

**Ключевые слова:** профессиональная подготовка, доктор физической терапии, учебные программы, университеты США.

### SUMMARY

**Lianno Y.** The analysis of experience of the physical therapists professional training at leading universities in the USA.

*In the article the training of doctors of physical therapy in the USA universities is analyzed, the curriculums of training doctors of physical therapy at the Youngstown State University, Indiana University – Purdue University Indianapolis, University of Southern California and Mercer University are reviewed.*

*It is stressed that the peculiarity of professional training of future specialists in physical therapy in the USA is the systematic training of specialists for the healthcare industry, which has been held since 1920. It is established that training in physical therapy is conducted in colleges and universities. Since 2001 the American physical therapy Association has proposed a new system of preparation of doctors of physical therapy as an entry-level education for the exercise of professional activities. In this regard, in 2002 the USA ceased bachelors training in physical therapy and most universities refused from master's programs in this specialty.*

*The training programs of a doctor of physical therapy as a primary education level for implementation of professional activity consists of three years of full-time study, which is 8–9 semesters and clinical practice. Students study public, social, economic, financial, administrative and special disciplines. The analysis of educational programs of training a doctor of physical therapy in the United States universities showed that the study of fundamental disciplines is given 20–30 % of the total number of hours, disciplines of clinical professional training consists of 40–50 %, applied disciplines constitute 6–11 %, clinical education (practice) is 17–27 % and lasts 34 to 50 weeks on full or part-time.*

*Clinical practice is aimed at improving practical skills and clinical thinking, use of differential diagnosis, predicting, elaboration of rehabilitation programs and integrated management of the patient.*

*After successful completion, students receive a doctorate in physical therapy.*

*As a rule, all physical therapists are licensed to practice and are members of the American Association of Physical Therapy. It is determined the institutions for working of the physical therapists in the USA and a contingent of patients, which receive skilled care of physical therapist.*

**Key words:** professional training, doctor of physical therapy, training programs, US universities.

УДК 371.214.41

**О. А. Томенко, Д. О. Мазний**  
Сумський державний педагогічний  
університет імені А. С. Макаренка

### ОСОБЛИВОСТІ ТА ЕФЕКТИВНІСТЬ ПРОГРАМ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В КОЛЕДЖАХ ТА УНІВЕРСИТЕТАХ США

*Мета – на основі аналізу літературних джерел визначити особливості викладання та ступінь ефективності програм з фізичного виховання для вищих навчальних закладів США в залежності від їх змісту. Методи дослідження: аналіз наукових праць, документальних матеріалів, порівняння, узагальнення, систематизація фактичного матеріалу. Характерною особливістю викладання програм з фізичного виховання для студентів США є застосування трьох їх*

*різновидів: спортивно орієнтованих; спрямованих на засвоєння концептуальних теоретичних знань, необхідних для формування мотивів та інтересів до ведення здорового способу життя; програм змішаного типу. Найбільш ефективним є останній різновид – концептуальна інформація про переваги фізичної активності та здоров'я в поєднанні з практичною фізкультурною діяльністю.*

**Ключові слова:** фізичне виховання, США, спортивно орієнтовані програми, оздоровче спрямування, університети, коледжі, студенти.

**Постановка проблеми, аналіз актуальних досліджень.** Перебудова сфери вищої освіти з переходом на європейські стандарти, де обов'язкове фізичне виховання як предмет фактично відсутнє, призводить до переосмислення його значення в напрямі, насамперед, оздоровчого спрямування, профілактики шкідливих звичок, правильного харчування, формування в молодій людини практичних навичок дотримання оптимального режиму рухової активності. У цьому контексті актуальним є вивчення зарубіжного досвіду (зокрема коледжів та університетів США), що може стати поштовхом для вдосконалення функціонування системи фізичного виховання взагалі. Передові розробки в цьому напрямі мають науковці з США – D. Siedentop, M. Nelson, B. Strand, J. Egeberg [10; 11], тому саме особливості та сучасні тенденції викладання програм з фізичного виховання різного змісту в сфері вищої освіти в даній країні ми вважаємо за необхідне узагальнити й проаналізувати.

Забезпечення рухової активності є одним із пріоритетних завдань фізичного виховання в США, інструментом процесу соціальної адаптації. Близько 70 % вищих навчальних закладів США мають обов'язкові програми або курси з рухової активності [10; 12 та ін.]. У спеціальній американській літературі достатньо глибоко вивчена проблема викладання фізичного виховання в коледжах та університетах [9; 11], проте згадані вище роботи не повністю відображають сучасні тенденції й особливості щодо фізичного виховання студентської молоді в США, що свідчить про актуальність проблеми нашого дослідження.

