

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь  
Учреждение образования  
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ»  
(БГУФК)

УДК 37.013.83

Рег №

Рег №

УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по научной работе

Т.А. Морозевич-Шилюк  
«13» 12 2023 г.

ОТЧЕТ

О НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЕ

Научно-методические основы оценки профессиональной компетентности кадров  
отрасли физической культуры и спорта в системе дополнительного  
образования взрослых

по теме:

РАЗРАБОТКА ДИАГНОСТИЧЕСКОГО ИНСТРУМЕНТАРИЯ  
И ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ОЦЕНКА УРОВНЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ  
КОМПЕТЕНТНОСТИ СПЕЦИАЛИСТОВ ФИЗКУЛЬТУРНО-  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ, СПОРТИВНЫХ ЦЕНТРОВ, КОМПЛЕКСОВ,  
КОМБИНАТОВ И КЛУБОВ В СИСТЕМЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ ВЗРОСЛЫХ

(промежуточный, этап 3)

5.1.1

Директор ИПКиП, кандидат  
педагогических наук, доцент

05.12.2023 О.И. Луцевич

Руководитель НИР,  
заместитель директора по научно-  
методической работе ИПКиП,  
кандидат педагогических наук, доцент

05.12.2023 А.Л. Смотрицкий  
Минск 2023

## СПИСОК ИСПОЛНИТЕЛЕЙ

Руководитель НИР,  
заместитель директора по  
научно-методической работе,  
кандидат педагогических наук, доцент

05.12.2023 А.Л. Смотрицкий

(раздел 3, реферат,  
заключение)

Исполнители:

Заведующий кафедрой теоретико-  
методологических основ физической  
культуры, кандидат педагогических  
наук, доцент

05.12.2023 Т.Ю. Логвина

(раздел 2)

Заведующий кафедрой социально-  
гуманитарных и психологических  
основ физической культуры, кандидат  
исторических наук, доцент

Л.В. Вонсович

(подраздел 1.1.2, 1.1.3)

Заведующий кафедрой  
оздоровительной и адаптивной  
физической культуры, кандидат  
биологических наук

Р.Н. Ясюченя

(подраздел 1.2)

Доцент кафедры социально-  
гуманитарных и психологических  
основ физической культуры ИПКиП,  
кандидат педагогических наук, доцент

О.И. Луцевич

(введение, подраздел 1.1)

Ведущий специалист отдела

профессиональной диагностики и

резерва кадров

Руководитель 05.12.2023 В.М. Зайцев

(подраздел 3.1, 3.2)

Нормоконтроль

Руководитель 12.12.2023 К.С. Дарануца

## РЕФЕРАТ

Отчет 41 с., 1 кн., 5 рис., 2 табл., 15 источн.

### ДИАГНОСТИКА, ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ, ИНСТРУКТОРЫ-МЕТОДИСТЫ, ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР, СИСТЕМА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ВЗРОСЛЫХ

Объект исследования – уровень профессиональной компетентности специалистов физкультурно-оздоровительных, спортивных центров, комплексов, комбинатов и клубов.

Цель работы – разработать диагностический инструментарий и дать экспериментальную оценку уровню профессиональной компетентности специалистов физкультурно-оздоровительных, спортивных центров, комплексов, комбинатов и клубов в системе дополнительного образования взрослых.

В процессе исследования использовались следующие методы: анализ специальной литературы; анализ ресурсов удаленного доступа; педагогические наблюдения; компьютерное тестирование; метод оценки функционального состояния на основе ПАК «Омега-С», методы математической статистики.

В результате проведенного исследования впервые разработана и апробирована на практике комплексная система оценки уровня профессиональной компетентности специалистов физкультурно-оздоровительных, спортивных центров, комплексов, комбинатов и клубов Республики Беларусь с использованием современных информационных технологий.

Результаты исследования внедрены в образовательный процесс ИПКиП БГУФК.

Областью применения разработанной диагностической системы является процесс подготовки, переподготовки и повышения квалификации специалистов физкультурно-оздоровительных, спортивных центров, комплексов, комбинатов и клубов.

Значимость полученных результатов определяется возможностью оперативной, объективной и комплексной оценки уровня профессиональной компетентности специалистов физкультурно-оздоровительных, спортивных центров, комплексов, комбинатов и клубов Республики Беларусь,

совершенствованием на основе полученных данных образовательных программ и возможности применения на их основе индивидуальных образовательных траекторий.

Перспективы продолжения исследования связаны с разработкой новых направлений (модулей) тестирования, а также оценкой психофизиологических аспектов профессиональной компетентности специалистов физкультурно-оздоровительных, спортивных центров, комплексов, комбинатов и клубов и изучением их влияния на результаты практической деятельности.

## СОДЕРЖАНИЕ

Термины и определения.....	8
Перечень сокращений и обозначений.....	9
Введение.....	10
1 Государственные требования, предъявляемые к уровню профессиональной компетентности работников физкультурно-оздоровительных, спортивных центров, комплексов, комбинатов и клубов Республики Беларусь .....	12
1.1 Требования к должности директора физкультурно-спортивного клуба.....	12
1.1.1 Должностные обязанности директора физкультурно-спортивного клуба.....	12
1.1.2 Требования к знаниям директора физкультурно-спортивного клуба.....	13
1.1.3 Квалификационные требования директора физкультурно-спортивного клуба.....	13
1.2 Требования к должности инструктора-методиста по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе .....	14
1.2.1 Должностные обязанности инструктора-методиста по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе.....	14
1.2.2 Требования к знаниям инструктора-методиста по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе.....	15
1.2.3 Квалификационные требования инструктора-методиста по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе физкультурно-спортивного клуба.....	16
2 Профессиональное здоровье участников педагогического процесса как неотъемлемый компонент и важное условие эффективного осуществления трудовой деятельности.....	18
2.1 Оценка психологического здоровья.....	18
2.2 Особенности профессионального стресса в деятельности педагогов...	19
2.3 Профессиональное выгорание в деятельности педагога.....	21

3 Структура и способы диагностики уровня профессиональной компетентности специалистов физкультурно-оздоровительных, спортивных центров, комплексов, комбинатов и клубов в системе дополнительного образования взрослых.....	28
3.1 Результаты диагностики уровня профессионального здоровья специалистов физкультурно-оздоровительных, спортивных центров, комплексов, комбинатов и клубов.....	30
3.2 Результаты диагностики уровня профессиональных знаний специалистов физкультурно-оздоровительных, спортивных центров, комплексов, комбинатов и клубов.....	35
Заключение.....	39
Список использованных источников.....	40

## ТЕРМИНЫ И ОПРЕДЕЛЕНИЯ

В настоящем отчете о НИР применяют следующие термины и определения:

- Клуб по физической культуре и спорту – добровольное объединение физических лиц без образования юридического лица, создаваемое в организациях для подготовки к физкультурно-оздоровительным, спортивно-массовым мероприятиям, спортивным соревнованиям и участия в них.
- Отчет о НИР – документ, который содержит систематизированные данные о НИР, описывает состояние научной проблемы, процесс, результаты научного исследования.
- Профессиональная компетентность – интегральная профессионально-личностная характеристика, отражающая готовность и способность специалиста выполнять возложенные на него обязанности в соответствии с действующими нормативами и стандартами.
- Спорт – сфера деятельности, представляющая собой совокупность видов спорта, сложившаяся в форме спортивных соревнований и подготовки к ним.
- Физическая культура – составная часть культуры, сфера деятельности, представляющая собой совокупность видов деятельности, основанных на духовных и материальных ценностях, создаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, совершенствования его двигательной активности, направленная на укрепление его здоровья и способствующая гармоничному развитию личности.
- Физкультурно-оздоровительная работа – подготовка и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий.

## **ПЕРЕЧЕНЬ СОКРАЩЕНИЙ И ОБОЗНАЧЕНИЙ**

В настоящем отчете о НИР применяют следующие сокращения и обозначения:

др. – другие;

ЕКСД – единый классификационный справочник должностей служащих;

ИПКиП – Институт повышения квалификации и переподготовки руководящих работников и специалистов физической культуры, спорта и туризма учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»;

НИР – научно-исследовательская работа;

ПАК – программно-аппаратный комплекс;

ФКиС – физическая культура и спорт;

ЦНС – центральная нервная система.

## ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время необходимость совершенствования уровня профессиональной компетентности кадров признана в качестве приоритета практически во всех сферах трудовой деятельности. Не исключением здесь является и сфера ФКиС, которая призвана содействовать не только всестороннему гармоническому развитию личности и оздоровлению населения, но и способствовать достижению высоких спортивных результатов на международной арене. Достижение этих значимых для государства целей возможно только при условии наличия высококвалифицированных специалистов, способных составлять и выдерживать конкуренцию в постоянной борьбе за лидерство с ведущими «спортивными» странами мира. В связи с этим, одной из главных задач системы непрерывного профессионального образования в целом является содействие профессиональному и личностному развитию кадров.

Немаловажное значение в изучении различных аспектов непрерывного профессионального образования уделяется проблемам мониторинга, педагогической диагностики, оценки качества и эффективности обучения (Б.Е. Лосин, 2001; С.П. Аверин, 2000; В.Е. Кайма, 2000) и др.

Особую важность процесс профессионального совершенствования приобретает в области подготовки специалистов социально-гуманитарной сферы, характеризующейся одним из самых сложных и многогранных объектов изучения – человека и его деятельности.

Традиционная система обучения, сложившаяся в сфере дополнительного образования взрослых, ориентирована, по вполне понятным, в том числе экономическим и организационным причинам, на реализацию программ, содержание которых направлено на рассмотрение актуальных вопросов профессиональной деятельности, как правило, без учета индивидуального уровня компетентности каждого слушателя. Во многом это происходит и по причине недостаточной разработанности соответствующих диагностических методик, позволяющих комплексно и оперативно выявить существующие «сильные» и «слабые» стороны в подготовке каждого специалиста.

Для методического обеспечения процесса диагностики уровня профессиональной компетентности слушателей, проходящих обучение в ИПКиП проведен анализ существующих и разработаны новые способы оценки уровня профессиональной компетентности специалистов в области ФКиС на примере специалистов физкультурно-оздоровительных, спортивных центров, комплексов, комбинатов и клубов в соответствии с действующими квалификационными требованиями, утвержденными Министерством труда и социальной защиты.

# **1 Государственные требования, предъявляемые к уровню профессиональной компетентности работников физкультурно-оздоровительных, спортивных центров, комплексов, комбинатов и клубов Республики Беларусь**

В настоящем разделе будут рассмотрены государственные требования, предъявляемые к уровню профессиональной подготовленности работников физкультурно-оздоровительных, спортивных центров, комплексов, комбинатов и клубов Республики Беларусь на примере должности директора физкультурно-спортивного клуба и должности инструктора-методиста по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе.

## **1.1 Требования к должности директора физкультурно-спортивного клуба**

Официальные требования, предъявляемые в Республике Беларусь к должности директора физкультурно-спортивного клуба, отражены в ЕКСД, выпуск 26, утвержденном постановлением Министерства труда Республики Беларусь от 20.10.2020, № 94.

### **1.1.1 Должностные обязанности директора физкультурно-спортивного клуба**

В соответствии с официальными требованиями, предъявляемыми в Республике Беларусь к должности директора физкультурно-спортивного клуба, представители указанной категории работников обязаны:

- осуществлять общее руководство деятельностью физкультурно-спортивного клуба, представляет его интересы в государственных и общественных органах;
- составлять годовой план работы, руководить планированием, финансированием и финансово-хозяйственной деятельностью клуба;
- организовывать и проводить спортивно-массовые мероприятия в соответствии с календарным планом;

- обеспечивать учет, сохранность, пополнение и целевое использование материально-технической базы;
- осуществлять подбор и расстановку кадров, назначать на должность и освобождать от должности работников, утверждать штатное расписание;
- осуществлять контроль за соблюдением работниками производственно-технологической, исполнительской и трудовой дисциплины;
- координировать свою деятельность по налаживанию и проведению физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с заинтересованными организациями;
- организовывать работу оздоровительных групп, сборных команд, спортивных секций, клубов по спортивным интересам и их участие в спортивно-массовых мероприятиях;
- организовывать пропаганду здорового образа жизни.

### **1.1.2 Требования к знаниям директора физкультурно-спортивного клуба**

Директор физкультурно-спортивного клуба должен владеть знаниями по следующим основным направлениям профессиональной деятельности:

- нормативные правовые акты, технические нормативные правовые акты, локальные правовые акты, регламентирующие деятельность в сфере ФКиС;
- основы законодательства о труде;
- теория и методика организации физкультурно-оздоровительной работы;
- методы управления отраслью ФКиС;
- организация финансово-хозяйственной деятельности;
- требования по охране труда;
- требования по обеспечению пожарной безопасности.

### **1.1.3 Квалификационные требования директора физкультурно-спортивного клуба**

К квалификационным требованиям, предъявляемым к должности директора физкультурно-спортивного клуба, относятся: наличие высшего образования по направлению образования «ФКиС», а также наличие допуска к педагогической деятельности в порядке, на условиях и с учетом особенностей, установленных

Министерством спорта и туризма Республики Беларусь, стаж работы не менее 3-х лет по специальности или на руководящих должностях.

## **1.2 Требования к должности инструктора-методиста по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе**

Официальные требования, предъявляемые в Республике Беларусь к должности инструктора-методиста по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе, отражены в ЕКСД, выпуск 26, утвержденном постановлением Министерства труда Республики Беларусь от 20.10.2020, № 94.

### **1.2.1 Должностные обязанности инструктора-методиста по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе**

В соответствии с официальными требованиями, предъявляемыми в Республике Беларусь к должности инструктора-методиста по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе, представители указанной категории работников обязаны:

- организовывать проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в целях укрепления здоровья населения в организациях всех форм собственности;
- осуществлять набор в секцию (группу) спортивной и оздоровительной направленности лиц, желающих заниматься ФКиС и не имеющих медицинских противопоказаний, проводить с ними практические занятия;
- консультировать занимающихся по вопросам теории и практики физического воспитания, здорового образа жизни;
- совершенствовать методику проведения спортивно-массовых мероприятий;
- участвовать в организации мероприятий по укреплению и развитию материально-технической базы для занятий ФКиС;
- организовывать работу детско-юношеских центров, клубов по спортивным интересам, физкультурно-оздоровительных секций;
- вести учет и анализ физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы;

- осуществлять пропаганду здорового образа жизни, работать в тесном контакте с учреждениями здравоохранения для обеспечения врачебного контроля за лицами, занимающимися ФКиС;
- изучать, обобщать и внедрять передовой опыт работы;
- разрабатывать предложения по совершенствованию режимов труда и отдыха, рекомендации и др. методические материалы по использованию различных форм и методов физической культуры для профилактики возможных заболеваний;
- проводить комплекс практических мероприятий и теоретических занятий по обеспечению охраны труда;
- разрабатывать комплексы упражнений, способствующих восстановлению работоспособности.

### **1.2.2 Требования к знаниям инструктора-методиста по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе**

Инструктор-методист по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе должен владеть знаниями по следующим основным направлениям профессиональной деятельности:

- нормативные правовые акты, технические нормативные правовые акты, локальные правовые акты в сфере ФКиС;
- теоретические основы физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы;
- методика организации и проведения спортивно-массовых мероприятий;
- методика дозировки физических нагрузок в процессе занятий физическими упражнениями с лицами разного возраста, пола, состояния здоровья, профессии;
- методика оценки эффективности занятий ФКиС;
- основы врачебного контроля;
- правила оказания первой помощи;
- физиологические особенности организма при занятиях физическими упражнениями и спортом;
- правила эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники;
- требования по охране труда.

### **1.2.3 Квалификационные требования инструктора-методиста по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе физкультурно-спортивного клуба**

К квалификационным требованиям, предъявляемым к должности инструктора-методиста по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе физкультурно-спортивного клуба относятся:

– для инструктора-методиста высшей квалификационной категории – наличие высшего образования по направлению образования «ФКиС», а также допуск к педагогической деятельности в порядке, на условиях и с учетом особенностей, установленных Министерством спорта и туризма, и стаж работы в должности инструктора-методиста по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе первой квалификационной категории не менее 2-х лет;

– для инструктора-методиста первой квалификационной категории – высшее или среднее специальное образование по направлению образования «ФКиС», а также допуск к педагогической деятельности в порядке, на условиях и с учетом особенностей, установленных Министерством спорта и туризма, и стаж работы в должности инструктора-методиста по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе второй квалификационной категории не менее 2-х лет;

– для инструктора-методиста по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе второй квалификационной категории – высшее или среднее специальное образование по направлению образования «ФКиС», а также допуск к педагогической деятельности в порядке, на условиях и с учетом особенностей, установленных Министерством спорта и туризма, и стаж работы в должности инструктора-методиста по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе не менее 2-х лет;

– для инструктора-методиста по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе – высшее или среднее специальное образование по направлению образования «ФКиС», а также допуск к педагогической деятельности в порядке, на условиях и с учетом особенностей, установленных Министерством спорта и туризма, без предъявления требований к стажу работы.

