический опыт работы одного из авторов статьи на тренировочных сборах с командой мастеров по футболу «Томь» г. Томска, анализ позиций 522 педагога физической культуры и тренера, работающих в ДЮСШ, ДЮКФП, школе, вузе, коммерческих оздоровительно-физкультурных клубах, указывает на необходимость введения должности специалиста по восстановительно-профилактической работе, который на основании совместно с тренером и врачом выработанной стратегии и тактики применения восстановительно-профилактических средств практически реализует комплекс технологий и методик восстановительно-профилактических мероприятий.

Совместно с тренером этот специалист должен обеспечивать рациональное планирование тренировочного процесса с учетом этапа подготовки, условий тренировок и соревнований, функционального состояния, уровня тренированности, особенностей бытовых и экологических условий, с учетом наличия материально-технической восстановительно-профилактической базы. Одна из задач специалиста – вести контроль за выполнением спортсменами планируемого объема и интенсивности тренировочных нагрузок, их рационального соотношения различной направленности и характера. Он должен проводить совместно с тренером систематический педагогический контроль за уровнем тренированности, а с врачом – за уровнем функционального состояния, переносимостью тренировочных и соревновательных нагрузок; в процессе совместного анализа результатов педагогического и врачебного контроля вносить необходимую коррекцию в тренировочный процесс спортсменов, тактику восстановительно-профилактических мероприятий. Специалист по восстановлению подбирает и планирует в структуре тренировочных занятий эффективное сочетание нагрузочных упражнений со специальными восстановительными физическими упражнениями. Он должен проводить восстановительно-профилактические мероприятия в процессе тренировочных занятий с включением специальных восстановительных физических упражнений, восстановительных поз, кратковременного восстановительного массажа, экспресс-аутотренинга, восстановительных витаминнопитательных напитков. Специалист организует и проводит восстановительные мероприятия в микро- и мезоциклах после тренировочных занятий с включением комплекса педагогических, медико-биологических и психологических средств, т.е. совместно с тренером, спортивным врачом осуществляет управление состоянием спортсмена и тренировочным процессом. Мы рассматриваем должность специалиста по восстановительно-профилактической работе как

важное исполнительское звено, регулирующее взаимоотношения между тренером и спортсменом в реализации стратегии и тактики тренировочного процесса.

Высокие ранговые оценки со 2-го по 6-й ранг поставлены студентами 1, 3 и 5-го курсов экспериментальных и контрольных групп на основании ранжирования должности тренера, врача, спортивного психолога, инструктора оздоровительной физической культуры коммерческой сферы, инструктора производственной физической культуры.

Именно тренер отвечает за результаты подготовки спортсмена, команды, он интегрирует в своей профессиональной деятельности стороны педагогической, функциональной и психологической подготовки, анализ и синтез информации врача, спортсменов, которая является методологической основой принятия обоснованных решений о стратегии и тактике планирования тренировочного процесса в целом и комплексного применения восстановительно-профилактических средств.

Обязанность врача: функциональная диагностика, лечение травм и заболеваний, предписание схем питания, витаминизации, питьевого режима. Ввиду отсутствия должности специалиста по восстановлению на врача возлагают обязанность решать вопросы по восстановлению. Однако профессиональные возможности спортивного врача, логика медика, оперирующего методологическими подходами к больному человеку, специфический менталитет врача не обеспечивают, как показывает практика, эффективного решения задач восстановительно-профилактического характера. Врач не владеет концептуальными спортивно-педагогическими подходами к стратегии, тактике, технике и методике применения восстановительно-профилактических средств с учетом специфики построения тренировочного процесса, формирования двигательных умений и навыков, технологии развития специальных физических качеств в конкретном виде спорта, этапа годового цикла, этапа многолетней тренировки, квалификации спортсмена.

Высокий ранг, присвоенный должности спортивного психолога, подтверждает значение психологической подготовки спортсменов и является основанием включения техник и методик применения психологических средств восстановления в содержание учебного материала восстановительно-профилактической направленности факультетов физической культуры. Мы считаем, что специалист по восстановлению должен владеть знаниями и практическими методиками применения психологических средств, обеспечивающих восстановление психоэмоциональной сферы, коррекцию психологического состояния человека, подготовку к предстоящей соревновательной и тренировочной деятельности.

