

УДК 378.091.33 – 027.22:796
DOI <https://doi.org/10.32840/1992-5786.2019.66-2.8>

Ж. В. Малахова

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,
завідувач кафедри фізичного виховання
Донецького національного медичного університету

Т. О. Бєлкова

кандидат педагогічних наук,
старший викладач кафедри фізичного виховання
Донецького національного медичного університету

ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ МЕДИЧНИХ ЗАКЛАДІВ

Статтю присвячено пошуку ефективних засобів залучення студентів вищих медичних закладів освіти до активного способу життя. З'ясовано, що низький рівень фізичної підготовленості студентів вищих навчальних закладів та відсутність позитивної динаміки в їхньому стані здоров'я під час навчання, зумовлюють, необхідність удосконалення нових форм професійно-прикладної фізичної підготовки в освітніх установах з метою збереження, зміцнення і формування високого рівня психофізичної готовності студентської молоді до виконання у подальшому професійних обов'язків. Проблема розвитку фізично активної, гармонійно розвиненої особистості студентів вищої школи, формування її здорового способу життя, протидії шкідливим звичкам, дефіциту рухової активності, зниження імунітету, і в зв'язку з цим захворювання, залишається досить гострою та актуальною. Ці явища підтримують стійку тенденцію. В першу чергу це впливає на самопочуття, фізичну підготовку студентської молоді, їх ціннісні орієнтації, ставлення до власного фізичного та психічного самопочуття та, зрештою, на майбутнє життя. На думку автора, дисципліна «Фізичне виховання» повинна сприяти усуненню відхилень у стані здоров'я та його зміцненню, всебічному фізичному розвитку, запобігати можливим шкідливим впливам на студента протягом усього періоду навчання у вищому навчальному закладі. Крім того, комплекс знань, умінь та їх впровадження у професійну діяльність майбутнього лікаря формує здоров'язбережувальну компетентність.

Наукове обґрунтування, розробка та експериментальна перевірка фізкультурно-оздоровчої і спортивної діяльності професійно-прикладної фізичної підготовки студентів вищих медичних навчальних закладів впливає з потреб виробничих спеціалістів, які зможуть працювати у складних умовах науково-технічного прогресу. Одним із перспективних і найбільш ефективних напрямків формування особистого здоров'я студентів вищих медичних закладів більшість науковців вважає позааудиторну діяльність. Прикладне (тобто практичне) значення фізичної підготовки молоді для успішного навчання та праці є невід'ємним компонентом і сутнісною властивістю фізичного виховання особистості як педагогічного процесу. Доведено, що обґрунтована дієвість та необхідність самостійних занять студентів. Вони викликають інтерес до фізичної культури, виховують ініціативу, самоудосконалюють фізично, формують критичне ставлення до особистих досягнень і поразок. У ході дослідження було здійснено порівняльний аналіз поєднання різноманітних видів роботи і спілкування, шляхів реалізації як виховних, так і освітніх завдань, спрямованих на особистісне і професійне становлення студентів.

Ключові слова: особистість, фізичне виховання, психофізичний стан, фізична підготовленість, студент, професійно-прикладна фізична підготовка.

Постановка проблеми. На сучасному етапі, в умовах якісного перетворення всіх сторін життя суспільства зростають вимоги до фізичної підготовленості людей, необхідної для успішної професійної трудової діяльності. Фізкультурний рух, система фізичного виховання покликані всіляко сприяти зміцненню здоров'я людей, підвищенню їх працездатності, готовності до захисту Батьківщини, формуванню високих моральних якостей, бадьорості духу, сили і витривалості, вихованню здоро-

вого і життєрадісного молодого покоління. Молодь повинна бути не тільки всебічно освіченою, але й духовно красивою, фізично міцною, загартованою. Нині для розвитку та реформування національної системи охорони здоров'я важливе значення має підготовка нового покоління висококваліфікованих медичних працівників. Це обумовлено тим, що сьогодні світові економічні, політичні та соціальні процеси визначають нові вимоги до системи охорони здоров'я [3, с. 59].

Отже, залишається постійно актуальним завдання у необхідності удосконалення сучасних форм професійно-прикладної фізичної підготовки в системі вищої медичної освіти та професійної діяльності лікарів, що сприятиме розв'язанню суперечностей: між державними вимогами щодо підготовки конкурентоспроможних працівників медичної галузі й недостатнім рівнем їхньої фахової підготовленості; традиційною системою фізичної підготовки майбутніх лікарів і недосконалістю її здійснення з урахуванням особливостей медичних спеціалізацій; необхідністю посилення професійної спрямованості фізичної підготовки майбутніх медичних працівників та невизначеністю її науково-методичних основ, які сприяють ефективності такої підготовки.