Квалификационные категории инструктору-методисту по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе присваиваются в соответствии с

нормативными правовыми актами, утверждаемыми Министерством спорта и туризма Республики Беларусь. Высшая квалификационная категория присваивается инструктору-методисту по физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работе при проведении физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с детьми.

## **2 Профессиональное здоровье участников педагогического процесса как неотъемлемый компонент и важное условие эффективного осуществления трудовой деятельности**

### **2.1 Оценка психологического здоровья**

Показатели психологического здоровья особенно актуальны для всех участников педагогического процесса в сфере ФКиС, так как их деятельность связана с воспитанием подрастающего поколения, а воспитать гармоничную личность, устойчивую к неблагоприятным воздействиям, могут только психологически здоровые люди.

В связи с этим целесообразно рассматривать понятие «профессиональное здоровье», под которым понимается «процесс сохранения и развития регуляторных свойств организма, физического, психического и социального благополучия, обеспечивающих высокую надежность профессиональной деятельности, профессионального долголетия и максимальной продолжительности жизни» [1].

Психологическое здоровье обеспечивает адекватную условиям окружающей действительности регуляцию поведения и является предопределяющим фактором профессиональной деятельности. Поэтому залогом становления личности психолога является соответствие требований профессии личностным особенностям. Так, работа в сфере ФКиС и является той профессиональной деятельностью, к которой предъявлены повышенные требования. Это высокий уровень развития психомоторной и волевой сферы, творческая и интеллектуальная активность. Также умение работать с людьми, владение спортивными навыками, умение не только научить выполнять разнообразные упражнения, а через сферу физической культуры сформировать социально зреющую, морально устойчивую, уверенную в своих возможностях личность.

Деятельность спортивного педагога в этой области может быть сведена к выполнению следующих функций: первичное выявление детей группы риска; сбор доступной диагностической информации; предварительная оценка характера выявленных особенностей физического и психического развития ребенка; использование полученных данных в оздоровительной и коррекционно-педагогической работе.

В связи с этим важное место в профессиональной деятельности преподавателей по физическому воспитанию должно отводиться изучению стресса и эмоционального выгорания.

## **2.2 Особенности профессионального стресса в деятельности педагогов**

Понятие «Профессиональный стресс» обозначает напряженное состояние работника, возникающее у него при воздействии эмоционально-отрицательных и экстремальных факторов, связанных, прежде всего, с выполняемой профессиональной деятельностью [2]. Профессиональный стресс (дистресс) – это также реакция на какие-то затруднения, выражаясь в неспецифических действиях.

Выделяют основные виды профессионального стресса (дистресса):

1. Информационный стресс возникает в условиях жесткого лимита времени и усугубляется в условиях высокой ответственности задания. Часто информационный стресс сопровождается неопределенностью ситуации (или недостоверной информацией о ситуации) и быстрой переменой информационных параметров.

2. Эмоциональный стресс возникает при реальной или предполагаемой опасности (чувство вины за невыполненную работу, отношения с коллегами и др.). Нередко разрушаются глубинные установки и ценности работника, связанные с его профессией.

3. Коммуникативный стресс связан с реальными проблемами делового общения. Он проявляется в повышенной конфликтности, в неспособности контролировать себя, в неумении тактично отказать в чем-либо, в незнании средств защиты от манипулятивного воздействия и др. [1].

Основные проявления коммуникативного профессионального стресса:

– раздражительность в деловом общении (привычка общаться на повышенных тонах; неуверенность самого человека «собака громко лает от страха»; тревожность, неудовлетворенность своей работой и т.п.);

– коммуникативная агрессия (главная причина – стремление унизить или подавить соперника в конкурентной борьбе), которая проявляется в разных формах: вербальной (словесной); прямой (открытый вызов); косвенной (придирчивость,

намеки, отказ от помощи, ложь, мелочность, угрозы); ситуативной (спонтанные вспышки ярости); направленной на другого (обвинение другого) или на самого себя (самообвинение);

– семейный стресс – реакция на негативные внешние или внутрисемейные факторы, которые так или иначе возникают в процессе жизнедеятельности семьи: чрезмерная физическая и психическая нагрузка в быту и на производстве, сложности при решении жилищной проблемы, длительный и устойчивый конфликт между членами семьи, невозможность иметь ребенка и др. Эти нарушения неизбежно влияют на благополучие членов семьи, не позволяют им удовлетворять свои потребности, вызывают состояние внутреннего напряжения и дискомфорта, служат источником соматических, нервно-психических и поведенческих расстройств, тормозят развитие личности;

– профессиональный стресс достижения, который характеризуется несоответствием уровня ожиданий реальным возможностям (ресурсам) человека. Профессиональный стресс успеха работник может испытывать и тогда, когда достигает своей цели. Нередко после достижения наступает состояние «обессмысливания»;

– стресс, вызванный страхом сделать ошибку. Страх ошибки часто «блокирует» творческие способности человека. Человек постепенно начинает отказываться от всего нового и рискованного;

– профессиональный стресс конкуренции, означающий видение в окружающих (в коллегах) своих «конкурентов» и наличие «только одной цели» – карьеры, успеха в конкуренции.

Выделены следующие группы факторов профессионального стресса и конкретные источники стресса:

1. Факторы, связанные с трудовой деятельностью: слишком много работы; плохие условия труда; дефицит времени (когда все время чего-то не успеваешь); необходимость самостоятельного принятия решения.

2. Факторы, связанные с ролью педагога в организации: недостаточная информированность о профессиональных обязанностях и соответствующих ожиданиях со стороны коллег и начальства («в том числе и соблазн «сачкануть» во

время работы); ролевой конфликт, когда субъект считает, что он делает то, чего не должен, или чего он не желает делать... ответственность за других людей.

3. Факторы, связанные с взаимоотношениями на работе: взаимоотношения с руководством, с подчиненными, с коллегами.

4. Факторы, связанные с деловой карьерой: два основных стрессогенных фактора: профессиональная «неуспешность», боязнь ранней отставки; статус несоответствия, медленное или слишком быстрое продвижение, фрустрация из-за достижения «предела» своей карьеры; отсутствие гарантированной работы (постоянное ожидание каких-то изменений); несоответствие уровня притязаний данному профессиональному статусу.

5. Факторы, связанные с организационной структурой и психологическим климатом: невозможность получить своевременную квалифицированную помощь по ряду важных вопросов; ограничение свободы поведения, интриги и т.п.

В целом можно определить что стресс – это завышенные требования среды к наличным возможностям человека, неадекватность в целостной системе взаимоотношений «человек – среда».

### **2.3 Профессиональное выгорание в деятельности педагога**

Термин «профессиональное выгорание» ввел американский психиатр Герберт Фрейденберг для характеристики состояния здоровых людей, находящихся в интенсивном, эмоциональном общении с клиентами [3].

Существуют различные определения «выгорания», в наиболее общем виде оно рассматривается как долговременная стрессовая реакция или синдром, возникающий вследствие продолжительных профессиональных стрессов средней интенсивности. В связи с этим синдром «психического выгорания» обозначается рядом авторов понятием «профессиональное выгорание», что позволяет рассматривать это явление в аспекте личностной деформации профессионала под влиянием длительного профессионального стажа работы по одной и той же специальности.

Изучены отдельные аспекты проблемы эмоционального выгорания: выделены факторы, влияющие на возникновение выгорания; рассмотрена зависимость

выгорания от индивидуальных особенностей личности; определены меры профилактики и коррекции выгорания; ведется поиск средств психофизиологического обеспечения стрессоустойчивости человека в повседневных и экстремальных условиях. Также большое внимание уделяется исследованию эмоционального выгорания в работе спортивного педагога [4, 5].