**Мета статті:** на основі аналізу літературних джерел визначити особливості викладання та ступінь ефективності програм з фізичного виховання для вищих навчальних закладів США в залежності від їх змісту.

У роботі нами використані такі **методи дослідження:** порівняльний і науково-теоретичний аналіз наукових праць, державних програм, присвячених розвитку вищої освіти в США, порівняння, узагальнення, систематизація фактичного матеріалу й теоретичний аналіз для виявлення особливостей теорії і практики фізичного виховання студентів у США.

**Виклад основного матеріалу.** За даними Американської асоціації здоров'я студентів коледжів, поширеність ожиріння серед 18–24-річних неухильно збільшилася, а надмірну вагу мають близько 25 % з них і майже 20 % цієї вікової групи задовольняють критеріям ожиріння. Ураховуючи, що більшість молодих американських людей навчаються в коледжах та

університетах, заклад вищої освіти є досить зручним місцем для запровадження програм по зміцненню здоров'я [2; 5].

Програмування фізичного виховання є одним із заходів, що використовується для запобігання та зниження ожиріння в дітей, підлітків і дорослих. Фізичне виховання викладається в початкових, середніх і вищих навчальних закладах і, хоча більшість закладів пропонують курси фізичного виховання, його вплив на здоров'я студентів недостатньо представлений у літературі в порівнянні з дітьми та підлітками. Дослідники вказують на переваги для здоров'я, які пов'язані з заняттями з фізичного виховання для студентів, і стверджують, що більший ефект вони мають у коледжах, ніж в університетах [12].

У контексті програмування фізичного виховання у вищій освіті США слід зазначити, що існує різниця в ефективності його результатів залежно від змісту. Як правило, пропонується три різновиди програм: перший – спортивно орієнтований, спрямований на здобуття рухових навичок у таких видах, як теніс, аеробіка, боротьба тощо з паралельним розвитком рухових якостей; другий – спрямований на засвоєння концептуальних теоретичних знань, необхідних для формування мотивів та інтересів до ведення здорового способу життя, і включає в себе лекції про користь для здоров'я регулярної фізичної активності та здорового харчування; третій – змішаного типу.

Вивчення історії курсів фізичного виховання в коледжах та університетах дає змогу більш якісно розробляти зміст нових програм. Перші спортивноорієнтовані програми з фізичного виховання у вищих навчальних закладах США було запроваджено в 1860 році С. Хітчком в Амхерст-коледжі [12]. Такі програми набули найбільшого поширення (до 94 %) у коледжах і університетах США в 1972 році. До 2000 року більшість студентів вищих навчальних закладів у Сполучених Штатах повинні були пройти принаймні один курс фізичної активності до завершення університету.

До 1970-х років спортивно орієнтовані програми складала більшість курсів фізичного виховання в сфері вищої освіти, однак до 1978 р. уже більшість коледжів увели здоров'яспрямовані програми, і в 1990 році вони становили 52 % усіх курсів з фізичного виховання у вищих навчальних закладах, а спортивно орієнтовані – лише 33 % [1]. Порівняння наслідків реалізації спортивно орієнтованих та оздоровчих програм було проведене D. Siedentop зі співавторами [11]. У літературі існує протиріччя в оцінці спортивно орієнтованих та оздоровчих програм для студентів коледжів і університетів і, крім того, жодне дослідження не розглянуло результати, пов'язані з їх комбінацією.

Обидва види програм можна визнати такими, що дають позитивні результати щодо здоров'я, але більшість дослідників указують на більш високі віддалені результати оздоровчих програм у порівнянні зі спортивно орієнтованими. Т. Adams та Р. Brynteson [1] досліджували ефекти обох типів програм на формування навичок здорового способу життя й ставлення до

власного здоров'я серед випускників коледжів (793 з них проходили спортивно орієнтовані курси, і 413 – оздоровчі). У результаті випускники, які брали участь в оздоровчій програмі, відзначали вищу її ефективність. Крім того, у цій групі були також більш фізично активні в порівнянні з групою спортивного спрямування, а свідоме розуміння переваг фізичних вправ збільшувало фізичну активність.

