

УДК 378

ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ ЛІКАРІВ У СПЕЦІАЛЬНИХ МЕДИЧНИХ ГРУПАХ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Новакова Любов Володимирівна

м.Тернопіль

Формування культури здоров'я майбутніх лікарів у спеціальних медичних групах зумовлене використанням усіх організаційних форм фізичного виховання, кожна з яких характеризується певним типом взаємодії викладача і студентів, а також залежить від комплексу педагогічних умов організації навчально-виховного процесу. Сучасна організація фізичного виховання у спеціальних медичних групах є недостатньо ефективною для підвищення рівня фізичної підготовленості та здоров'я багатьох студентів. Тому проблема пошуку шляхів формування культури здоров'я студентів, стоїть досить гостро.

Ключові слова: фізичне виховання, спеціальні медичні групи, студенти, майбутні лікарі.

Актуальність теми дослідження зумовлена тим, що несприятлива динаміка стану здоров'я студентства вимагає пошуку різних дієвих заходів, спрямованих на покращення стану здоров'я студентської молоді, які повинні забезпечити вдале інтегрування цієї категорії студентів до майбутньої професійної діяльності лікаря. Особливе значення надається підвищенню рівня фізичного здоров'я студентської молоді, психофізичних та психофізіологічних можливостей, від яких певною мірою залежать професійна дієздатність, надійність та творче доволіття. На підставі державних вимог щодо фізичного виховання студентів спеціальних медичних груп вищих навчальних закладів провідним критерієм цього процесу є здоров'я сучасного студентства, що визначається рівнем функціонально-структурної інтеграції організму. Тому в сучасних умовах становлення нашої державності цільова комплексна програма «Фізичне виховання – здоров'я нації» набуває особливого значення та актуальності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, у яких започатковано розв'язання даної проблеми, свідчить, що питання фізичного виховання студентів з відхиленням у стані здоров'я має велике наукове і практичне значення. Фізичне виховання в умовах сучасності набуває першочергової значущості у загальному комплексі умов, які визначають рівень здоров'я сучасного студентства [6]. Саме в студентському віці фізичне виховання є найважливішим засобом покращення стану здоров'я, біологічною основою стимуляції та розвитку, підвищує можливості для ефективного навчання й оволодіння професійними навичками [8]. Науковці стверджують, що найперспективнішим, найдоступнішим та найефективнішим напрямом досягнення максимально позитивного результату в питанні покращення стану здоров'я студентів спеціальних медичних груп (СМГ) є всебічне використання засобів фізичного виховання як основного чинника ліквідації наявних захворювань та недоліків у фізичному розвитку цих студентів [7].

Метою статті визначено окреслення педагогічних умов формування культури здоров'я майбутніх лікарів у спеціальних медичних групах у процесі фізичного виховання.

Організація навчального процесу з фізичного виховання студентів-медиків, які за станом здоров'я належать до спеціальних медичних груп, зумовлено вимогами Державної навчальної програми, яка передбачає диференційоване викладання практичного матеріалу залежно від стану здоров'я майбутніх лікарів. Окрім цього, в Національній

доктрині розвитку фізичної культури і спорту (2004 р.) фізична культура розглядається як важливий чинник здорового способу життя, профілактики захворювань, організації змістовного дозвілля та створення умов для всебічного гармонійного розвитку особистості [5]. Враховуючи роль оздоровчих занять із фізичного виховання для студентів з порушенням у стані здоров'я та критичну ситуацію, що склалася зі станом здоров'я сучасного студентства, існує необхідність принципово нового підходу до вирішення цієї проблеми. Згідно з цією програмою кожен університет має право складати власну програму з фізичного виховання, враховуючи наявні умови [2, с.8], в тому числі і педагогічні.

Навчальна програма з дисципліни «Фізичне виховання» передбачає конкретні умови та підхід до студентів спеціальних медичних груп. Адже фізична культура, зазвичай є основним чинником відновлення та зміцнення здоров'я, засобом ліквідації недоліків у фізичному розвитку, корегування та компенсації порушених функцій і джерелом підвищення загальної та розумової працездатності [4].

У комплексі умов, що сприяють забезпеченню мінімального рівня рухової активності та виконанню основного завдання роботи у СМГ, для покращення стану здоров'я студентів обов'язковим є формування у них культури здоров'я в процесі фізичного виховання під час навчання у ВНЗ, що передбачає навчання майбутніх лікарів технологіям використання засобів і методів оздоровлення для зміцнення здоров'я, підвищення розумової та фізичної працездатності [1].

