

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ВДОСКОНАЛЕННЯ ВИРОБНИЧОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В УКРАЇНІ



Степанова Ірина

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту

Аннотация

В статье рассмотрена роль государства в развитии, формировании и усовершенствовании сферы производственной физической культуры как важного фактора здоровья трудоспособного населения. Исследован вопрос организации и структуры системы производственной физической культуры в процессе труда. Определены основные компоненты физической культуры в системе рациональной организации труда. Определена взаимосвязь между производительностью и эффективностью труда, работоспособностью человека и состоянием его здоровья. Отмечено, что приоритетным заданием сферы является приобщение к оздоровительной двигательной активности как важного компонента здорового образа жизни личности. Акцентировано внимание на том, что в первую очередь необходимо активизировать физкультурно-оздоровительную деятельность разных слоев населения на производстве.

Ключевые слова. Концепция, производственная физическая культура, трудовой процесс, инновационный подход, реализация, здоровье.

Annotation

The article considers the role of the state in the development, establishment and improvement of the production sphere of physical culture as an important factor of health of the workforce. The question of the organization and structure of the production system of physical training in the labor process. The basic components of physical training in the system of rational organization of labor. The correlation between productivity and labor efficiency, operability and human health. It is noted that the scope of the priority task is to educate the initiation to the wellness of physical activity as an important component of a healthy way of life of the person. The attention to the fact that it is first necessary to strengthen health and fitness activities naproizvodstve different layers of the population.

The attention to the fact that it is first necessary to strengthen sports and recreational activities of different sectors of the population in the workplace.

Keywords. The concept of industrial physical training, workflow, innovative approach, implementation, health.

Постановка проблеми та аналіз останніх досліджень. У наш час помітна зацікавленість держави в оздоровленні населення, активізації масового фізкультурно-спортивного руху [2].

Законодавство України про фізичну культуру і спорт базується на Конституції України. Питання правового регулювання також відображені в таких нормативно-правових актах як: Законі України «Про фізичну культуру і спорт» від 24.12.1993 року, у постанові Кабінету Міністрів України «Про затвердження Порядку проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України» від 09.12.2015 року, в Розпорядженні «Про затвердження Концепції Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року» від 09.12.2015 року, в Національній стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація», яка затверджена Указом Президента України від 09.02.2016 року [8, 11, 12].

Завдання, а головне конкретні результати, які поставлені у вищевказаних документах, необхідно реалізовувати сьогодні, і тому актуальним є пошук нових форм роботи із залучення всіх верств



населення до фізичної культури [1, 3, 10].

Аналіз статистичної звітності виявив, що однією з найбільш гострих проблем охорони здоров'я України на сучасному етапі є високі темпи зростання захворюваності та смертності працездатного населення. Так в Україні щорічно майже 17 тис. чоловік стають інвалідами, чисельність пенсіонерів внаслідок трудового каліцтва перевищила 150 тис. чоловік, щорічна загальна сума виплат на фінансування пільгових пенсій і пенсій з трудового каліцтва, відшкодування заподіяної шкоди потерпілим на виробництві та інших виплат, пов'язаних із незадовільними умовами праці, перевищує 2 млрд. грн [6].

За статистичними даними МОП кількість нещасних випадків на виробництві у світі неухильно зростає і становить на цей час приблизно 250 млн щорічно (685 тис. виробничих травм на день). Рівень травматизму і профзахворюваності значно вищий у країнах, що розвиваються, ніж у промислово розвинених державах. Так, у країнах Європейського Союзу щорічно жертвами нещасних випадків і профзахворювань стають близько 10 млн. чол., з них майже 8 тис. гине. В Україні щоденно на виробництві травмується в середньому 140-180 чоловік, з них 20 стають інвалідами, а 4-5 гинуть [6].

За оцінками експертів Світового банку, в структурі національного багатства провідних країн світу частка людського капіталу становить 67-68%. Згідно з оцінками фахівців Програми розвитку ООН, за цим індексом серед 188 країн, в яких проводилося порівняльне дослідження, Україна знаходиться на 81 місці, а за станом здоров'я і добробуту громадян – відноситься до категорії держав, що розвиваються [6, 11].

Витрати, пов'язані з нещасними випадками, складають значну суму. Так, кожен випадок виробничого травматизму в індустрі-

альній державі (наприклад, європейській) обходиться приблизно в 500-1000 швейцарських франків на день. У яку суму точно обходиться нещасний випадок в Україні – поки що невідомо (немає статистичного обліку всіх витрат та методики їх визначення). Однак відомо, що за кілька останніх років в Україні витрати на відшкодування шкоди потерпілим на виробництві та ліквідацію наслідків нещасних випадків приблизно в 20 разів перевищували витрати на заходи з охорони праці [6].