Синдром «выгорания» обычно характерен для представителей профессий системы «человек-человек»: врачей, учителей, полицейских, юристов, консультантов, психотерапевтов, а также тренеров, спортивных руководителей, менеджеров команд, выполняющих функции управления персоналом спортивных организаций. «Выгорание» – профессиональная болезнь педагога. Исследования показывают, что ключевую роль в синдроме «выгорания» играют эмоционально напряженные отношения, как, например, отношений между педагогом, детьми и их родителями, отношения между руководителем и подчиненными в конфликтных ситуациях или при неблагоприятном «психологическом климате» в коллективе.

В настоящее время хорошо известны три модели «психического выгорания» и соответствующие им методы оценки.

Одномерная модель. «Выгорание» понимается как состояние физического и психологического истощения, вызванного длительным пребыванием в эмоционально перегруженных ситуациях. Такая трактовка близка пониманию выгорания как синдрома «хронической усталости».

Двухмерная модель. Вторая модель рассматривает «выгорание» как «двухмерный конструкт», состоящий из эмоционального истощения и деперсонализации, которая проявляется в изменении отношений либо к себе, либо к другим (воспитанникам, подчиненным, пациентам, коллегам).

Трехкомпонентная модель. Наиболее распространенной является трехкомпонентная модель синдрома «выгорания» американских исследователей К. Маслак и С. Джексон [6]. В соответствии с данной моделью «выгорание» понимается как синдром эмоционального истощения, деперсонализации и редукции личных достижений.

1. Эмоциональное истощение рассматривается как основная составляющая «профессионального выгорания» и проявляется в сниженном эмоциональном фоне, равнодушии или эмоциональном перенасыщении.

2. Деперсонализация проявляется в деформации отношений с другими людьми – в избегании «лишних» контактов и компаний, в повышенной зависимости от других, в обостренном негативизме, критичности, прагматичности и цинизме в отношениях, в сокращении круга общения.

3. Третий компонент «выгорания» – редукция личных достижений может проявляться либо в тенденции к негативному оцениванию себя, своих профессиональных достижений, в пессимистичности относительно своих достоинств и возможностей дальнейшего профессионального роста, либо в ограничении своих возможностей и обязанностей по отношению к другим.

Для профилактики профессионального выгорания большое значение имеет изучение симптомов эмоционального выгорания (таблица 1).

Таблица 1 – Симптомы эмоционального выгорания

Симптомы	Признаки	
	1	2
Физические		<ul style="list-style-type: none"><li>– усталость, физическое утомление, истощение;</li><li>– уменьшенный или увеличенный вес;</li><li>– недостаточный сон, бессонница;</li><li>– плохое общее состояние здоровья;</li><li>– затрудненное дыхание, одышка, тошнота, головокружение, чрезмерная потливость;</li><li>– гипертензия (повышенное давление) и др.</li></ul>
Эмоциональные		<ul style="list-style-type: none"><li>– недостаток эмоций, безразличие и усталость;</li><li>– пессимизм, цинизм, черствость в работе и жизни;</li><li>– ощущения беспомощности, безнадежность;</li><li>– раздражительность, агрессивность, истерики;</li><li>– тревога, беспокойство, неспособность сосредоточиться, чувство одиночества и вины;</li><li>– депрессия, потеря идеалов, надежд, профессиональных перспектив</li></ul>
Поведенческие		<ul style="list-style-type: none"><li>– рабочее время больше 45 часов в неделю;</li><li>– во время рабочего дня появляется усталость и желание прерваться, отдохнуть;</li><li>– безразличие к еде;</li><li>– снижение физической нагрузки;</li><li>– оправдание употребления табака, алкоголя, лекарств;</li><li>– несчастные случаи (например, травмы)</li><li>– импульсивное эмоциональное поведение</li></ul>

## Продолжение таблицы 1

1	2
Интеллектуальные	<ul style="list-style-type: none"> <li>– уменьшение интереса к новым идеям в работе;</li> <li>– уменьшение интереса к альтернативным подходам в решении проблем;</li> <li>– увеличение скуки, тоски, апатии или недостаток куража, вкуса и интереса к жизни</li> </ul>

Наиболее ярко синдром «выгорания» проявляется в тех случаях, когда коммуникации отягощены негативной эмоциональной насыщенностью. Вероятность появления «выгорания» увеличивается по мере возрастания частоты и продолжительности контактов разрушительной эмоционально-психологической природы. Эта профессиональная деформация мешает полноценному управлению педагогическим процессом.

Среди личностных особенностей, способствующих «выгоранию», выделяют: эмпатию, гуманность, мягкость, увлекаемость, идеализированность, интровертированность, фанатичность и др.

В.В. Бойко (1996) выделяет ряд внешних и внутренних факторов предпосылок, которые провоцируют эмоциональное выгорание [7].

К внешним факторам относят уровни материальной среды, содержание работы и социально-психологические условия деятельности. Психологи отмечают доминирующую роль этих факторов в возникновении выгорания.

### 1. Хроническая напряженная психоэмоциональная деятельность.

Такая деятельность связана с интенсивным общением. Профессионалу, работающему с людьми, приходиться постоянно подкреплять эмоциями разные аспекты общения: активно ставить и решать проблемы, внимательно воспринимать, усиленно запоминать и быстро интерпретировать визуальную, звуковую и письменную информацию, быстро принимать решения.

### 2. Дестабилизирующая организация деятельности.

Основные ее признаки: нечеткая организация и планирование труда, плохо структурированная и расплывчатая информация, наличие в ней мелких подробностей, противоречий. При этом дестабилизирующая обстановка вызывает многократный негативный эффект: она оказывается на самом профессионале, на субъекте общения – ребенке, родителях и т.д.

### 3. Повышенная ответственность за исполняемые функции и операции.

Представители массовых профессий обычно работают в режиме внешнего и внутреннего контроля. Прежде всего, это касается педагогов, воспитателей и т.д. Процессуальное содержание их деятельности заключается в том, что постоянно надо входить и находиться в состоянии субъекта, с которым осуществляется совместная деятельность. Постоянно приходится принимать на себя энергетические разряды партнеров. Например, у педагога за время проведения занятий самоотдача и самоконтроль столь значительны, что к следующему дню психические ресурсы практически не восстанавливаются.

### 4. Неблагополучная психологическая атмосфера профессиональной деятельности.

Определяется двумя основными обстоятельствами – конфликтностью по вертикали, в системе «руководитель – подчиненный», и по горизонтали, в системе «коллега – коллега». Нервная обстановка побуждает одних растрачивать эмоции, а других – искать способы экономии психических ресурсов. Рано или поздно человек будет склоняться к тактике эмоционального выгорания: держаться от всего и всех подальше, не принимать все близко к сердцу.

### 5. Психологически трудный контингент, с которым имеет дело профессионал в сфере общения.

У педагогов и воспитателей это дети с аномалиями характера, нервной системы. В процессе профессиональной деятельности почти ежедневно попадается человек, который «портит вам нервы» или «доведет до белого каления». Невольно специалист начинает упреждать подобные случаи и прибегать к экономии эмоциональных ресурсов, убеждая себя при помощи формулы: «не следует обращать внимание». В зависимости от статистики своих наблюдений, он добавляет, кого именно надо эмоционально игнорировать: невоспитанных, распущеных, неумных, капризных или безнравственных.

К внутренним факторам, обуславливающим эмоциональное выгорание, относят следующие:

### 6. Склонность к эмоциональной ригидности.

Эмоциональное выгорание как средство психологической защиты возникает быстрее у тех, кто менее реактивен и восприимчив, более эмоционально сдержан.

Например, формирование симптомов «выгорания» будет проходить медленнее у людей импульсивных, обладающих подвижными нервными процессами.

7. Интенсивная интериоризация (восприятие и переживание) обстоятельств профессиональной деятельности.

Данное психологическое явление возникает у людей с повышенной ответственностью за порученное дело, исполняемую роль. Часто встречаются случаи, когда по молодости, неопытности и, может быть, наивности, специалист, работающий с людьми, воспринимает все слишком эмоционально, отдается делу без остатка. Каждый стрессогенный случай из практики оставляет глубокий след в душе. Судьба, здоровье, благополучие субъекта деятельности вызывает интенсивное соучастие и сопереживание, мучительные раздумья и бессонницу. Постепенно эмоционально-энергетические ресурсы истощаются, и возникает необходимость восстанавливать их или беречь, прибегая к тем или иным приемам психологической защиты. Так, часть молодых педагогов покидает школу в первые 5 лет работы. Но типичный вариант экономии ресурсов – эмоциональное выгорание. Педагоги спустя 11–16 лет приобретают энергосберегающие стратегии исполнения деятельности. Временами восприятие неблагоприятных сторон деятельности обостряется. Например, педагог, научившийся спокойно реагировать на аномалии характеров подросткового возраста, вдруг «срывается» в общении с определенным ребенком, возмущенный его бес tactными выходками и грубостью. Но случается – тот же учитель понимает, что надо проявить особое внимание к ученику и его семье, однако, не в силах предпринять соответствующие шаги.