Общий подход студентов 1, 3 и 5-го курсов экспериментальных и контрольных групп также заключается в том, что на последние 8–10-е ранговые места

присвоены активной форме применения восстановительно-профилактических средств самими спортсменами во взаимодействии друг с другом и должности преподавателя физического воспитания ПТУ, ССУЗов, вузов. С позиции обеспечения профессионального уровня применения восстановительно-профилактических мероприятий, безусловно, правилен приоритет роли специалиста по восстановлению, тренера, спортивного врача. С точки зрения формирования творческой активности, знаний и умений самостоятельного проведения восстановительно-профилактических мероприятий как компонентов культуры спортивной тренировки, культуры занятий физическим воспитанием и эффективной реализации организационно-методических установок специалиста по восстановлению, тренера, педагога, врача по проведению восстановительно-профилактических мероприятий необходимо формирование позиции студентов по вопросу включения в практику занятий спортом, физическим воспитанием, применения восстановительно-профилактических средств в форме выполнения спортсменами и занимающимися физическим воспитанием друг другу восстановительно-профилактических мероприятий и в форме самостоятельного выполнения. Эта позиция обоснована концептуальным подходом теории и методики физического воспитания и спорта, рассматривающим восстановительно-профилактические средства как взаимосвязанную и взаимообусловленную часть тренировочного процесса и, следовательно, требующим освоения спортсменами и занимающимися физическим воспитанием знаний, умений, навыков применения организационно-методических вариантов восстановительно-профилактических мероприятий, в частности, в форме самовоздействия, взаимопомощи, взаимопомощи, взаимодействия.

Принципиально важным и объективным аргументом в позиции студентов является отсутствие в учреждениях сферы физической культуры, общего и профессионального образования должностей специалистов по восстановительно-профилактической работе, спортивных врачей и отсутствие в должностных инструкциях обязанности специалистов физической культуры и спорта выполнения такого вида работы, как проведение восстановительно-профилактических мероприятий.

Следует выделить дифференцированные позиции студентов экспериментальных и контрольных групп по оценке применения восстановительно-профилактических мероприятий спортсменами и учителем физической культуры. Динамика рангов оценок проведения восстановительно-профилактических мероприятий спортсменами, занимающимися физической культурой, и учителем физической культуры у студентов 1, 3 и 5-го курсов, обучавшихся по специальности «Физическая культура» со специализацией «Спортивная подготовка», отлична от динамики рангов оценок

студентов, обучавшихся по специальности «Физическая культура» с дополнительными специальностями «Валеология» и «Безопасность жизнедеятельности». У студентов, обучавшихся по специализации «Спортивная подготовка», ранги оценок проведения восстановительно-профилактических мероприятий спортсменами на 5-м курсе снизились с 5-го до 8-го, тогда как ранг оценки должности учителя, наоборот, повысился с 8-го до 5-го ранга. У студентов, обучавшихся по дополнительной специальности «Валеология», на 5-м курсе сохранились невысокие 7.5- и 8-ранговые места. Студенты, обучавшиеся по дополнительной специальности «Безопасность жизнедеятельности», сохранили низкий ранг должности учителя физической культуры и высокий, как на 1-м курсе, 5-й ранг оценки применения восстановительно-профилактических мероприятий самими спортсменами и занимающимися физической культурой.

Повышение ранговой оценки должности учителя физической культуры у студентов, обучавшихся по специализации «Спортивная подготовка», мы объясняем сформированным методологическим подходом к выбору и внедрению в общеобразовательные школы России различной направленности физического воспитания, который обосновываем в процессе преподавания включенных в учебный план инновационных дисциплин восстановительно-профилактической направленности и раздела «Восстановительно-профилактические средства» в дисциплине «Теория и методика физического воспитания и спорта». Мы считаем, что определяющим элементом модернизации школьного физического воспитания и спорта должно быть определение направленности физкультурного образования.

На основании тенденций урбанизации общества, интенсификации и профилизации школьного образования, развития спорта и физической культуры мы обосновали необходимость внедрения и реализации комплекса направленностей школьного физкультурного образования: восстановительно-профилактической, профессионально-прикладной и спортивной [2, 3]. Определение комплекса направленностей физкультурного образования позволяет конкретизировать цель, частные задачи физкультурного образования указанных направлений, их содержание, организационные формы и методику преподавания. Изучение теоретико-методологического материала по обоснованию модернизации школьного физкультурного образования обеспечило формирование у студентов экспериментальных групп первого направления подготовки понимания важности восстановительно-профилактической направленности профессиональной подготовки студентов ФФК к выполнению этого вида деятельности в должности школьного учителя физической культуры.