Слід зазначити, що в Україні є високим не лише рівень виробничого та невиробничого травматизму, а й професійної захворюваності. Так, за статистичними даними за кілька останніх років у нашій державі щорічно реєструється близько 2,5 тис. чоловік, у яких виявлені професійні захворювання. За галузями промисловості профзахворювання розподіляються таким чином: вугільна промисловість 60-62%, металургія 12-14%, машинобудування 8-9%, сільське господарство 3-4%, інші 10-15%. Серед професійних захворювань переважають захворювання пилової етіології (38-40%) та вібраційно-шумова патологія (29-31%) [6, 12].

Неухильно зростає тягар економічних витрат суспільства на компенсаційні виплати, пов'язані з погіршенням здоров'я працюючих. А використання всього 5% коштів Фонду соціального страхування в Україні на систематичні заняття фізичною культурою працездатним населенням призведе до скорочення профзахворювань і економії 30-40% витрат на оплату тимчасової непрацездатності [6, 11].

Тому на сьогоднішній день існує потреба в проведенні якісних змін у сфері виробничої фізичної культури на основі використання сучасних підходів, об'єднання зусиль зацікавлених організацій та широких верств населення.

Метою нашого дослідження є визначення сучасних підходів до

вдосконалення виробничої фізичної культури на сучасному етапі, яка відповідає зростаючим вимогам суспільства до конкурентоспроможного фахівця.

Наукове дослідження виконується в рамках держбюджетної теми «Розробка та реалізація оздоровчих інноваційних технологій у фізичному вихованні різних груп населення» (номер державної реєстрації 0116U003476).

Результати дослідження та їх обговорення. Єдність фізичного і інтелектуального ресурсу простежується на всьому життєвому шляху людини. Якщо воно оптимальне, то людина досягає значних висот у своєму розвитку – високого рівня якості життя [4, 7, 9].

Про формування такої єдності повинна піклуватися система фізичного виховання в нашій країні. Найважливіші етапи: дошкільне, шкільне, вузівське фізичне виховання в ній представлені досить чітко з відображенням наступності і систематичності. Тому контролем держави в аспектах здоров'я і фізичної культури забезпечується вік людини до 24-25 років (випускники магістратури, молоді спеціалісти). Фізичне виховання цього контингенту з 1 року до 25 років здійснюють (і несуть відповідальність) фахівці відповідно до затверджених програм освітньої або фізкультурно-спортивної діяльності.

Наступний етап розвитку людини нашої країни, – з 25 років і далі не забезпечується фізичним вихованням під контролем держави і відданий на самостійний баланс безпосередньо самій дорослій, працездатній людині.

Тобто, в подальшому вдосконалювати свої фізичні здібності і зберігати своє здоров'я повинна сама людина. Сформована раніше (забезпечена державою) потреба в регулярних заняттях фізичною культурою і його вік цілком йому це дозволяють.

У цей період свого життєвого



шляху людина працює на виробництві, в бюджетних організаціях і приватних компаніях, – для того, щоб забезпечити собі гідну якість життя. Його трудова діяльність знаходиться під контролем роботодавця, а місце роботи – контрольоване середовище (для держави).

У трудових договорах та інших документах, що регулюють трудову діяльність людини в Україні, прописані пункти, спрямовані на охорону її здоров'я в період роботи. Загальновідомо і науково доведено: саме фізична культура сприяє профілактиці перевтоми, цілеспрямованому підвищенню загальної та професійної працездатності і продуктивності праці, зміцнення здоров'я та фізичного стану організму людини, зниження захворюваності, збільшення тривалості працездатного віку [1, 5, 10].

Є підтримка держави в організації фізичної культури працездатного населення нашої країни. А в ряді регламентуючих документів: Закон України «Про фізичну культуру і спорт», в Національній стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація», зазначено: «Власники підприємств, керівники установ та організацій відповідно: створюють працівникам належні умови для фізкультурно-оздоровчої діяльності згідно з колективними договорами; надають у користування працівникам та членам їх сімей для занять масовим спортом спортивні споруди, що перебувають на балансі відповідних підприємств, установ та організацій, забезпечують функціонування таких спортивних споруд, виділяють кошти на придбання спортивного інвентарю та обладнання, оплату праці відповідних фахівців сфери фізичної культури і спорту; сприяють об'єднанню працівників у колективи фізичної культури та/або спортивні клуби; заохочують працівників, які займаються ма-

совим спортом»[8]. В Україні набуває поширення міжнародний рух «Спорт для всіх», який розглядає фізкультурні заняття як невід'ємне право кожного громадянина, незалежно від етнічних, вікових, статевих відмінностей, соціального статусу і можливостей [2].

