

Показники фізичної підготовленості студентів медичних спеціальностей

Івано-Франківський національний медичний університет (м. Івано-Франківськ)

Постановка наукової проблеми та її значення. Збереження фундаментальних принципів медичного професіоналізму – першочергове завдання вищих медичних навчальних закладів у сучасних умовах глобалізації, технологічного прогресу й ринкових відносин. Прогрес у медицині сприяє підвищенню професійної впевненості лікаря щодо постановки діагнозу, лікування й прогнозу [1]. Сутність медичної освіти полягає в моральній адаптації до культурних норм, які притаманні саме цій сфері діяльності, тому кожен студент із першого року навчання проходить процес професійної соціалізації. Медична культура відрізняється від інших професійних культур морально-етичними переконаннями й правилами поведінки, які перебувають у тісному взаємозв'язку з належним виконанням лікарем свого професійного обов'язку.

У контексті професійної підготовки майбутніх працівників медичних закладів України, проблеми культури здоров'я, належного рівня фізичної підготовленості лікаря не посідають відповідного місця й доволі часто перебувають на другорядному плані підготовки студентської молоді. Водночас вимоги сучасного суспільства до якості медичних послуг можуть бути задоволені лише за умови неперервного формування в майбутніх лікарів предметних компетентностей із медичної деонтології [2], які перебувають у безпосередньому зв'язку з рівнем їхньої психофізичної підготовленості, оскільки це значною мірою сприяє перетворенню студентів-медиків на справжніх представників цієї благородної професії.

Мета статті – визначити показники фізичної підготовленості студентів медичних спеціальностей.

Методи та організація дослідження. Для досягнення мети дослідження застосовано комплексний науковий підхід, відповідно до якого підібрано групу соціологічних (аналіз та узагальнення історичних матеріалів, науково-методичної літератури, синтез, опитування, бесіда, інтерв'ю, порівняння отриманих даних), педагогічних (педагогічне спостереження, педагогічні контрольні випробування, педагогічний експеримент) і методів математичної статистики (кореляційний аналіз, t-критерій Стьюдента).

До участі в педагогічному експерименті залучено студентів Івано-Франківського національного медичного університету, зокрема медичного факультету (МФ), стоматологічного факультету (СФ), фармацевтичного факультету (ФФ). Загальна вибірка досліджуваних – 402 студенти.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Проведення вихідного тестування розвитку фізичних якостей обумовлено потребою отримання об'єктивної характеристики фізичної підготовленості студентів для того, щоб, керуючись цими даними, цілеспрямовано розвивати рухові якості та мотивувати молодь до занять фізичними вправами, ураховуючи рівень їхнього здоров'я.

Констатувальний експеримент проходив із лютого по червень 2015 р. Програма тестування складалася з вивчення семи показників, комплексна оцінка яких дає уявлення про ступінь розвитку основних рухових якостей студента.

Результати вихідного тестування фізичної підготовленості студентів-першокурсників представлено в табл. 1 та 2.

Аналіз даних свідчить про те, що з тестів на швидкість і витривалість студенти продемонстрували низький рівень фізичної підготовленості (табл. 1). Зокрема, 49,54 % молодих людей пробігли дистанцію 3000 м гірше (за 12 хв 50 с). А фактично 50 % досліджуваних не зуміли подолати дистанцію 100 м швидше ніж за 14 с.

Першокурсники в контрольних випробуваннях на вивчення швидкісно-силових якостей, сили м'язів рук, спритності й гнучкості показали нижчий за середній рівень фізичної підготовленості. У відсотковому співвідношенні це 40,09 % студентів у вправі «стрибок у довжину з місця», 38,73 % – у вправі «підтягування на перекладині», 38,28 % – «човниковий біг 4х9 м», 37,83 % – у тесті «нахил уперед».