За даними американських фахівців [9], більшість молодих людей нерегулярно залучені до рухової активності, незважаючи на велику кількість досліджень, які вказують на їх користь для здоров'я й якості життя. Доведено, що одних знань про переваги вправ не достатньо, щоб мотивувати більшість молодих людей розпочати тренуватися, наголошуючи на необхідності врахування сталих звичок поведінки студентів. Курс по зміцненню здоров'я на базі коледжу повинен потенційно включати в себе всі важелі впливу на показники зміни поведінки. Серед теорій, що пояснюють як формується поведінка, найбільш релевантною є екологічна модель.

Дослідження показують, що спортивно орієнтовані та оздоровчі програми пропонуються приблизно в 89 % закладів із 4-річним навчанням і 82 % з 2-річним [12]. Ці дані узгоджені з цілями проекту «Здоровий кампус» (2010 і 2020) [2], але тільки одна третина з них супроводжується самооцінкою студентами або зовнішніми оцінювачами [4].

F.Treiber зі співавторами [13] представили дані, які вказують, що і юнаки, і дівчата частіше беруть участь у фізкультурно-оздоровчих заходах за умови підтримки з боку однолітків, які складають малі за чисельністю групи, що говорить про значний ступінь комфортності такого роду груп. До спостережень, проведених під час цього дослідження, були залучені студенти, що мають намір стати більш активними в конкретних формах рухової активності, таких, як піша ходьба, заняття волейболом, туризм та інші.

За даними K. Gruber [6], на ступінь залучення до рухової активності, окрім розмірів груп, можуть суттєво впливати взаємовідносини між її членами. Так, великі групи й відсутність зв'язків усередині них, порівняно з меншими, мають більшу тенденцію до прояву неадекватних форм поведінки, пов'язаної зі збереженням здоров'я, включаючи фізичну активність. Відповідно менші групи можуть бути більш зручними в контексті впливу на спосіб життя молодих людей і ставлення до власного здоров'я.

L. Berkman та I. Kawachi [3] зазначили, що структура студентського колективу також впливає на можливості для фізичної активності. Формування невеликої групи, що функціонує спільно з метою зміцнення здоров'я, має потенціал для збільшення ресурсів і можливостей, і мінімізації бар'єрів, які заважають. Надання концептуальної інформації з додаванням конкретної стратегії підвищення рухової активності в межах програми, за якою займаються, можуть забезпечити більш відчутні переваги, що виражаються в зміні малорухомого способу життя. Одним із методичних прийомів для

реалізації такої стратегії є організація спільних виїздів на короткі відстані від університетського містечка. Група спільно користується автомобілем для місцевого туризму та кращої орієнтації в соціумі, потенційно усуваючи бар'єри, пов'язані з оздоровчим тренуванням. Крім того, для ефективної комунікації в процесі фізичного виховання в межах потоку студентів слід уникати перенаповнення груп, мінливості контингенту, переобтяження лекційним матеріалом, виходячи з тих позицій, що під час лекції відсутня міжособистісна комунікація в системі «студент–студент».

У результаті обстеження більш ніж 600 студентів науковцями [7] виявлено, що досягнення оптимального здоров'я та фізичного стану відбувається за рахунок виконання фізичних вправ, які покращують зовнішній вигляд і психічне здоров'я. Ураховуючи вищезгадані результати, слід зазначити, що концептуальна інформація про переваги фізичної активності та здоров'я в поєднанні з практичною фізкультурною діяльністю може більш ефективно сприяти зміцненню здоров'я та фізичного стану молодих людей, ніж програми спортивно орієнтованого спрямування в чистому вигляді. Крім того, студенти навчаються в такому випадку ефективніше, шукаючи інформацію про здоров'я й фітнес.

Опитування Американською асоціацією охорони здоров'я коледжів 80000 студентів у 106 коледжах виявили, що фізична активність і фітнес посіли третє рангове місце серед інформації стосовно здоров'я та безпеки, яку бажають отримати студенти, а наркотики й попередження насильницьких дій сексуального характеру посіли друге та перше місця. У них існує явна потреба в інформації та послугах, пов'язаних зі здоров'ям і фітнесом у коледжах. Ці висновки та спостереження збігаються з даними дослідників, які стверджують, що програми й курси зі здоров'язбереження повинні мати достатнє інформаційне забезпечення в коледжах (університетських кампусах) [2].