Це допоможе:

1. Українській владі і в цілому державі.

Безсумнівно, державі потрібна здорова нація. Працездатна і обоноздатна. Найважливіша продуктивна сила суспільства, яка визначає економічний розвиток і національну безпеку країни-ї трудові ресурси. Тільки фізично і духовно здорова людина може забезпечити успішний інноваційний розвиток країни.

2. Кожній дорослій людині.

Це теж цілком зрозуміло, кожна людина хоче бути здоровою і працездатною для того, щоб забезпечити якість свого життя, бути успішною і щасливою.

Ринкові перетворення в нашій країні об'єктивно вимагають від дорослої людини значних зусиль по збільшенню рівня власного здоров'я, як психофізіологічного фундаменту забезпечення ділової кар'єри, підвищення особистого іміджу та реалізації інтелектуального потенціалу.

3. Роботодавцю.

Керівникам підприємств усіх форм власності дуже вигідно мати працездатних працівників.

Сучасні роботодавці визнають кадрову проблему як найбільш актуальну поряд з фінансовими і побутовими проблемами і зацікавлені в оптимізації трудових ресурсів свого підприємства.

В наш час акцент дещо зміщується з пошуку і найму висококваліфікованих працівників і подальшого розвитку їх інтелектуального ресурсу до забезпечення стійкості працездатності на необхідному рівні як основи високої продуктивності праці – тобто, розвитку їх фізичного ресурсу.

Зростання продуктивності праці – головний показник ефективності управління персоналом.

Останні дані досліджень і вивчення причин походження травматизму і аварій з вини людини свідчать, що розвиток техніки випереджає психофізіологічні заходи щодо захисту самої людини від небезпечних і шкідливих впливів техногенного середовища. Ряд наукових досліджень встановлюють взаємозв'язок стану психофізіологічних резервів працівника з його професійною надійністю та ефективністю роботи в річному робочому циклі, а саме: зміни цих параметрів чітко корелюють між собою.

Також роботодавцю невигідно нести витрати, пов'язані з тимчасовою непрацездатністю своїх працівників, простої виробництва

4. Відповідальним за розвиток фізичної культури в Україні (Міністерствам, комітетам і управлінням з ФКіС).

Дані органи управління не тільки несуть безпосередню відповідальність за зміцнення здоров'я всіх верств населення нашої країни, за розвиток фізичної культури на всіх рівнях, а й планують цю діяльність, управляють нею.

Вигідно, щоб такі показники їх роботи як: кількість тих, хто регулярно займається фізичною культурою, і кількість учасників фізкультурно-спортивних заходів були дуже високі.

5. Відповідальним за збереження здоров'я працюючих є Міністерство з охорони здоров'я та служби охорони праці.

Зазначені служби відповідальні за збереження професійного здоров'я людини і контролюють цей процес безпосередньо в період їх трудової діяльності – для цього у них є спеціальні повноваження. Відповідальність за виробничий травматизм дуже висока.