8. Слабая мотивация эмоциональной отдачи в профессиональной деятельности:

– профессионал в сфере общения не считает для себя необходимым или почему-то не заинтересован проявлять соучастие и сопереживание субъекту своей деятельности;

– человек не привык, не умеет поощрять себя за сопереживание и соучастие, проявляемые по отношению к субъектам деятельности. Систему самооценок он поддерживает иными средствами – материальными или позиционными достижениями. Альтруистическая эмоциональная отдача для такого человека ничего не значит, и он не испытывает от нее удовлетворения.

## 9. Нравственные дефекты и дезориентация личности.

Возможно, профессионал имел нравственный изъян еще до того, как стал работать с людьми, или же приобрел их в процессе деятельности. Нравственный дефект обусловлен неспособностью включать во взаимодействие с деловыми партнерами такие моральные категории, как совесть, добродетель, добропорядочность, честность, уважение прав и достоинств другой личности. Однако как в случае нравственного дефекта, так и при наличии нравственной дезориентации, формирование эмоционального выгорания облегчается. Увеличивается вероятность безразличия к субъекту деятельности и апатии к исполняемым обязанностям.

Таким образом, эмоциональное выгорание представляет собой приобретенный стереотип эмоционального, профессионального поведения. «Выгорание» отчасти функциональный стереотип, поскольку позволяет человеку дозировать и экономно расходовать энергетические ресурсы.

### **3 Структура и способы диагностики уровня профессиональной компетентности специалистов физкультурно-оздоровительных, спортивных центров, комплексов, комбинатов и клубов в системе дополнительного образования взрослых**

Кроме государственных требований, предъявляемым к специалистам физкультурно-оздоровительных, спортивных центров, комплексов, комбинатов и клубов в системе дополнительного образования взрослых, необходимо учитывать, в соответствии с концепцией В.С. Леднева, три взаимосвязанных компонента, определяющих содержание образования указанных категорий специалистов (рисунок 1) [8]. Указанные компоненты подробно рассмотрены в результате исследований, проведенных в ИПКиП 2020 году [9].

Структура личности	Направленность										
	Психические процессы и состояния										
	Социальный опыт										
	Типологические свойства										
Структура деятельности	Этапы деятельности	Виды деятельности	Проектно-аналитическая	Учебно-методическая	Коммуникативная	Организационно-управленческая					
	целевой										
	потребностно-мативационный										
	содержательный										
	организационно-деятельностный										
	контрольно-регулировочный										
	оценочно-результативный										
Структура предметной области знаний	Социально-гуманитарный блок дисциплин										
	Теоретико-методический блок дисциплин (общепрофессиональных и частнопредметных специальных)										
	Медико-биологический блок										

Рисунок 1 – Основные группы факторов и их составляющие, определяющие содержание образования

Представление структуры деятельности и личности вместе со структурой его предметной области знаний в виде единой схемы (без учета взаимосвязей и взаимовлияния данных компонентов друг на друга) позволяет получить системное представление об основаниях разработки требований к уровню профессиональной компетентности кадров отрасли ФКиС.

Дальнейшее исследование проблемы профессиональной компетентности кадров отрасли ФКиС привело к необходимости разработки ПАК, включающего в себя несколько диагностических блоков, предусматривающих оценку уровня профессиональных знаний, профессионально-личностных качеств, профессионального здоровья и результатов практической деятельности. Общая схема ПАК представлена на рисунке 2.



Рисунок 2 – Структура ПАК оценки уровня профессиональной компетентности кадров отрасли ФКиС

В разделе 3.1 будут рассмотрены некоторые частные компоненты одного из блоков ПАК, связанные с обоснованием необходимости учета и результатами исследования уровня профессионального здоровья исследуемой категории специалистов.

### **3.1 Результаты диагностики уровня профессионального здоровья специалистов физкультурно-оздоровительных, спортивных центров, комплексов, комбинатов и клубов**

Любой специалист той или иной сферы профессиональной деятельности, рассматриваемый в системе «личность-здоровье-общество», реализует большое количество социальных и государственно важных задач. При этом в центре внимания должно всегда находиться его здоровье, во многом определяющее возможность профессиональных достижений.

Как показал анализ литературы, многие ученые (Н.П. Бабакова, 2007; Т.И. Безуглая, 2000; И.В. Дубровина, 1999; В.А. Зубков, 2010; В.Б. Кузнецова, 2012; И.И. Малин, 2012; Е.А. Манакова, 2014; А.В. Медведев, 2010; С.И. Оксанич, 2007; С.А. Панченко, 2007; Л.Б. Соколовская, 2004; Ю.В. Тихонова, 2013; М.В. Хватова, 2012; А.В. Шувалов, 2000) исследуют различные составляющие здоровья человека, среди которых наиболее часто выделяют: психическое (Б.С. Братусь, О.В. Хухлаева и др.); эмоциональное (Л.В. Тарабрина); моральное (А.В. Сахно); душевное (О.И. Даниленко); духовное (Н.Д. Творогова, В.А. Пономаренко); личностное (М.В. Сокольская), профессиональное (А.Г., Маклаков, С.М. Шингаев) и др. [10].

В отдельных работах сделан акцент на изучении психологического здоровья педагогов (З.Ф. Дудченко, 2003; С.Г. Лесик, 2002; С.А. Сысоева, 2009; В.Н. Феофанов, 2008; Р.М. Хусаинова, 2006), военнослужащих (А.Г. Маклаков, 1996), менеджеров (Н.Е. Пурнис, 2008), в то же время малоизученными остаются вопросы здоровья тренеров-преподавателей по различным видам спорта.

В настоящее время, обществом предъявляются достаточно высокие требования к личности специалиста в области ФКиС, отвечающего, не только за спортивные результаты, но и за воспитание, образование и оздоровление подрастающего поколения.

Перманентный характер социально-экономических преобразований, происходящих в нашей стране, в частности, и в мире, в целом предъявляют все новые и новые требования к содержанию, формам и методам профессиональной деятельности специалистов сферы ФКиС всех уровней.

Развитие профессионального спорта, его коммерциализация, резкое обострение политических и социально-экономических проблем в обществе, выступают факторами, которые способствуют возникновению внутриличностных конфликтов, негативно действующих на личность тренера-преподавателя. Отсюда противоречия в системе «личность-здоровье-общество» становятся главными причинами нарушения внутреннего равновесия, гармонии с внешним миром [10]-[12].

Следовательно, осознание роли личности тренера в развитии общества обретает высокую значимость, определяет необходимость его всестороннего изучения, включая, в том числе, особенности состояния здоровья.

Важно подчеркнуть, что вопросам состояния здоровья спортсменов на сегодняшний день уделяется достаточно большое внимание со стороны ученых, в то время как здоровье тренерских кадров и, в особенности, его влияние на результаты профессиональной деятельности практически не представлены в специальной литературе [10], [13]-[15].

Несмотря на наличие научных исследований, посвященных изучению различных составляющих компонентов здоровья у специалистов разных профессий, многие важные проблемы, связанные с ним, еще весьма далеки от окончательного решения:

- используется большое многообразие определений понятия «профессиональное здоровье», носящих порой противоречивый характер;
- отсутствуют единые подходы к определению различных составляющих компонентов здоровья (физическое, психическое, профессиональное, социальное, психологическое, душевное и т.д.);
- многочисленные критерии здоровой личности привели к многообразию представлений о структуре здоровья, что, в свою очередь, затрудняет разработку необходимого диагностического инструментария, используемого для оценки соответствия работника профессиональным требованиям [10].

Деятельность педагога тесно связана с постоянным нахождением в условиях стрессовых и непредвиденных ситуаций. В эту большую по составу и характеру труда группу людей относят также спасателей, сотрудников правоохранительных органов, летчиков, работников железнодорожного транспорта, военнослужащих и прочие категории. У представителей указанных видов профессий существует

большое количество факторов риска развития пограничных синдромов, которые, при отсутствии должной коррекции, приводят к формированию различных клинических заболеваний [11].