Зasadничою педагогічною умовою формування культури здоров'я майбутніх лікарів є мотивація студентів СМГ, їхнє переконання у життєвій необхідності свого фізичного вдосконалення для покращення стану здоров'я і досягнення високого рівня розумової та фізичної працездатності. Роль викладача полягає в тому, щоб усіма засобами, формами, методами навчання привчати студентів до здорового способу життя та мотивувати до пошуку індивідуальних шляхів самовдосконалення.

Водночас соціальна практика свідчить, що у більшості студентів, які належать до СМГ, усі погляди на збереження власного здоров'я цілком і повністю асоціюються з медициною. Проте сучасна система охорони здоров'я орієнтована переважно на боротьбу з уже існуючими захворюваннями і на здатна вплинути на його зміцнення і профілактику. Тому формування культури здоров'я майбутніх лікарів у процесі фізичного виховання у спецмедгрупах передбачає навчання студентів застосовувати з лікувальною метою фізичні вправи у комплексному процесі відновлення власного здоров'я, фізичного стану та працездатності. Відтак актуалізується реалізація педагогічної умови, коли студенти мають змогу інтегрувати фахові знання з фізичним вихованням. Таким чином, у лікуванні наявних захворювань фізична культура розглядається як потужний чинник покращення стану здоров'я таких студентів, чинник корегування та компенсації порушених функцій, спричинених захворюваннями [2, с.12].

Під час виконання студентами спеціальних фізичних вправ, призначених для позбавлення наявних вад у стані здоров'я, майбутні лікарі переконуються на практиці, що вплив на організм певних методик визначається не локаль-

ною дією, а реактивними змінами всього організму. Адже виконання фізичних вправ забезпечує сприятливі умови для оптимального функціонування всього організму, а не лише м'язової системи. Тому реалізація педагогічної умови з організації оптимальної рухової активності студентів СМГ сприятиме усвідомленню студентами її значущості і високого потенціалу для створення резервів здоров'я та позбавлення від наявних порушень у діяльності організму. До того ж, фактичною протидією негативним наслідкам обмеження рухової активності студентів за період навчання у ВНЗ є система фізичного виховання. Відтак, опанування комплексом умінь і навичок оздоровлення є важливим показником культури здоров'я майбутніх лікарів.

У процесі практичного виконання фізичних вправ майбутні лікарі, використовуючи знання з фахових дисциплін, розрізняють чотири основні механізми їхнього впливу: тонізуючий, трофічний, формування компенсацій і нормалізація функцій. Тонізуючий вплив полягає в активізації діяльності центральної нервової системи, що, своєю чергою, активізує діяльність внутрішніх органів, підвищує реактивність організму, діяльність його вегетативних функцій. Трофічний вплив виявляється внаслідок того, що під час виконання фізичних вправ відбувається перебудова функціонального стану нервової системи та вегетативних центрів (м'язова діяльність стимулює обмінні, окислювально-відновні та регенеративні процеси в організмі). Ці механізми сприяють покращенню трофіки внутрішніх органів і тканин. Формування компенсацій зумовлене рефлекторними механізмами. Фізичні вправи сприяють підвищенню функцій ураженої системи. Нормалізація функцій виникає під впливом постійно зростаючого фізичного навантаження внаслідок чого поступово вдосконалюються всі регуляторні процеси в організмі [2, с. 14].

Заняття фізичними вправами повинні стати невід'ємною частиною оздоровчо-профілактичної роботи зі студентами, які за станом здоров'я зараховані до спеціальних медичних груп. Добираючи спеціальні вправи, дозуючи їх залежно від характеру та перебігу основного та супутніх захворювань, можна цілеспрямовано впливати на організм, змінювати його певні функції, відновлюючи ушкоджені системи. У такому разі поступово зростаючі дозовані фізичні навантаження забезпечують загальну тренуваність організму, що є основою покращення загального фізичного стану та працездатності студентів СМГ.

Опановуючи методику виконання окремих груп лікувально-оздоровчих вправ, майбутні лікарі усвідомлюють, що лише під впливом систематичних занять фізичними вправами в організмі поступово відбуваються зміни, які призводять до своєрідної перебудови органів і систем, вна-

слідок ліквідації фізіологічних порушень та нормалізації патологічно змінених органів [3].

Підготовка студентів до систематичного і самостійного виконання спеціальних фізичних вправ (що визначено четвертою педагогічною умовою формування культури здоров'я студентів у СМГ) ставить майбутніх лікарів із вадами здоров'я в умови активної та свідомої участі у лікувально-оздоровчому процесі, що має великий вплив на їхній психічний стан і підвищує впевненість у своїх силах та можливості позбавлення від наявних проблем. Поряд із функціональними перебудовами в організмі відбувається і психологічне відновлення, що сприяє посиленню мотивації студентів до оздоровлення.