Дифференциация позиции студентов экспериментальных и контрольных групп установлена в динамике ранговых оценок проводить восстановительно-профилактические мероприятия инструктором оздорови-

тельной физической культуры коммерческой сферы. У студентов 5-го курса экспериментальных групп двух направлений подготовки ранги оценок статистически достоверно повысились по сравнению с оценками на 1-м, 3-м курсах с 6–8-го рангов до 3-ранговой оценки. У студентов контрольных групп ранг оценки понизился с 6-й до 9-й ранговой оценки с тенденцией, близкой к доверительной вероятности. Мы объясняем дифференциацию позиций внедрением в экспериментальную программу профессиональной подготовки содержательную и организационно-методическую составляющие результатов эксперимента по обоснованию социально-педагогических условий подготовки педагогов физической культуры к профессиональной деятельности в сфере коммерческой физической культуры. В частности, принципиально важным в опытно-экспериментальной работе было определение профессии, специальностей, их рациональное количество, обеспечивающих ведение комплексных восстановительно-профилактических занятий. Доказано, что наиболее функционально эффективно и рентабельно работает группа в составе трех специалистов: двух педагогов физической культуры, имеющих подготовку восстановительно-профилактической направленности, и врача. Врач выполняет консультационно-ориентационную функцию, определяет и контролирует методику восстановительно-профилактического процесса в медицинском аспекте, проводит физио-, фито- и музыкальную терапию. Педагоги физической культуры определяют, проводят и контролируют тренировочно-профилактический процесс совместно с врачом, определяя и актуализируя, реализуют восстановительно-профилактические методики с учетом состояния здоровья, характера производственной деятельности, индивидуальных программ коррекции, проводят восстановительный массаж, аутогенную тренировку. Нам представляется, что комплексное комплектование рабочих групп, включающих описанные профессии и имеющие восстановительно-профилактическую направленность профессиональной подготовки, является прогрессивным организационно-технологическим решением задач для достижения целей подготовки спортсменов всех специализаций и квалификаций, решения восстановительно-профилактических задач занимающихся оздоровительной и производственной физической культурой в разных типах учреждений.

На основании анализа результатов исследования сделаем выводы:

1. Установлена главная роль специалиста по восстановительно-профилактической работе в проведе-

нии восстановительно-профилактических мероприятий в системе занятий спортом и физической культурой, что является основанием для введения в штатное расписание учреждений образования, физкультурно-спортивных организаций, на предприятиях новой должности – специалист по восстановительно-профилактической работе.

2. Профессиональная подготовка восстановительно-профилактической направленности в экспериментальных группах обеспечивает становление современного педагога физической культуры с развитыми способностями системного видения восстановительно-профилактического процесса в структуре должностных обязанностей педагогической, медицинской и психологической профессии. Она обеспечивает понимание внутренних и внешних связей процессов тренировки, оздоровительных занятий физическими упражнениями с восстановительно-профилактическим процессом, составляющих суть профессиональной деятельности педагога физической культуры в структуре должностных обязанностей специалистов образовательных учреждений, физкультурно-спортивных организаций, решающих восстановительно-профилактические задачи.

3. Содержание экспериментального материала ориентирует студентов на освоение знаний и практических умений восстановительно-профилактического характера, увеличивает их профессиональный потенциал и создает условия социальной адаптации выпускников на педагогических должностях, реализующих функции восстановительно-профилактической деятельности.

4. Важным этапом развития восстановительно-профилактического направления в системе учреждений спорта, общеобразовательных, специальных учебных заведений, на предприятиях и в организациях является включение в восстановительно-профилактическую деятельность педагогов физической культуры и спорта. К большому сожалению, в общеобразовательных и специальных образовательных учреждениях, решающих задачи оздоровления средствами физической культуры и спорта, учреждениях дополнительного образования спортивной направленности (ДЮКФП, ДЮСШ, специализированных ДЮСШ, школах высшего спортивного мастерства) нет должности специалиста по восстановлению, что, безусловно, значительно сужает границы и снижает эффективность внедрения, планирования и методически правильного применения ВПС в практике.

Литература

1. Сборник нормативно-правовых документов, регулирующих деятельность спортивных школ (ДЮКФП, ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ, УОР). М., 1997.
2. Пешков В.Ф. Восстановительно-профилактическая направленность системы школьного физического воспитания – важное условие реализации концепции единой трудовой и политехнической школы // Мат-лы всерос. конф. Томск, 1989.
3. Пешков В.Ф. Какой быть новой программе // Физическая культура в школе. 1989. № 6.