Цель работы – изучить уровень профессионального здоровья инструкторов-методистов и тренеров Республики Беларусь по футболу на основе нейродинамического анализа вариабельности сердечного ритма человеческого организма с использованием ПАК «Омега-Спорт».

#### Методы и организация исследования.

Для выполнения поставленной цели нами использовались следующие методы: анализ литературы, анализ ресурсов удаленного доступа, педагогические наблюдения, ПАК «Омега-Спорт», математическая статистика.

Все исследование проводилось в 3 этапа.

На первом этапе (январь-февраль 2023 года) – осуществлялась постановка цели и задач, определялись методы исследования, проводился анализ литературных источников, выполнялось начальное тестирование.

На втором этапе (март-август 2023 года) – продолжилось непосредственное тестирование испытуемых.

На третьем этапе (сентябрь-ноябрь 2023 года) – проводился сбор, обработка и анализ полученных материалов.

При использовании ПАК «Омега-Спорт», выявлялись следующие показатели: адаптация; вегетативная регуляция (уровень тренированности); нейрогуморальная регуляция (уровень энергетического обеспечения); психоэмоциональное состояние; уровень функционального состояния, на основании которых определялся уровень профессионального здоровья участвовавших в исследовании специалистов.

«Адаптация» представляет собой результат фрактального анализа обследования, который позволяет выявить закономерности динамических параметров ритмов, характеризующих физиологические процессы в организме человека. Степень согласованности этих ритмов определяет качество жизнедеятельности в заданный момент времени. Способность к поддержанию и сохранению такой гармонии на протяжении длительного периода есть отражение качества адаптационных возможностей организма к изменяющимся условиям внешней и внутренней среды или «иммунитета».

Параметр «вегетативная регуляция» позволяет оценить уровень вегетативной регуляции испытуемого на момент обследования, которая управляет физиологическими процессами независимо от человеческого сознания. Она оперативно реагирует на изменения внешней и внутренней среды, воздействуя на сердечно-сосудистую систему, от эффективной работы которой зависит снабжение организма кислородом и питательными веществами.

Показатель «нейрогуморальная регуляция» позволяет оценить уровень указанной системы тестируемого на момент обследования. Данная система (нейрогуморальная) управляет составом и структурой биохимических веществ в организме, обеспечивая постоянство внутренней среды (рН) и приспособление организма к изменяющимся условиям существования.

Параметр «психоэмоциональное состояние» – это результат сплайн-интерполяции амплитудных значений основных ритмов мозга. Сплайн-карты электрической активности представляют собой набор двумерных распределений ритмов ЦНС в функциональных пространствах головного мозга и характеризуют интегральную активность ЦНС в этих пространствах. Этот параметр характеризует, насколько глубоким оказывается деструктивное воздействие стресса на организм.

На основании оценки и анализа вышеуказанных параметров определялся интегративный показатель уровня профессионального здоровья, отражающий общее качество физиологических процессов организма и степень их сбалансированности. Все показатели оценивались в процентах (%).

Кроме этого в проведенном исследовании оценивались такие показатели, как: средняя величина частоты сердечных сокращений на протяжении всего обследования, паспортный возраст (полных лет) и биологический возраст.

Результаты обследования по данным ПАК «Омега-Спорт» имеют высокую степень достоверности: у инструкторов-методистов – 91,0 %, у тренеров по футболу – 86,0 %.

Основанием для проведения данной научной работы явились:

– Государственная программа развития ФКиС Республики Беларусь на 2021–2025 годы;

– план НИР УО «БГУФК» на 2021-2025 годы, тема 5.1.1 «Научно-методические основы оценки профессиональной подготовленности кадров отрасли ФКиС в системе дополнительного образования взрослых».

Результаты обследования, полученные с помощью ПАК «Омега-Спорт», позволяют утверждать, что исследуемые показатели и определяемый на их основе общий уровень профессионального здоровья имеют достаточно существенные различия в зависимости от категории испытуемых (таблица 2).

В частности, у инструкторов-методистов наиболее низкий результат (46,7 %) определен в таком показателе, как уровень «энергетического обеспечения» (нейрогуморальной регуляции) организма, а наиболее высокий (49,2 %) – в таком показателе, как уровень «тренированности организма» (вегетативной регуляции).

У тренеров по футболу все рассматриваемые показатели по своему уровню выше, чем у инструкторов-методистов. Наиболее низкий показатель у тренеров по футболу (53,1 %) в таком показателе, как уровень «адаптации» к изменяющимся внешним и внутренним средам. Несмотря на то, что данный показатель у тренеров по футболу самый низкий, однако он на 6,3 % выше этого же показателя инструкторов-методистов (46,8 %).

Наиболее высокий показатель у тренеров по футболу определен в таком показателе, как уровень «тренированности организма» (вегетативной регуляции) – 59,1 %. Этот показатель наиболее высокий и у инструкторов-методистов, но у тренеров по футболу он на 9,9 % выше.

Таблица 2 – Результаты оценки основных компонентов и интегративного показателя профессионального здоровья инструкторов-методистов и тренеров Республики Беларусь по футболу

Компоненты профессионального здоровья	Статистические показатели	Инструкторы-методисты (%)	Тренеры по футболу, (%)	Разница, (%)
1	2	3	4	5
Уровень адаптации к физическим нагрузкам, (%)	M	46,8	53,1	+ 6,3
	$\sigma \pm$	16,2	27,9	
	$m \pm$	4,0	7,6	
Уровень тренированности организма, (%)	M	49,2	59,1	+ 9,9
	$\sigma \pm$	21,3	28,5	
	$m \pm$	5,3	7,7	

Продолжение таблицы 2

1	2	3	4	5
Уровень энергетического обеспечения, (%)	M	46,7	57,7	+ 11,0
	$\sigma \pm$	20,2	21,5	
	$m \pm$	5,0	5,8	
Уровень психоэмоционального состояния, (%)	M	47,0	58,8	+ 11,8
	$\sigma \pm$	17,9	22,0	
	$m \pm$	4,4	6,0	
Интегративный показатель уровня профессионального здравья, (%)	M	47,4	57,4	+ 10,0
	$\sigma \pm$	17,4	24,7	
	$m \pm$	4,3	6,7	

Анализ результатов обследования инструкторов-методистов и тренеров по футболу позволяет нам утверждать, что уровень профессионального здоровья (функционального состояния) у первой категории специалистов на 10,0 % ниже, чем у тренеров по футболу, соответственно 47,4 % и 57,4 %.

В результате проведенного исследования нами сделаны следующие выводы:

1. Уровень состояния профессионального здоровья у инструкторов-методистов и тренеров по футболу не одинаков и составляет 47,4 %, и 57,4 % соответственно.

2. Создание системы мер ранней диагностики для последующей коррекции факторов риска развития соматических и психических заболеваний у специалистов отрасли ФКиС будет способствовать повышению их работоспособности и эффективности трудовой деятельности.

### **3.2 Результаты диагностики уровня профессиональных знаний специалистов физкультурно-оздоровительных, спортивных центров, комплексов, комбинатов и клубов**

В 2023 году в ИПКиП проведено тестирование 107 специалистов физкультурно-оздоровительных, спортивных центров, комплексов, комбинатов и клубов, которые проходили обучение в 9 группах повышения квалификации.

Сравнительные результаты оценки уровня знаний всех групп слушателей, полученные по шести разделам тестирования представлены на рисунке 3.

Из рисунка 3 следует, что результаты тестирования варьируются в диапазоне от 48 % до 74 %. Наиболее высокий уровень знаний отмечается по разделам «Идеология Республики Беларусь», «Правила, нормы и требования охраны труда и противопожарной защиты», а также «Теоретико-методические основы физического воспитания». Более низкие баллы слушатели показали по разделам «Психолого-педагогические основы физического воспитания» и «Анатомо-физиологические и гигиенические основы физического воспитания».