Таблиця 1

Результати тестування фізичної підготовленості студентів I-го курсу, n=222

Тести фізичної підготовленості	Показники фізичної підготовленості ($M_x \pm m_x$)	Рівень фізичної підготовленості
Біг 100 м, с	14,28 ± 0,09	Низький
Біг 3000 м, хв/с	12.59,4 ± 9,4	Низький
Стрибки в довжину з місця, см	220,1 ± 3,8	Нижчий за середній
Піднімання в сід за 1 хв, разів	42,7 ± 3,1	Середній
Згинання-розгинання рук у висі, разів	10,1 ± 2,2	Нижчий за середній
Човниковий біг 4 х 9 м, с	9,74 ± 0,2	Нижчий за середній
Нахил уперед, см	12,4 ± 0,7	Нижчий за середній

Середні величини показників фізичної підготовленості перебувають у межах 1–2 бали. Лише під час виконання вправи «піднімання в сід» першокурсники продемонстрували середній рівень розвитку фізичної підготовленості. Дані засвідчують загальну низьку фізичну підготовленість студентів на констатувальному етапі педагогічного експерименту.

У групі студенток простежено схожу тенденцію (табл. 2). Зокрема, результат їхнього бігу на 100 м лише наближався до оцінки «незадовільно» (17,71 ± 0,51). Стосовно показників бігу на 1000 м, то середні результати його виконання (4,52,4 ± 10,3) сягали задовільної оцінки (середній бал – 2,5).

Більш оптимістичні результати в студенток під час виконання силових нормативів. Так, показники тесту на визначення сили м'язів черевного преса («піднімання в сід» за 1 хв) – 33,7 ± 1,2 разів, а це 3,0 бали, тобто середній рівень фізичної підготовленості. «Стрибок у довжину з місця» – 173,2 ± 7,3 см (середній бал – 3,1), а також середній рівень фізичної підготовленості.

Таблиця 2

Результати тестування фізичної підготовленості студенток І-го курсу, n=180

Тести фізичної підготовленості	Показники фізичної підготовленості ($M_x \pm m_x$)	Рівень фізичної підготовленості
Біг 100 м, с	17,71 ± 0,51	Низький
Біг 1000 м, хв/с	4,52,1 ± 10,3	Низький
Стрибок у довжину з місця, см	173,2 ± 7,3	Середній
Піднімання в сід за 1 хв, разів	33,7 ± 1,2	Середній
Згинання-розгинання рук в упорі лежачи, разів	10,7 ± 2,2	Нижчий за середній
Човниковий біг 4 х 9 м, с	11,2 ± 0,07	Нижчий за середній
Нахил уперед, см	13,6 ± 1,6	Нижчий за середній

Дані розвитку гнучкості, сили м'язів рук та спритності є нижчими за середні. Це можемо характеризувати за показниками 10,7 ± 2,2 см, 11,2 ± 2,2 разів та, відповідно, 13,6 ± 0,07 с. У відсотковій площині вибірки це становить 42,77; 43,88 і 45,55 % студенток.

Висновки й перспективи подальших досліджень. Дані констатувального етапу педагогічного експерименту вказують на низьку ефективність сучасної системи фізичного виховання юнаків і дівчат старшої шкільної групи. Чинні програми фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів роблять акцент на високий рівень результатів, а не домінуючий показник соматичного здоров'я, рухового вміння, навички під час виконання вправ. Окрім того, абсолютно не враховано інтересу та зацікавленості молоді до певного виду спорту. Як результат – незадовільна оцінка фізичної підготовленості студентів першого курсу навчання Івано-Франківського національного медичного університету.

Перспективним і важливим у майбутніх наукових пошуках вважаємо використання експериментальної програми з волейболу в роботі зі студентами медичних спеціальностей.

Джерела та література

1. Голік О. В. Аналіз вимог до морально-етичного портрету сучасного лікаря / О. В. Голік // Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України. – Серія : Педагогіка. Психологія. Філософія. – К. : Вид-во Міленум, 2012. – Вип. 175. – Ч. 3. – С. 428–436.
2. Голік О. В. Аналіз інтерактивних технологій щодо їх ефективності та участі студентів-медиків у навчальному процесі / О. В. Голік // Вища освіта України. – 2010. – Дод. 4. – Т. 3 (21) : Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору. – С. 69–78.
3. Круцевич Т. Ю. Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания / Т. Ю. Круцевич. – Киев : Олимп. лит., 1999. – 232 с.
4. Підгорний Г. Динаміка функціональної і рухової підготовки студенток внаслідок спрямованого використання засобів фізичної культури / Г. Підгорний, В. Підгорний // Студентський фізкультурно-

- спортивний рух в Україні на порозі XXI століття: національно-історичні, соціально-економічні, оздоровчо-профілактичні аспекти відродження : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. – К., 1998. – С. 14–15.
5. Фотуйма О. Я. Використання дихальних вправ на заняттях фізичною культурою дітей підліткового віку / О. Фотуйма, М. Гоголь, О. Майко, Б. Лісовський // Вісник Прикарпатського університету. – Серія : Фізична культура. – 2012. – Вип. 15. – С. 126–132.

