

УДК 796.011.1:371.7

## ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ЯК ОСНОВА ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Олександр ПЕТРИШИН

*Українська медична стоматологічна академія*

**Анотація.** У статті обґрунтовано необхідність упровадження професійно-прикладної фізичної підготовки та вплив засобів фізичної культури на професійно необхідні якості студентів вищих медичних навчальних закладів. Визначено стан проблеми професійно-прикладної фізичної підготовки студентів вищих медичних закладів у теорії і практиці вітчизняної та зарубіжної вищої медичної освіти; досліджено практику професійно-прикладної фізичної підготовки як основу формування готовності майбутніх лікарів до трудової діяльності.

**Ключові слова:** фізичне виховання, професійна діяльність, професійно-прикладна фізична підготовка, психофізичне здоров'я, здоров'язбережні компетентності, навчальний процес.

**Постановка проблеми та її зв'язок із важливими чи практичними завданнями.** Незважаючи на великий обсяг досліджень, проблеми формування психофізичного здоров'я як складової професійно-прикладної фізичної підготовки в контексті світоглядної орієнтації майбутніх фахівців медицини дотепер недостатньо вивчені в теоретичному й у практичному аспектах. Аналіз наукових досліджень з порушеного питання дає підстави констатувати низку суперечностей, зокрема між:

- соціальними потребами у вихованні здорового покоління й недостатнім рівнем усвідомлення майбутніми медиками значення професійно-прикладних знань, умінь і навичок;
- низьким рівнем стану здоров'я студентів і необізнаністю викладачів вищого медичного навчального закладу зі змістом професійно-прикладної фізичної підготовки та шляхами їх упровадження в навчально-виховний процес;
- потребою у сформованості професійно-прикладної фізичної підготовки як світоглядної орієнтації майбутніх фахівців та неопрацьованістю шляхів її формування в медичних вишах;
- необхідністю створення нової освітньої стратегії, спрямованої на виховання культурного, високоосвіченого, здорового, конкурентоздатного фахівця-медика й відсутністю моделі формування психофізичного здоров'я як складової професійно-прикладної фізичної підготовки в контексті світоглядної орієнтації майбутніх фахівців у навчально-виховному процесі вищого медичного навчального закладу.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Освітній процес відкриває широкі перспективи в напрямі формування світогляду молодої людини. У цьому руслі проблема психофізичного здоров'я як складової професійно-прикладної фізичної підготовки в контексті світоглядної орієнтації майбутніх фахівців в освітньому процесі ВНЗ, щороку набуває особливої значущості, що пояснюють постійним погіршенням стану здоров'я молоді, зумовленим несприятливими соціально-економічними умовами в багатьох країнах світу й, зокрема, в Україні. Історія розвитку людського суспільства показує, що в разі появи нових, більш міцних джерел енергії й розвитку техніки, безперечно знижується роль рухових якостей людини, тоді як значення психічних функцій весь час зростає. Учені запевнюють, що обмеження рухової активності, яка розвивається внаслідок науково-технічного прогресу має, пердусім, пряме ставлення до психофізичного здоров'я людини.

Сьогодні фахівців цікавлять питання, пов'язані із впливом фізичного виховання на розвиток особистості фахівця медичної галузі [2, 5, 6]. М.М. Бобирева пропонує при розробці системи заходів щодо підвищення рівня рухової активності студентів медичних спеціальностей урахувати особливості професійної діяльності лікаря: відсутність тотальних витрат м'язових зусиль при відносно локальних рухах і збільшуваних вимог до екстреної переробки великого обсягу сенсорної інформації й необхідності виконання швидкоплинних психомоторних реакцій. Автор стверджує, що специфічні умови роботи вимагають від лікаря досить ви-

сокого рівня статичної витривалості м'язів рук і тулуба, відмінної координації кистей і пальців при відносній нерухомості нижніх кінцівок [2]. Як свідчить світова практика, нині суспільство занепокоєне складною екологічною ситуацією, низьким рівнем культури, інтенсифікацією навчального процесу, спрямованого здебільшого на інтелектуальний розвиток особистості, що породжує негативний вплив організації навчального процесу у вишах на здоров'я студентів [1, с. 220].