Мета дослідження полягає в науковому обґрунтуванні, розробці й експериментальній перевірці алгоритму програмування самостійних занять із фізичного виховання професійно-прикладного напрямку підготовки студентів вищих медичних навчальних закладів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз наукових досліджень довів, що розвиток вищої школи в сучасних умовах супроводжується соціально-економічним пресингом на всі сфери студентського життя й праці. Робоче навантаження інтенсивно працюючого студента протягом навчального тижня становить до 12 годин на добу, а в період екзаменаційної сесії – до 15–16 годин. Праця студента за вагою належить до першої категорії (легка), а за напруженістю – до четвертої (дуже напружена праця), що вимагає значної втрати духовних і фізичних зусиль.

Перед сучасним суспільством гостро постає завдання формування здорового способу життя як умови збереження української нації, перспективи справжнього духовного оновлення наступних поколінь, запоруки якісних перетворень у масштабах держави [4, с. 144].

Висока професійна працездатність працівника медичної сфери залежить від рівня його фізичного здоров'я. Майбутня професійна діяльність лікаря пов'язана з тривалими статичними зусиллями, високою концентрацією уваги, високою координацією верхнього плечового поясу, швидкістю і точністю рухових реакцій, прийняттям швидких рішень. Підготовці майбутніх лікарів до такої виснажливої роботи на нашу думку повинна сприяти дисципліна «Фізичне виховання». Вона дозволяє усунути відхилення у стані здоров'я і його зміцнити, всебічно фізично розвинути, попередити можливі шкідливі впливи на студента протягом усього періоду навчання у вищому навчальному закладі. Крім того, вище зазначений комплекс знань, умінь і їх реалізація у професійній діяльності майбутнього лікаря формує компетентність здоров'язбереження [1, с. 25].

Сучасне бачення фахової діяльності лікарів характеризується завантаженістю слухового, зорового та рухового аналізаторів, значною психоемоційною напруженістю, гнучкістю аналітичного та креативного мислення, умінням працювати в команді в умовах дефіциту інформації, ресурсів і часу, схильністю до інтенсивного спілкування, встановлення швидких контактів із людьми різноманітних соціальних груп. Сьогодні лікар має володіти не лише ґрунтовними фаховими знаннями та вміннями застосовувати їх на практиці, а й добре розвиненими професійно значущими особистісними якостями, такими як активність, мобільність, креативність, гнучкість, комунікабельність, формуванню яких в умовах вишу значною мірою сприяє професійно-прикладна фізична підготовка [5, с. 168].

Реформа в галузі медицини в країні поставила перед вищою школою завдання корінного і всебічного поліпшення професійної підготовки і виховання майбутніх спеціалістів. Цій меті має бути підпорядковане все, що здійснюється у вузі, – лекції, семінари, індивідуальні заняття, будь-які плани, виховні дії, режим життя, побуту, відпочинку. В нових умовах підвищується соціальна значимість фізичного виховання у формуванні всебічно розвинутої особистості випускника вузу з високим ступенем готовності до соціально-професійної діяльності. Фізична культура і спорт в навчально-виховному процесі вузу виступають як засіб соціального становлення майбутніх фахівців, активного розвитку їх індивідуальних і професійно значущих якостей, як засіб досягнення ними фізичної досконалості [2, с. 5; 6, с. 13].

У зв'язку з цим зростає значимість фізичного виховання як однієї з основних ланок державного сектора для зміцнення і збереження здоров'я, збільшення тривалості життєвої і творчої активності, підвищення розумової працездатності [7, с. 55].

Виклад основного матеріалу. Програмування процесу фізичного виховання професійно-прикладного напрямку у самостійному режимі занять в нашому дослідженні стало одним із варіантів нормативного прогнозування, що дозволило підвищити загальний рівень фізичної підготовленості студентів відповідно покращив результати рухових тестів, загальну успішність з дисципліни. Розробка моделі-програми саморозвитку послідовно дозволяє просуватись до мети. Цільові моделі конкретизують педагогічні завдання, дозволяють підібрати методи, засоби, інтенсивність і обсяг навантаження індивідуально особливостям кожного студента.

