

**СТРУКТУРА ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ
ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТОК
МЕДИЧНИХ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ
III-IV РІВНІВ АКРЕДИТАЦІЇ**

Сазанова І.О.

Запорізький державний медичний університет, Україна

Анотація. В дослідженні розглянуто й узагальнено компоненти професійно-прикладної фізичної підготовки студенток медичних вищих навчальних закладів на основі врахування специфіки майбутньої професійної діяльності та відповідних вимог до рівня фізичної підготовленості.

Актуальність. Специфіка професійної підготовки майбутніх медичних фахівців тісно пов'язана з високою складністю навчального процесу, що ґрунтується на поглибленому вивченні циклу медико-біологічних дисциплін – анатомії, фізіології та ін. Також значущою є психологічна складова, що пов'язана з відповідальністю за стан здоров'я людини і специфічними фізичними навантаженнями, які характеризують практичні складові роботи медичного фахівця конкретної спеціалізації: хірурга, травматолога, лікаря-лаборанта або фармацевта. Кожна з професій має характерні вимоги до професійно-значущих фізичних здібностей: для хірурга професійно важливими є статична витривалість і точність елементарних рухових дій у поєднанні з психологічною стійкістю; для лікарів-онкологів значущим є формування моральних і вольових якостей і оптимальний рівень загальної фізичної підготовленості; для фахівців з фізичної реабілітації важливим є вміння виконувати вправи з лікувальної фізичної культури для наочного показу пацієнтам та ін. Таким чином, наявна проблема стосовно формування професійно значущих фізичних якостей студентів медичних вищих навчальних закладів є актуальною.

Виклад основного матеріалу. Окремі структурні компоненти професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх фахівців – студенток вищих навчальних закладів III-IV рівнів акредитації достатньо детально та ґрунтовно висвітлено в дослідженні Л.П. Пилипей (2011) [2]. Медична освіта має визначену специфіку, яка детермінує формування відповідного комплексу професійно

значущих фізичних здібностей з урахуванням профілю та спеціалізацією майбутніх медичних фахівців [1]. У дослідженні, що проведено на базі кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання і здоров'я Запорізького державного медичного університету зі студентами 1-2 курсів медичних і фармацевтичних факультетів, проаналізовано структуру професійно-прикладної фізичної підготовки. В якості провідних визначено наступні напрями:

- аналіз і визначення передумов для формування професійно важливих фізичних якостей майбутніх фахівців медичного профілю;
- аналіз і визначення професійно значущих рухових якостей студентів медичних ВНЗ з урахуванням специфіки майбутньої професії: витривалості, силових, швидкості, швидко-силових і координаційних здібностей;
- формування професійно-важливих якостей психологічної спрямованості: морально-вольових якостей; психологічної стійкості; опірності до стрес-факторів та ін.;
- формування системи тестів для визначення професійно важливих фізичних якостей; підбір оптимальних вправ, які відповідають теорії тестів за показниками лабільності та надійності;
- формування системи самостійних занять студентів з фізичного виховання і секційних занять з видів спорту, що культивуються у вищому навчальному закладі;
- формування умінь і навичок здорового способу життя, формування моди на здоров'я, що для студентів медичних вищих навчальних закладів слугуватиме в якості прикладу для майбутніх пацієнтів. Для належного виконання професійних обов'язків фахівець медичного профілю повинен мати відповідний рівень здоров'я.

Таким чином, в умовах українських вищих навчальних закладів медичного профілю наявна необхідність формування системи професійно-прикладної фізичної підготовки, що забезпечується функціонуванням на трьох наступних рівнях:

- практичні заняття з навчальної дисципліни «фізичне виховання і здоров'я людини»;
- секційні заняття з фізичного виховання і різновидів масового спорту;
- тренувальні заняття з видів спорту збірних команд ВНЗ.

Література

1. Друзь В. А. Теоретические и прикладные основы построения мониторинга физического развития, физической подготовленности и физического состояния различных групп населения : [учебное пособие] / В. А. Друзь, Г. П. Артемьева, Н. В. Бурень и др. – Харьков : ХГАФК, 2013. – 120 с.
2. Пилипей Л. П. Теоретико-методичні основи професійно-прикладної фізичної підготовки студентів вищих навчальних закладів : автореф. дис. ... доктора наук з фізвих. : 24.00.02 «Фізичне культура, фізичне виховання різних груп населення» / Л.П. Пилипей. – К. : НУФВСУ, 2011. – 51 с

ВИКОРИСТАННЯ СКАНДИНАВСЬКОЇ ХОДЬБИ ДЛЯ УСПІШНОЇ ЗДАЧІ НОРМ ТЕСТУВАННЯ ЛЮДЕЙ ДРУГОГО ЗРІЛОГО ВІКУ

Самоленко Т.В.

Київський національний торговельно-економічний університет,
Україна

Анотація. Скандинавська ходьба – чудове заняття на свіжому повітрі, яке підходить для людей другого зрілого віку, що дозволяє не порушувати біомеханічну структуру рухів.

Здоров'я населення – найважливіший показник благополуччя нації. В умовах сучасного світу з появою пристроїв, що полегшують трудову діяльність, різко скоротилася рухова активність людей у порівнянні з попередніми десятиліттями. Але сучасне суспільство зацікавлено зберегти і поліпшити фізичне і психічне здоров'я людини. Кабінетом міністрів України 09 грудня 2015 року була прийнята Постанова № 1045, згідно якої Міністерству молоді та спорту, Міністерству освіти і науки, Міністерству внутрішніх справ, Міністерству оборони було доручено розробити упродовж 2016 року тести і нормативи для щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України та забезпечити з 2017 року його постійне проведення [2; 3].

Метою проведення оцінювання фізичної підготовленості населення України є: визначення та підвищення рівня фізичної підготовленості населення України, створення належних умов для фізичного розвитку різних груп населення, покращення його здоров'я, забезпечення здатності до високопродуктивної праці, захисту