Вивчаючи програми зі здоров'язбереження в системі вищої освіти, Т. Адамсзі співавторами [1] мали за мету визначити найтипівіші їх прояви для управління програмами з реалізації здорового способу життя (зміцнення здоров'я). Інші науковці [8] в результаті опитування більше 5000 студентів виявили, що різноманітність у програмуванні призводить до високого ступеня задоволеності студентів фізичним вихованням.

Для реалізації потреби у веденні здорового способу життя студентів коледжів було розроблено програму «Здоровий кампус – 2010» [2], авторами якої було намічено 87 сукупних цільових орієнтирів. У результаті тільки 6 % з них було перевиконано, 37 % досягнуто, по 10 % не було зрушень, а 43 % погіршилися. Загальні результати проекту показали, що 23 % студентів коледжу чоловічої та жіночої статі займаються фізичною діяльністю високої інтенсивності, а 22,6 % чоловіків і 41,3 % жінок не займаються активною фізичною діяльністю. Крім того, менше 50 % студентів коледжу отримують

рекомендовану частоту й тривалість фізичної активності, а 32,4 % з опитаних студентів мають надлишкову вагу або страждають ожирінням.

### **Висновки та перспективи подальших наукових розвідок.**

1. На основі аналізу літературних джерел встановлено, що актуальною залишається проблема вивчення досвіду організації фізичного виховання для вищих навчальних закладів США й формування їх змісту. Різні аспекти викладання та ступінь ефективності програм з фізичного виховання D.Siedentop, M. Nelson, B. Strand, J. Egeberg та інші.

2. Характерною особливістю викладання програм з фізичного виховання для вищих навчальних закладів США є різниця в ефективності її результатів залежно від змісту. Застосовується три різновиди програм: спортивно орієнтовані; спрямовані на засвоєння концептуальних теоретичних знань, необхідних для формування мотивів та інтересів до ведення здорового способу життя; програми змішаного типу, які є поєднанням перших двох. Саме останній різновид – концептуальна інформація про переваги фізичної активності для здоров'я в поєднанні з практичною фізкультурною діяльністю більш ефективно сприяє зміцненню здоров'я та фізичного стану молодих людей, ніж програми спортивно орієнтованого спрямування в чистому вигляді.

3. Порівняння наслідків реалізації спортивно орієнтованих та оздоровчих програм було проведене низкою авторів, але жодне дослідження не розглянуло результати, пов'язані з їх комбінацією. Обидва види програм можна визнати такими, що дають позитивні результати щодо здоров'я, але більшість дослідників указують на більш високі віддалені результати в оздоровчих програмах у порівнянні зі спортивно орієнтованими. Серед інформації стосовно здоров'я та безпеки, яку бажають отримати студенти, фізична активність і фітнес посіли третє рангове місце.

Перспективними є подальші дослідження, які пов'язані з удосконаленням системи фізичного виховання студентів в Україні на основі вивчення досвіду США.

### **ЛІТЕРАТУРА**

1. Adams T. The effects of two types of required physical education programs on attitudes and exercise habits of college alumni / T. Adams, P. Brynteson // *The Physical Educator*. – 1995. – № 52 (4). – P. 203–208.
2. American College Health Association. American College Health Association : National college health assessment spring 2008 reference group data report // *Journal of American College Health*. – 2010. – № 57 (5). – P. 477–488.
3. Berkman L. *Social epidemiology* / L. Berkman, I. Kawachi. – New York, NY : Oxford University Press, 2000. – 208 p.
4. Delisle T. Relationship between frequency and intensity of physical activity and health behaviors of adolescents / T. Delisle, C. Werch, A. Wong, H. Bian, R. Weiler // *Journal of School Health*. – 2010. – № 80 (3). – P. 134–140.
5. Flegal K. Prevalence and trends in obesity among US adults, 1999–2008 / K. Flegal, M. Carroll, C. Ogden, L. Curtin // *Journal of the American Medical Association*. – 2010. – № 306 (10). – P. 1055–1158.