Під час складання програм самостійних занять професійно-прикладного напрямку для впорядкування послідовності дій було створено алгоритм програмування самостійних занять з фізичного виховання професійно-прикладного напрямку:

1. Визначення вихідного рівню фізичного стану студентів.

2. Визначення цільової моделі заняття (визначення нормативів фізичного розвитку, фізичної підготовленості, функціонального стану систем життєзабезпечення).

3. Зіставлення індивідуальних параметрів фізичного розвитку, фізичної підготовленості, функціонального стану з середніми показниками норми.

4. Визначення стратегічного корегування виявлених відхилень (засобів, форм).

5. Розробка оптимального рухового режиму (кількість занять у тижневому циклі, тривалість, обсяг, інтенсивність).

6. Визначення гранично-допущених параметрів фізичного навантаження під час занять.

7. Залучення консультаційної форми забезпечення педагогічного супроводу та контролю занять.

Вирішення завдання покращення рівня фізичної підготовленості було здійснено за рахунок індивідуального підбору засобів і методів фізичного виховання професійно-прикладного напрямку, направлених на корекцію відстаючих фізичних якостей. Методика розвитку яких розроблена, а індивідуалізація полягала у нормуванні фізичного навантаження. Керування індивідуальним здоров'ям і рівнем фізичної підготовленості у рамках розробленої концепції стратегії саморозвитку особистості студентів у системі фізичного виховання полягала в урахуванні організаційно-управлінських і навчально-методичних умов реорганізації цього процесу. Обґрунтовані структурні компоненти, перелік розділів і підрозділів комплексної системно-цільової програми саморозвитку студентів.

Принцип будування програми – системно-цільовий та аналітично-розрахунковий. Процесуально-дієвий принцип: здійснення технологічного (педагогічного) процесу, функціонування всіх особистісних, інструментальних і методологічних педагогічних засобів. Мета програми – спрямованість на формування позитивної мотивації до самостійних занять фізичними вправами і самовдосконалення свого організму й особистості. Реалізація запропонованої мети передбачає успішне вирішення системно-цільових завдань.

Всі три складові частини взаємопов'язані та взаємозумовлені (залежні): зміна структури – стратегії однієї з них неодмінно вимагає змін двох інших.

У своїй роботі, відповідно освітньої практики, ми використали поняття «педагогічна технологія» на трьох ієрархічно взаємопов'язаних рівнях.

1) Загальнопедагогічний (загальнодидактичний) рівень: загальнопедагогічна технологія характеризує цілісний освітній процес в даному

регіоні, навчальному закладі, на певному щаблі навчання. Тут педагогічна технологія синонімічна педагогічній системі: в неї включається сукупність цілей, змісту, засобів і методів навчання, алгоритм діяльності суб'єктів і об'єктів процесу.

2) Предметний рівень: сукупність методів і засобів для реалізації певного змісту навчання в рамках конкретного виду спорту.

3) Локальний (модульний) рівень: локальна технологія являє собою технологію окремих частин навчального процесу, рішення приватних дидактичних завдань.

Згідно з представленими вище визначеннями було виділені основні структурні складові педагогічної технології: а) концептуальна основа; б) змістовна частина навчання: мети навчання (загальні і конкретні); зміст навчального матеріалу; в) процесуальна частина – технологічний процес: організація навчального процесу; методи і форми навчальної діяльності студентів; методи і форми роботи викладача; діяльність викладача з управління процесом засвоєння матеріалу; діагностика навчального процесу.

Запропонована педагогічна технологія відповідала основним методологічним вимогам. Наукова концепція саморозвитку у фізичному вихованні студентів мала філософське, психологічне, дидактичне та соціально-педагогічне обґрунтування досягнення освітніх цілей (своєрідність і новизна досвіду). Керованість припускає можливість діагностичного цілепокладання, планування, проектування процесу навчання, поетапної діагностики, варіювання засобів і методів з метою корекції результатів.

Важливою особливістю педагогічної технології є «технологічність» змісту навчання, його здатність піддаватися кодуванню, не втрачаючи при цьому своїх виховно-навчальних можливостей. Важливим є зв'язок педагогічної технології з психологією. Кожна технологічна ланка, ланцюжок, система досягає високої ефективності, якщо має психологічні обґрунтування і практичні виходи. Ще одна особливість полягає в тому, що будь-яка педагогічна технологія, її розробка і застосування вимагають високої творчої активності викладача та студента.