Тому збереження і зміцнення здоров'я працездатного населен-



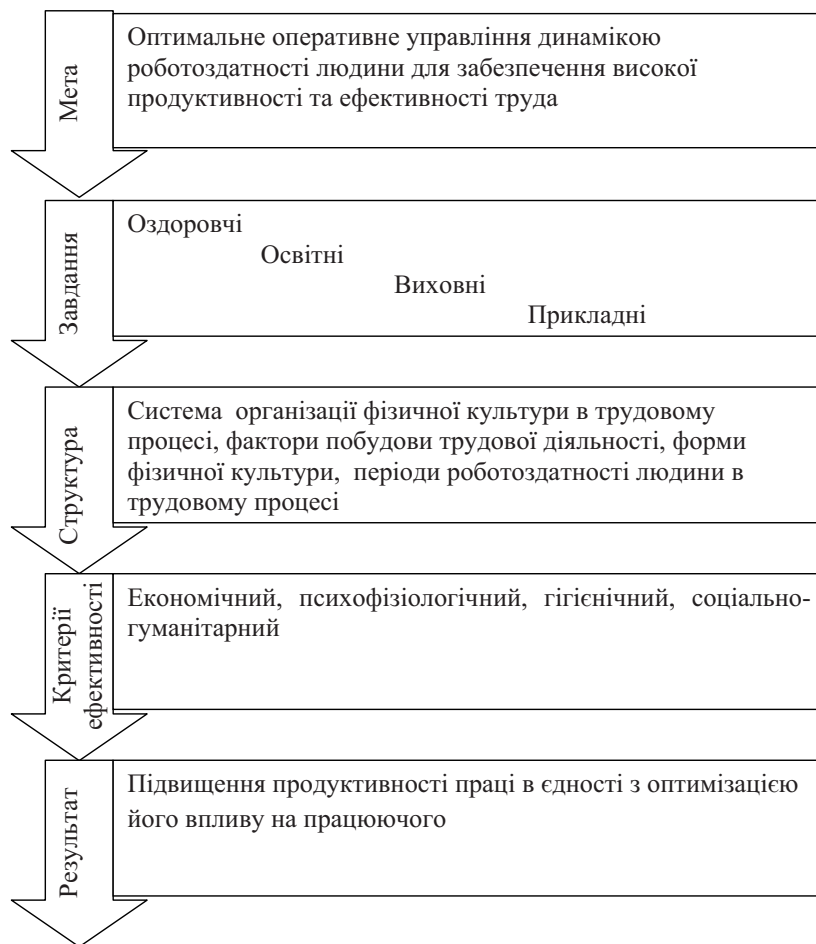


Рис. 1. Теоретико-функціональна модель удосконалення виробничої фізичної культури на сучасному етапі в Україні

ня вигідно на всіх рівнях, – від самого працюючого до президента України.

Для ефективного впровадження фізичної культури в рамках трудового процесу нами була розроблена теоретико-функціональна модель з інноваційним підходом, 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 оптимальному оперативному управлінні динамікою роботоздатності людини для забезпечення високої продуктивності та ефективності труда.

Означена мета конкретизуєть-

ся 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 прикладні (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: система організації фізичної культури в трудовому процесі, фактори реалізації виробничої фізичної культури, форми фізичної культури, періоди оперативної роботоздатності людини в трудовому процесі, взаємозв'язок фізичної культури і праці.

Розглядаючи в цілому місце фізичної культури в системі організації праці, можна виділити три сфери, або рівня її оптимального використання:

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

2) на виробництві, але поза його власних рамок (в доробочий, післяробочий час і під час обідньої перерви, якщо вона досить тривала).

3) поза виробництвом, але враховуючи його вимоги, орієнтація на підготовку до трудової діяльності та оптимізацію його впливу на організм (в умовах профілактики, одноденних і стаціонарних будинків відпочинку, в секціях виробничих колективів фізичної культури, в побуті).

Працездатність людини протягом робочого дня зазнає ряд закономірних послідовних змін. При досить високому темпі трудових дій, при значній інтенсивності і тривалості робочого дня показники працездатності спочатку зростають, потім стабілізуються і, нарешті, знижуються. При цьому спостерігається чергування трьох періодів:

- період впрацювання (приблизно перші 1-2 ч роботи). У цей період відбувається відповідна координаційна настройка в різних системах організму, зокрема, зосереджується увага, встановлюються необхідний темп, ритм і точність робочих операцій;

- період стабілізації (середня тривалість 4-5 годин). У цей період спостерігаються стійкі, підви-



шені показники працездатності;

- період зниження працездатності (період втоми). Він характеризується прогресуючим зниженням продуктивності праці.

Така зміна може повторюватися за зміну двічі: до і після обідньої перерви.

Для більш вдалої реалізації сучасної концепції виробничої фізичної культури є визначення умов і факторів, які необхідно врахувати: робочу позу положення тулуба; робочі рухи; характер трудової діяльності; ступінь і характер втоми за суб'єктивними показниками; можливі відхилення у стані здоров'я; санітарно-гігієнічний стан місця занятя.

Головним стає набуття знань працівниками, включення їх до співпраці. Це спонукає до створення певної моделі фізичної культури особистості, яка включає в себе такі основні складові: знання в галузі фізичної культури і спорту, мотиваційно-ціннісне ставлення (мотиви, інтереси, установки, переконання, потреби), фізична досконалість (фізичні якості, рухові вміння, рухові навички, фізична підготовленість), фізкультурно-спортивна діяльність.