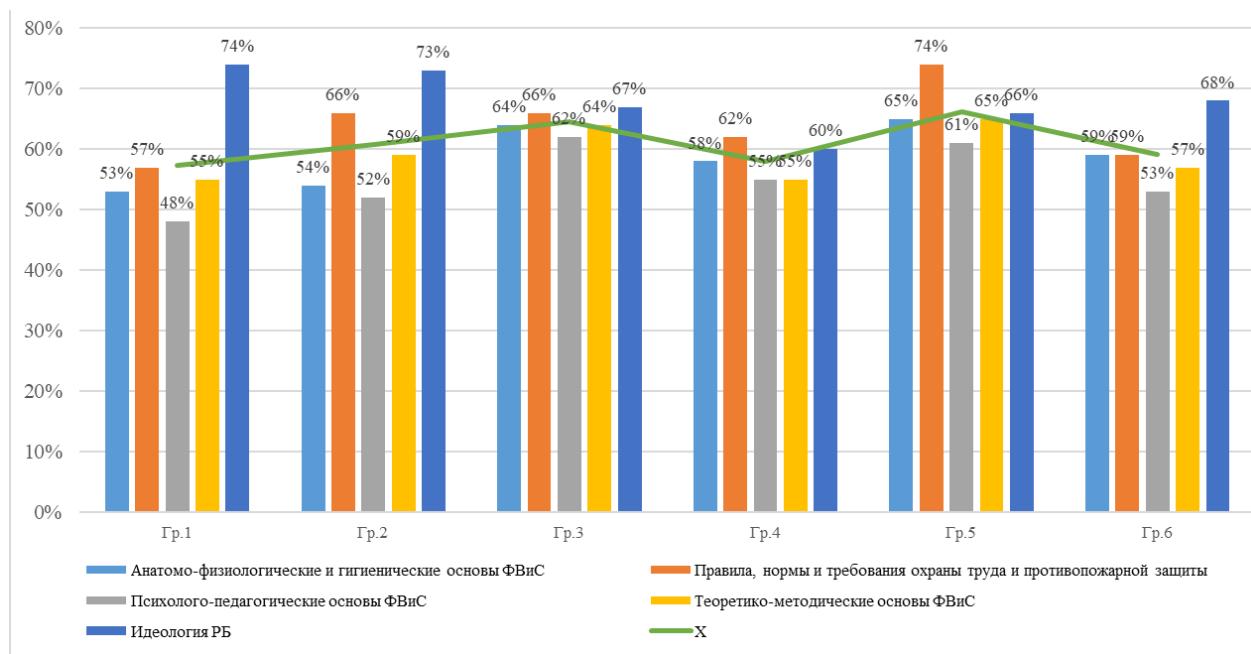


Рисунок 3 – Сравнительные результаты оценки уровня знаний всех групп слушателей

На рисунке 4 представлены результаты оценки знаний слушателей каждой учебной группы.

Анализ данных, представленных на рисунке 4, показывает, что средний уровень знаний каждой группы слушателей варьирует в диапазоне от 61 % (группа № 6) до 78 % (группа № 2).

На рисунке 5 представлены данные тестирования всех групп слушателей по каждому из шести разделов знаний.

По разделу «Правила, нормы и требования охраны труда и противопожарной защиты» средний уровень знаний составил 72 %. При этом 7 из 9 групп продемонстрировали высокий уровень знаний, 2 – средний.

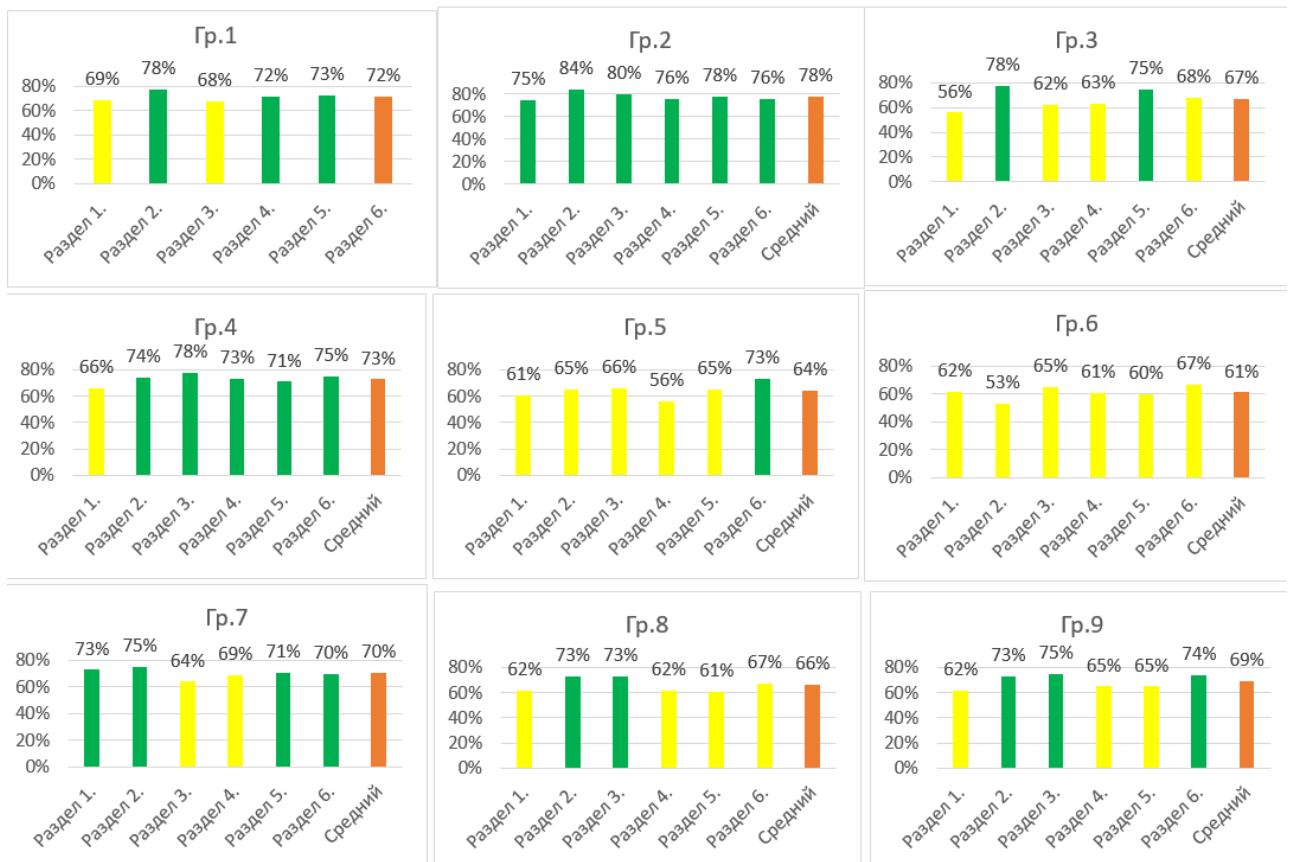


Рисунок 4 – Результаты оценки уровня знаний слушателей каждой учебной группы

По разделу «Антидопинг» средний уровень знаний составил 70 %. При этом 4 группы показали высокий уровень знаний, 5 групп – средний.

По разделам «Психолого-педагогические основы физического воспитания», «Теоретико-методические основы физического воспитания» и «Законодательные и нормативно-правовые основы физической культуры и спорта» средний результат слушателей всех групп составил 66 %, 69 % и 71 % соответственно.

Результаты проведенного анализа свидетельствуют, что в целом уровень профессиональных знаний специалистов физкультурно-оздоровительных, спортивных центров, комплексов, комбинатов и клубов находится на достаточно высоком уровне. Низкие результаты не продемонстрированы ни по одному из шести разделов тестирования.

Уровень знаний по разделам, связанным с анатомо-физиологическими, гигиеническими и психолого-педагогическими знаниями, является более низким по сравнению со знанием законодательства и теоретико-методических основ ФКиС (рисунок 5).