Анотації

Проведений у межах наукової роботи аналіз найбільш важливих наукових джерел літератури дав підставу окреслити коло проблем, які потрібно нагально розв'язувати в суспільстві. Вихід із цього становища вбачається в посиленні вимог до показників фізичної підготовленості студентів медичних спеціальностей, організаційно-методичного забезпечення навчального процесу засобами фізичного виховання, у якому його національні особистісні цінності, оздоровча спрямованість виступають як системоутворювальний гуманістичний фактор, що формує сучасну стратегію й тактику гармонізації виховання студентської молоді, та дають згогу виконання цілеспрямовано завдання виховання здорової особистості.

Мета роботи полягала у визначенні показників фізичної підготовленості студентів медичних спеціальностей.

Дані констатувального етапу експерименту вказують на низьку ефективність сучасної системи фізичного виховання студентів. Чинні програми фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів роблять акцент на високий рівень результатів, а не домінуючий показник соматичного здоров'я, рухового вміння, навички під час виконання вправ. Окрім того, абсолютно не враховуються інтерес та зацікавленість молоді певними видами спорту. Як результат – незадовільна оцінка фізичної підготовленості студентів першого курсу навчання Івано-Франківського національного медичного університету.

Ключові слова: фізичне виховання, фізична підготовленість, соматичне здоров'я, волейбол.

Владимир Левко, Роман Михайленко, Сергей Лопаткий. Показатели физической подготовленности студентов медицинских специальностей. Проведенный в рамках научной работы анализ наиболее важных научных источников литературы позволил очертить круг проблем, которые срочно нужно решить в обществе. Выход из этого положения видится в усилении требований к показателям физической подготовленности студентов медицинских специальностей, организационно-методического обеспечения учебного процесса средствами физического воспитания, в котором его национальные личностные ценности, оздоровительная направленность выступают как системообразующий гуманистический фактор, который формирует современную стратегию и тактику гармонизации воспитания студенческой молодежи и позволяет осуществить целенаправленное решение задач воспитания здоровой личности.

Цель работы – определение показателей физической подготовленности студентов медицинских специальностей.

Данные констатирующего этапа эксперимента указывают на низкую эффективность действующей системы физического воспитания студентов. Существующие программы физического воспитания студентов высших учебных заведений делают акцент на высокий уровень результатов, а не доминирующий показатель соматического здоровья, двигательного умения, навыки при выполнении упражнений. Кроме того, совершенно не учитываются интерес и заинтересованность молодежи определенным видом спорта. Как результат – неудовлетворительная оценка по физической подготовленности студентов первого курса обучения Ивано-Франковского национального медицинского университета.

Ключевые слова: физическое воспитание, физическая подготовленность, соматическое здоровье, волейбол.

Vladimir Levko, Roman Mikhailenko, Sergey Lopatsky. Indicators of Physical Readiness of Students of Medical Specialties. Held within the framework of research analysis of the most important sources of scientific literature has allowed to outline the range of problems that urgently need to be solved in community. Out of this situation is seen in the increasing demand for indicators of physical readiness of students of medical specialties, organizational and methodological support of the educational process by means of physical education, in which his national personal values, improving orientation serves as a backbone humanistic factor that forms the modern strategy and tactics of the harmonization of education student youth and allows for a targeted solution healthy personality education problems.

The aim of the work was to identify the indicators of physical readiness of students of medical specialties.

These ascertaining stage of the experiment indicate a low efficiency of the existing system of physical education students. Existing programs of physical training of students of higher educational institutions emphasize the high level of results, rather than the dominant indicator of physical health, motor skills, skills in the exercises. Furthermore, it does not take into account the interest and the interest of young people to a particular sport. As a result, poor assessment of physical readiness of students of the first training course in the first year of Ivano-Frankivsk National Medical University.

Key words: physical education, physical fitness, physical health, volleyball.