Таким чином, реалізація визначених педагогічних умов набуває взаємопов'язаного, взаємозалежного і комплексного характеру. Студенти усвідомлюють велике значення рухової активності для організму, що визначається основним компонентом життєдіяльності. Правильно організовані заняття з фізичного виховання зі студентами СМГ дають змогу майбутнім лікарям використати знання з фахових дисциплін, щоб під час виконання спеціальних фізичних вправ на заняттях з фізичного виховання викликати в організмі реакції-відповіді з боку органів і систем, ушкоджених хворобою. Під впливом м'язової активності студенти матимуть змогу спостерігати певні позитивні зміни в усіх органах і системах організму. Адже відбувається збільшення його енергетичних резервів, активізується робота нервової системи, збільшується функціональна здатність кардіореспіраторної системи, підсилюється обмін речовин та рівень імунного захисту. Студенти усвідомлюють і переконуються на практиці, що раціональна організація рухового режиму під час навчання у ВНЗ є запорукою збереження здоров'я.

Висновки. Оптимальні фізичні навантаження у системі фізичного виховання в поєднанні з активним способом життя є найефективнішим засобом покращення стану здоров'я студентів спеціальних медичних груп. Результатом фізичного виховання майбутніх лікарів, які навчаються у СМГ, повинен стати комплекс набутих життєво необхідних знань, умінь, навичок, які становлять фундаментальну основу потреби у здоровому способі життя як дієвого чинника формування культури здоров'я студентів, зміцнення і відновлення їхнього здоров'я загалом. Особливу роль у цьому відіграє комплексна реалізація визначених педагогічних умов, які оптимізують процеси формування культури здоров'я майбутніх лікарів.

Перспективи подальших наукових пошуків убачаємо в розробці спеціальних методик формування культури здоров'я майбутніх лікарів у процесі фізичного виховання у спеціальних медичних групах.

Література та джерела

1. Бароненко В.А. Здоровье и физическая культура студента : учебник / В.А.Бароненко, Л.А.Рапопорт. – М. : Альфа, 2009. – 352 с.
2. Корягін В.М. Фізичне виховання студентів у спеціальних медичних групах : навч. посібник / В.М.Корягін, О.З.Блават. – Львів: Вид-во Львівської політехніки, 2013. – 488 с.
3. Магльований А.В. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина / А.В.Магльований, В.В.Клапчук. – Дніпропетровськ: Медакадемія, 2005. – 124 с.
4. Мурза В.П. Фізична реабілітація : навч. посіб. / В.П.Мурза, В.М.Мухін. – К.: Орлан, 2005. – 239 с.
5. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту: Указ Президента України № 1148 від 28 вересня 2004 року.
6. Присяжнюк С.І. Фізичне виховання / С.І.Присяжнюк. – К.: ЦУЛ, 2008. – 502 с.
7. Специальные медицинские группы для занятия физической культурой (принципы отбора и критерии перевода) / под ред. О.В.Ромашина. – М.: Советский спорт, 2003. – 33 с.
8. Тимошенко В.В. Физическое воспитание студентов и учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья: учеб. пособие / В.В.Тимошенко, А.Н.Тимошенко. – 2-е изд., перер. и доп. – Минск: Веды, 2000. – 196 с.

Формирование культуры здоровья будущих врачей в специальных медицинских группах предопределено использованием всех организационных форм физического воспитания, каждая из которых характеризуется определенным типом взаимодействия преподавателя и студентов, а также зависит от комплекса педагогических условий орга-

низации учебно-воспитательного процесса. Современная организация физического воспитания в специальных медицинских группах является недостаточно эффективной для повышения уровня физической подготовленности и здоровья многих студентов. Поэтому проблема поиска путей формирования культуры здоровья студентов, стоит достаточно остро.

Ключевые слова: физическое воспитание, специальные медицинские группы, студенты, будущие врачи.

The formation of health culture of future doctors in special medical groups is caused by using of all organizational forms of physical training, each is characterized by a certain type of interaction between a teacher and students, and also depends on the complex pedagogical conditions of the educational process. Modern organization of physical education in medical forces is not enough effective for the increase of level of physical preparedness and health of many students. Therefore the problem of search of ways of forming the culture of health of students, stands sharply enough.

Key words: physical education, task medical forces, students, future doctors.