До великих методико-технологічних структур належать: структура фізичного виховання студентів; послідовно реалізовані структурні блоки; структурні ланки. Технологічною мікроструктурою є окреме заняття або комбінація в ньому основних елементів, частина структури заняття і т. д.). Технологічні системні формування являють собою доцільну добірку взаємопов'язаних, послідовно взаємодіючих форм фізичного виховання, які формують стійкі системні знання, вміння і навички, властивості особистості, світогляд, якості і риси характеру. Технологічні ланки є окре-

ними частинами великих технологічних структур (наприклад, мета або діагностика, або методи – ланки цілісної структури педагогічного процесу). В ряду педагогічно-технологічних явищ важливе місце займають технологічні засоби (комп'ютерні пристрої, різноманітні прилади, апарати). Вони включаються в педагогічну технологію в якості окремих ланок або у вигляді самостійної техніко-технологічного ланцюжка.

Висновки і пропозиції.

1. Ефективність фізичної активності студентів при самостійному режимі занять у галузі фізичного виховання полягає в виразності мотиваційно-потребової сфери інтересу діяльності, в переконаності у її необхідності, в змісті цільових установок, в знаннях і уміннях: самостійно моделювати, конструювати, планувати і організувати діяльність, переходити від загальної постановки мети до її конкретизації; вибирати шляху до досягнення мети, визначати види, засоби і форми діяльності; контролювати, аналізувати і адекватно оцінювати результати діяльності, а так само свої можливості і здібності; вносити корекцію в стан активності; проявляти вольові зусилля, працьовитість і долати труднощі.

2. Педагогічне стимулювання самостійної роботи студентів в галузі фізичного виховання професійно-прикладного напрямку є цілеспрямована і системна діяльність, спрямована на підвищення навчальної активності як головної умови екстраполяції професійно-прикладної підготовки в самоорганізовану рефлексивно-особистісну творчу потребово-пізнавальну діяльність, а організаційно-педагогічні умови стимулювання самостійної роботи представляють собою сукупність психолого-педагогічних установок, що визначають спеціальний набір і компоновку дидактичних одиниць, форм, методів і освітньо-виховних засобів, що забезпечують практико-орієнтоване занурення студентів в спеціально організоване навчально-освітнє середовище.

3. Професійно значущі мотиви мають різноманітну основу, носять як відкритий, так і глибоко завуальований характер, спонукають студентів до розвитку, самоосвіти та самовдосконалення, включаючи і їх психофізичний аспект, що забезпечує високий рівень працездатності і життєдіяльності в цілому. Наявність спрямованості і стійкості позитивних мотивів до занять фізичною культурою в системі мотиваційно-ціннісних орієнтацій майбутнього фахівця веде до збагачення його професійно-прикладної культури.

4. Беручи до уваги психологічну характеристику самостійної роботи як важливого засобу підвищення ефективності навчальної діяльності студентів, вона була визначена нами як цілеспрямована, внутрішньо мотивована, структурована на основі знань і умінь самим суб'єктом сукупність

дій, операцій і процедур, що забезпечують досягнення запланованого результату.

5. Модель змісту самостійної роботи студентів професійно-прикладного напрямку в області фізичного виховання і організаційно-педагогічних умов її стимулювання представляє собою взаємообумовлений зв'язок основних напрямків самостійної роботи, детермінованих станом фізичного виховання особистості студента і відповідного набору організаційно-педагогічних умов її стимулювання, забезпечують активність студентів в діагностованих характеристиках.

6. Критеріями активності самостійної роботи студентів професійно-прикладного напрямку в галузі фізичного виховання виступають знання, вміння, навички і мотиваційна сфера самоосвіти, які в сукупності утворюють три рівні її прояву (ситуативний, репродуктивний, продуктивний). Останній (високий рівень) характеризується тим, що мотиви і потреби в самостійній роботі мають чітко виражену спрямованість і стійкість. Пізнавальні інтереси, самоосвіта і фізичне самовдосконалення включені в структуру життєвих цінностей, відрізняються усвідомленою перспективою розвитку. Практичні і теоретичні заняття проводяться систематично, характеризуються логічністю, системністю, складністю і різноманітністю форм їх організації, виявляється інтерес до односторонності, в груповому спілкуванні до комунікації. Присутні всі напрями самостійної роботи по самоформуванню основних складових фізичного саморозвитку. Загалом здатність організувати самостійну роботу в галузі фізичного виховання знаходиться на феноменологічному і творчому рівнях.