Критерієм ефективності розробленої нами моделі є забезпечення психофізіологічної придатності та адаптації працівника, всебічний розвиток особистості, що виражається в реалізації його особистісного потенціалу, що відбивається в таких основних аспектах:

- в економічному аспекті передбачається забезпечення економії та раціонального використання матеріальних та інших трудових ресурсів, зростання продуктивності і ефективності праці шляхом скорочення і ліквідації невинуватених втрат часу, впровадження передових методів праці, кращого використання робочої сили, ліквідації простоїв техніки і обладнання, підвищення ступеня їх експлуатації, скорочення термінів освоєння потужностей;

- психофізіологічні і гігієнічні аспекти сприятимуть створенню на виробництві найбільш сприятливих умов для нормального функціонування і відтворення робочої сили, збереженню і зміцненню здоров'я, поліпшенню природних передумов працездатності працівників;

- соціально-гуманітарні аспекти передбачають оптимізацію процесу і умов виробництва, спрямовану на постійне зростання культурно-технічного рівня працівників, їх різносторонній розвиток, розширення трудової творчості, підвищення привабливості праці і перетворення його в першу життєву необхідність.

Система заходів з розвитку виробничої фізичної культури забезпечує такі результати:

- управління фізичним ресурсом працівника;

- збереження і зміцнення здоров'я, підвищення працездатності працівника, і як наслідок – його продуктивності і ефективності праці;

- зниження загальної захворюваності (скорочення кількості днів непрацездатності);

- зниження рівня виробничого травматизму;

- забезпечення позитивного впливу на мотивацію і лояльність співробітників, підвищення їх соціальної активності;

- зниження плинності кадрів;

- розвиток корпоративної культури, поліпшення іміджу підприємства, компанії.

Всі ці заходи збережуть найкращі традиції Українського народу, об'єднають інтереси людей і привнесуть інновації в розвиток масової фізичної культури.

Очікуваним результатом моделі є підвищення продуктивності праці в єдності з оптимізацією його впливу на працюючого.

Висновки. Тому необхідно приділяти чималу увагу кадровому питанню, і роботодавці повинні використовувати оздоровчі та спортивні програми для фор-

мування корпоративної культури та оптимізації трудових ресурсів. А саме: включати обов'язковий пункт в контракт співробітника про участь у спортивних корпоративних програмах, а також виплачувати найенергійнішим співробітникам «дивіденди здоров'я» (стимулюючи виплати за відсутність «лікарняних» і високу працездатність).

Але на жаль, багато керівників українських підприємств, компаній не зовсім досвідчені в питаннях фізичної культури. Використовуючи різні її елементи, – найчастіше змагальні або одноразові фітнес-заняття, вони не знають, що стійкий ефект можливий тільки при системному підході. Потрібна система роботи на підприємстві зі збереження і зміцнення здоров'я співробітників, підвищення їх працездатності, розвитку їх фізичного ресурсу за допомогою засобів фізичної культури.

Перспективи подальших досліджень полягають у визначенні ефективності впровадження розробленої моделі вдосконалення виробничої фізичної культури в різні сфери трудової діяльності.

Література

1. Булатова М. Здоров'я та фізична підготовленість населення України / М. Булатова, О. Литвин // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2004. – № 1. – С. 3–9.
2. Дутчак М.В. Спорт для всіх в Україні: теорія та практика / М.В. Дутчак. – К. : Олімп. л-ра, 2009. – 279 с.
3. Жолдак В.И. Социально-педагогические основы производственной физической культуры: автореф. дис... докт. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры» / В.И. Жолдак. – Москва, 1991. – 50с.



4. 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. – 24с.
5. Мусаелов Н.А. Производственная физическая культура в трудовом коллективе / Н.А. Мусаелов, Л.Н. Нифонтова. – Москва: Профиздат, 1985. – 152с.
6. Охорона праці як соціально-економічний чинник і галузь науки [Електронний ресурс]: Хелпикс. – Режим доступу : <http://helpiks.org>
7. 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. – 24с.
8. Про фізичну культуру і спорт [Електронний ресурс]: Закон України. – Режим доступу : <http://zakon1.rada.gov.ua>
9. 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. – 24с.
10. Турка Р. Спортивно-масові заходи в системі спорт для всіх як засіб залучення населення до систематичних занять руховою активністю / Р. Турка // Наук. часоп. нац. пед. ун-ту ім. М.П. Драгоманова. – К., 2013. – Вип. 7 (33). – Т. 2. – С. 322–328.
11. Уманець Н.Д. Україна спортивна 2011-2012 роки. Інформаційний довідник / Н.Д. Уманець, З.С. Осіпова; за ред. Н.Д. Уманець. – К. : Держ. служба молоді та спорту України, 2013. – 227 с.
12. Україна спортивна 2010-2011 роки. Інформаційний довідник / Т.А. Федюшина, З.С. Осіпова, Л.В. Лященко [та ін.] ; за ред. Н.Д. Уманець. – К. : Держ. служба молоді та спорту України, 2012. – 206 с.