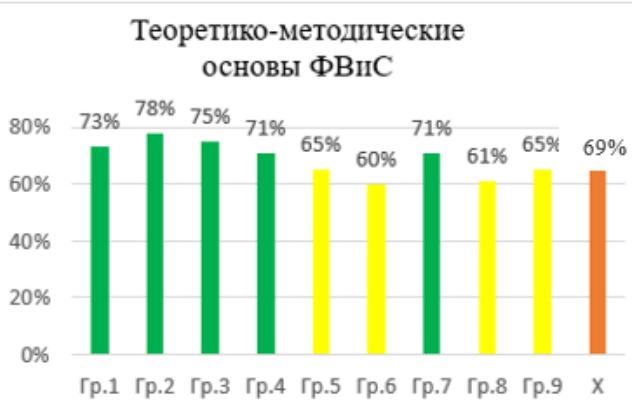
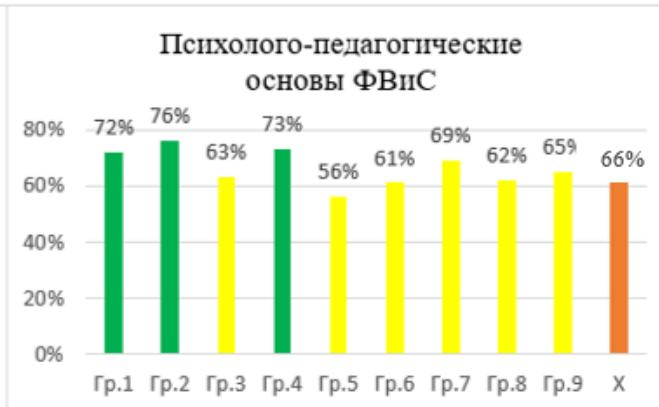
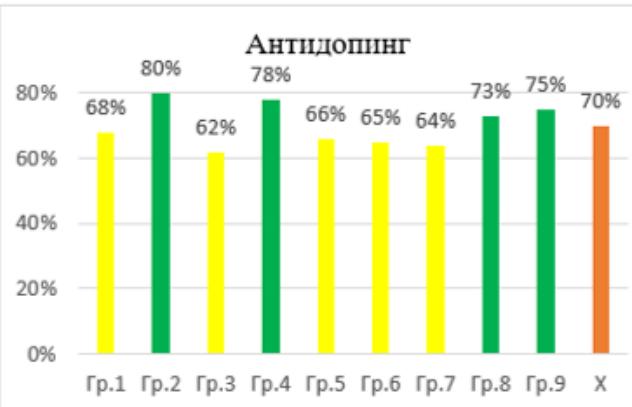
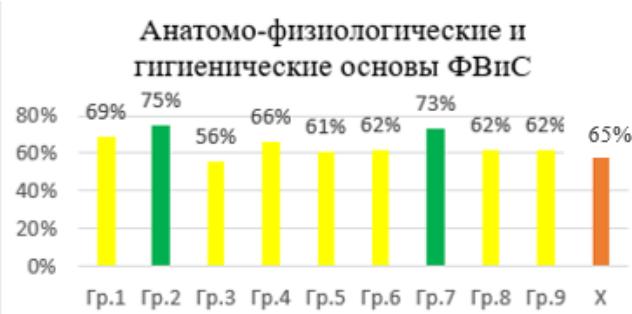


Рисунок 5 – Результаты оценки уровня знаний слушателей по различным разделам тестирования

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

1. В результате проведенной профессорско-преподавательским составом ИПКиП НИР в 2023 году проведен анализ государственных требований, предъявляемых к уровню профессиональной компетентности работников физкультурно-оздоровительных, спортивных центров, комплексов, комбинатов и клубов Республики Беларусь, на примере должностей: директора физкультурно-спортивного клуба и инструктора-методиста по физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе, включающие три основные раздела: должностные обязанности; требования к знаниям и квалификационные требования.

2. Изучены научно-методические подходы к определению понятия «профессиональное здоровье» участников педагогического процесса как неотъемлемого компонента и важного условия эффективного осуществления трудовой деятельности. Дано характеристика профессионального стресса и профессионального выгорания в деятельности педагогов.

3. Определены структура и способы диагностики уровня профессиональной компетентности специалистов физкультурно-оздоровительных, спортивных центров, комплексов, комбинатов и клубов Республики Беларусь.

4. Получены результаты диагностики уровня профессионального здоровья исследуемой категории специалистов с использованием ПАК «Омера-С», включая уровень адаптации организма к физическим нагрузкам; уровень тренированности организма; уровень энергетического обеспечения организма; уровень психоэмоционального состояния; общий (интегрированный) показатель «уровень профессионального здоровья») и проведен его сравнительный анализ с аналогичным показателем тренеров по футболу.

5. Получены результаты и проведена комплексная оценка уровня профессиональных знаний специалистов физкультурно-оздоровительных, спортивных центров, комплексов, комбинатов и клубов по шести блокам профессиональной подготовки, разработанными в соответствии с требованиями ЕКСД.

Задачи, поставленные в исследовании, решены в полном объеме. Эффективность внедрения подтверждена повышением качества образовательного процесса в ИПКиП.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

- 1 Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В.Л. Марищук, В.И. Евдокимов. – СПб. : Издательский дом «Сентябрь», 2001. – 260 с.
- 2 Самоукина, Н.В. Психология и педагогика профессиональной деятельности : учебник / Н.В. Самоукина; Ассоц. авт. и изд. «Тандем». – Москва : ЭКМОС, 1999. – 351 с.
- 3 Freudenberger, H.J. Staff burn-out / H.J. Freudenberger // Journal of Social Issues. – 1974. – Vol. 30, no. 1. – P. 159–165.
- 4 Водопьянова, Н.Е. Профилактика и коррекция синдрома выгорания: методология, теория, практика / Н.Е. Водопьянова. – СПб. : Изд-во Санкт-Петербургского гос. ун-та, 2011. – 159 с.
- 5 Волянюк, Н.Ю. Акмеологический инвариант профессионализма тренера / Н.Ю. Волянюк, Г.В. Ложкин // Спортивный психолог. – 2009. – № 2. – С.27–32.
- 6 Водопьянова, Н.Е. Синдром выгорания / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова, 2-е изд: Питер. – Спб., 2007. – 338 с.
- 7 Бойко, В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других / В.В. Бойко. – М. : Информационно-издательский дом «Филинъ», 1996. – 472 с.
- 8 Леднев, В.С. Содержание образования / В. С. Леднев. – М. : Просвещение, 1992. – 359 с.
- 9 Разработка системы диагностики уровня профессиональной подготовленности кадров в области физической культуры и спорта : отчет о НИР (заключ.) / Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; рук. А.Л. Смотрицкий. – Минск, 2020. – 92 с.
- 10 Алешевичева, А.В. Психологическое здоровье личности спортсмена : дис. ... докт. псих. наук : 19.00.01 / А.В. Алешевичева ; Рос. гос. педаг. ун-т им. А.И. Герцена. – Санкт-Петербург, 2022. – 430 с.
- 11 Дворецкий, Л.К. Уровень функционального состояния здоровья тренеров Республики Беларусь по теннису и футболу / Л.К. Дворецкий, Г.П. Косяченко, А.А. Цагельникова // Актуальные проблемы теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки : сб. статей V Республика. науч.-практ. конф.

Бр. ГУ им. А.С. Пушкина, Брест, 28-29 апреля 2022 г. / редкол.: К.И. Белый, В.П. Люкевич, С.К. Якубович. – Брест : Бр.ГУ им. А.С. Пушкина. – С. 85–91.

12 Дворецкий, Л.К. Уровень профессионального здоровья тренеров Республики Беларусь по самбо и теннису / Л.К. Дворецкий, А.В. Степаньков, Г.П. Косяченко // Научно-методическое обеспечение физического воспитания и спортивной подготовки студентов : материалы II междунар. науч.-практ. конференции, посвященной 75-летию кафедры физического воспитания и спорта БГУ, Республика Беларусь, Минск, 31 января 2023 г. / БГУ, каф. физического воспитания и спорта ; [редкол.: Ю. И. Масловская (гл. ред.) и др.]. – Минск : БГУ, 2023. – С. 401–406.

13 Зуйкова, А.А. Методика оценки и восстановления психического здоровья воспитанников специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 14.11.03 / А.А. Зуйкова; Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение «Российский научный центр медицинской реабилитации и курортологии». – Коломна, 2014. – 24 с.

14 Кузьмин, Д.В. Самооценка здоровья спортсменами и ее психологическая коррекция : дис. ... д-та. пед. наук : 19.00.01 / Д.В. Кузьмин ; Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение «Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта». – Санкт-Петербург, 2013. – 225 с.

15 Смирнова, В.В. Динамика личностных характеристик спортсменов в процессе психологического сопровождения: на примере борцов высокой квалификации : дис. ... д-та. психол. наук : 19.00.01 / В.В. Смирнова ; Санкт-Петербургский государственный университет. – Санкт-Петербург, 2012. – 252 с.