7. Педагогічна технологія стимулювання самостійної роботи в галузі фізичного виховання професійно-прикладного напрямку є мікроструктурою в макроструктурі цілісного навчально-виховного процесу і видається нами як функціональна система організаційних способів управління, контролю і корекції навчальної і практичної діяльності студентів, інструментально забезпечує досягнення прогнозованого результату.

8. Показники експериментальної роботи по технологічному впровадженню розробленої моделі змісту самостійної роботи студентів в галузі фізичного виховання і педагогічних умов її стимулювання дозволяють констатувати позитивні зрушення не тільки в рівнях прояву активності студентів в ній, але і в цілому в сформованості їх фізичного саморозвитку.

Список використаної літератури:

1. Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення. *Матеріали I Всеукраїнської науково-практичної конференції*. Харків : ХДАФК, 2015. 97 с.

2. Массовая физическая культура в вузе : учебное пособие / И.Г. Бердников, А.В. Малёванный, В.Н. Максимова ; под ред. В.А. Маслякова, В.С. Матяжова. Москва : Высш. шк., 1991. 240 с.
3. Національна стратегія реформування системи охорони здоров'я України на період 2015–2020 рр. URL: http://healthsag.org.ua/wp-content/uploads/2014/11/Strategiya_UKR.pdf. Київ, 2014. С. 1–41.
4. Омельченко С.О. Зміст і методи роботи класного керівника щодо формування здорового способу життя школярів. *Гуманізація навчально-виховного процесу*. Вип. XXVII. Слов'янськ : СДПУ, 2005. С. 144–151.
5. Павлов Ю.О. Психолого-педагогічні аспекти формування професійного здоров'я майбутніх фахівців. *Науково-методичне забезпечення професійної освіти і навчання* : Матеріали звітної науково-практичної конференції. Київ : ІПТО НАПН, 2013. С. 167–170.
6. Петришин О.В. Методика професійно-прикладної фізичної підготовки студентів вищих медичних навчальних закладів : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.02. Харків : Харківський нац. ун-т ім. В.Н. Каразіна, 2017. 20 с.
7. Сараджаева О.П. Физиолого-гигиенические обследования функции внимания для оценки напряжённости умственного труда студентов : автореф. дис. ... канд. мед. наук. Москва, 1980. 20 с.

Malachova Zh., Belkova T. Professional-applied physical training in the educational process of students of higher medical institutions

The article is devoted to the search for effective results of increasing the level of work of other medical institutions of education to an active lifestyle. It has been determined that the low level of physical fitness of students of higher educational institutions and the lack of positive dynamics in their state of health while studying require the improvement of forms of professional and applied physical education in educational institutions in the direction of preservation, strengthening and formation of a high level of psychophysical readiness of student youth to perform in further their professional duties. The problem of the development of a physically active, harmoniously developed personality of students of higher education, formation of its healthy lifestyle, counteraction to harmful habits, motor activity deficit, immunity decline, and in this connection, disease, remains rather acute and urgent. These phenomena maintain a steady tendency. This primarily affects the state of health, the physical training of student youth, their value orientations, their attitude towards their own physical and mental well-being and, ultimately, for future life. According to the author, the discipline "Physical Education" should help to eliminate deviations in the state of health and its strengthening, comprehensive physical development, to prevent possible harmful effects on the student during the entire period of study in higher education. In addition, the complex of knowledge, skills and their implementation in the professional activities of the future physician forms the competence of healthcare.

Scientific substantiation, development and experimental verification of physical and health and sports activity of professional and practical activity working in other medical educational establishments, using specially used specialists who can be made in warehouse scientific and technological progress. One of the most promising and effective ways of forming the personal health of university students is considered by the majority of scientists as out-of-class activity. The applied (that is, the practical) importance of physical training for young people for successful learning and work is an integral component and an essential feature of physical education of the individual as a pedagogical process.

Effectiveness and necessity of independent classes of students are substantiated. They arouse interest in physical culture, nurture initiative, improve themselves physically, form a critical attitude to personal achievements and failures. In the course of the study a comparative analysis of the combination of different types of work and communication, ways of realization of both educational and educational tasks aimed at personal and professional formation of students was carried out.

Key words: *personality, physical education, psychophysical state, physical preparedness, student, professional-applied physical training.*