6. Gruber K. Social support for exercise and dietary habits among college students / K. Gruber // *Adolescence*. – 2008. – № 43 (171). – P. 557–575.
7. McArthur L. Race and sex difference in college student physical activity correlates / L. McArthur, T. Raedeke // *American Journal of Health Behavior*. – 2009. – № 33 (1). – P. 80–90.
8. Melton B. Trends in physical activity interest in the college and university setting / B. Melton, A. Hansen, J. Gross // *College Student Journal*. – 2010. – № 44 (3). – P. 785–789.
9. Nahas M. Determiners of physical activity in adolescents and young adults : The basis for high school and college physical activity to promote active lifestyles / M. Nahas, B. Goldfine, M. Collins // *The Physical Educator*. – 2003. – № 60. – P. 1.
10. Nelson M. Emerging adulthood and college-aged youth : An overlooked age for weight-related behavior change / M. Nelson, M. Story, N. Larson, D. Neumark, L. Lytle // *Obesity*. – 2008. – № 16. – P. 2205–2211.
11. Siedentop D. What is sport education and how does it work? / D. Siedentop // *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*. – 1998. – № 69 (4). – P. 18–20.
12. Strand B. Health-related fitness and physical activity courses in U.S. colleges and universities / B. Strand, J. Egeberg, A. Mozumdar // *Journal of Research*. – 2010. – № 5 (2). – P. 17–20.
13. Treiber F. Social support for exercise : Relationship to physical activity in young adults / F. Treiber, T. Baranowski, D. Braden, W. Strong, M. Levy, W. Knox // *Preventive Medicine*. – 1991. – № 20 (6). – P. 737–750.

### РЕЗЮМЕ

**Томенко А., Мазной Д.** Особенности и эффективность программ по физическому воспитанию в колледжах и университетах Соединенных Штатов Америки.

*Цель статьи заключается в том, чтобы на основе анализа литературы определить особенности преподавания и степень эффективности физического воспитания в высших учебных заведениях Соединенных Штатов Америки в зависимости от их содержания. Методы исследования: сравнительный и теоретический анализ научных работ, государственных программ, посвященных развитию высшего образования в Соединенных Штатах, сравнение, обобщение, систематизация для выявления особенностей теории и практики физического воспитания студентов Соединенных Штатов Америки.*

*Результаты. Характерной особенностью преподавания физического воспитания в высших учебных заведениях США является разница в эффективности ее результатов в зависимости от их содержания. Применяются три типа программ: спортивно ориентированные; направленные на усвоение концептуальных теоретических знаний, необходимых для формирования мотивов и интересов к ведению здорового образа жизни; программы сметанного типа, которые являются комбинацией первых двух. Именно концептуальная информация о пользе физической активности в сочетании с практической физкультурной деятельностью позволяет более эффективно влиять на здоровье и физическое состояние молодых людей, чем спортивно ориентированные программы в чистом виде, так как дают более высокие отдаленные результаты в виде сформированных мотивов и интересов к занятиям двигательной активностью. Среди информации о здоровье, которой интересуются студенты в США, физическая активность и фитнес занимает третье ранговое место.*

**Ключевые слова:** физическое воспитание, Соединенные Штаты Америки, спортивно-ориентированные программы, оздоровительная направленность, студенты.

## SUMMARY

**Tomenko O., Maznyi D.** The Features and Effectiveness of Physical Education Programs in Colleges and Universities of the USA.

*The purpose of the article is to determine the characteristics of teaching and degree of efficiency of physical education in the US higher education institutions, depending on their content based on literature analysis. Research methods: the comparative and theoretical analysis of scientific publications, government programs dedicated to the development of higher education in the United States, comparison, generalization and systematization to identify the features of the theory and practice of physical education of US students.*

*Results. According to the American specialists, the majority of young people do not involve in motor activity regularly, despite the large number of studies that indicate its health benefits and quality of life. It is proved that some knowledge about the benefits of exercise is not enough to motivate most young people to start training, emphasizing the need to incorporate well-established habits of students' behavior. Course for health promotion on the basis of the College should potentially include all the levers of influence on indicators of behavior change. Among the theories that explain how the behavior forms, the most relevant is the ecological model. A characteristic peculiarity of teaching physical education in higher education institutions of the United States is a difference in the effectiveness of its results, depending on their content. There are three types of programs: sports-oriented programs; programs aimed at the assimilation of the conceptual theoretical knowledge required for the formation of the motives and interests of a healthy lifestyle; mixed type programs that are a combination of the first two. Exactly conceptual information about the benefits of physical activity combined with practical sports activity allows for a more effective impact on the health and physical condition of young people than sports oriented programs in pure form as they give higher long-term outcomes in the form of shaped motives and interests to employment by physical activity. Among the information about health which is interesting to the students in the USA, physical activity and fitness take the third rank place. The perspective directions of further research are related to the improvement of the system of physical education of students in Ukraine on the basis of studying the experience of the United States.*

**Key words:** physical education, USA, sports-oriented programs, health improving directionality, students.