Опановуючи обрану професію, у змісті навчально-виховного процесу якої відсутні заходи щодо зміцнення психофізичного здоров'я, майбутні фахівці вже зі студентської лави приречені до впливу негативних факторів, зумовлених виробничою сферою професійної діяльності. Разом з тим людина уособлює собою єдність фізичного й духовного, природного й соціального, успадкованого й набутого під час життя. Тому одним із важливих показників життєдіяльності людини є стан її психофізичного здоров'я, що розглядається як динамічна рівновага організму з навколишнім світом. Такий стан людини залежить як від природного середовища, так і від соціальних умов навчання, проживання та трудової діяльності. Дослідники зараховують рівень психофізичного здоров'я до категорії особистісних, родових, суспільних і загальнолюдських цінностей [3, с. 13] і визначають його тією точкою відліку, на якій базується духовність як „діалектична єдність усього унікального й універсального, природного й культурного в її внутрішньому світі” [2, с. 83].

Оскільки на стан здоров'я студентської молоді безпосередньо впливає рівень її освіченості та внутрішньої культури [4, с. 130], доходимо висновку, що ситуація, яка склалася зі станом здоров'я молоді, пов'язана насамперед із тим, що вихованню психофізичної культури здоров'я як світоглядної орієнтації в навчальних закладах приділяється мало часу або взагалі не приділяється, а заняття з фізичного виховання акцентують на навчання студентів із розвитку їх загальних фізичних якостей, хоча найважливіше завданням вишів повинно бути – навчити студента як зберігати своє здоров'я, як керувати цим процесом, як контролювати свій стан здоров'я, знати та вміти застосовувати індивідуальну систему оздоровлення, усвідомлювати особистісну відповідальність за свій стан здоров'я та спосіб життя в перспективі на тривалу трудову діяльність, тобто сформувати в останніх здоров'язбережні компетентності.

Реалізація цих завдань на практиці допоможе вирішити проблему формування здоров'язбережної компетентності особистості, що з кожним роком актуалізується, адже кількість студентів медичних вищих навчальних закладів, котрі мають відхилення у стані здоров'я та фізичному розвитку, щорічно збільшується.

Формування здорового способу життя студентів вищих медичних навчальних закладів виступає не лише як соціально-педагогічна проблема сьогодення, оскільки суспільство очікує від фахівця-медика достатнього рівня здоров'я та культури, але є педагогічною проблемою вищих медичних навчальних закладів, оскільки професійна підготовка співробітника медичного закладу, крім високого рівня спеціальних знань, передбачає такий рівень фізичної підготовленості студента, який забезпечує можливість успішного оволодіння професійними знаннями, уміннями та навичками й орієнтує студента до подальшої пропаганди здоров'я в подальшій професійній діяльності.

За даними науковців, у студентів-медиків переважають захворювання серцево-судинної системи, опорно-рухового апарату, органів травлення та міопія [1]. Проте загальновідомо, що лише достатній запас здоров'я і високий рівень фізичної та розумової працездатності є тим надійним фундаментом, на базі якого студент може успішно оволодівати величезним комплексом професійних знань, умінь і навичок під час навчання в медичному вищому навчальному закладі (ВНЗ) та який буде необхідним у майбутній професійній діяльності.

#### **Формулювання мети й постановка завдань дослідження:**

- визначити стан проблеми професійно-прикладної фізичної підготовки студентів вищих медичних закладів у теорії і практиці вітчизняної та зарубіжної вищої медичної освіти;
- дослідити практику професійно-прикладної фізичної підготовки як основу формування готовності майбутніх лікарів до трудової діяльності;

- обґрунтувати сучасні методологічні підходи вивчення проблеми професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх лікарів.

**Методи та організація дослідження.** Під час дослідження нами були використані такі методи дослідження: вивчення, аналіз, систематизація та узагальнення літературних джерел і публікацій Інтернет-видань.

**Виклад основного матеріалу з аналізом отриманих результатів.** На основі аналізу дослідженої літератури та практики фізичного виховання ми визначили, що ефективність виконання трудових операцій певною мірою залежить від фізичної та функціональної підготовленості організму до трудової діяльності, де кожна із професій має свою специфіку й висуває певні вимоги до психофізіологічного потенціалу спеціаліста. Отже, у змісті фахової підготовки формування психофізичного потенціалу фахівців повинно бути одним із основних завдань, вирішити яке може один із напрямів фізичного виховання – професійно-прикладна фізична підготовка. Професійна готовність досягається вирішенням таких завдань:

- формування й удосконаленням рухових навичок, які є складовою структурних елементів професійних функцій;
- удосконалення професійно значущих психофізіологічних функцій;
- підготовка до роботи у специфічних умовах.

Медичні працівники повинні мати уяву про вимоги, які висуваються майбутньою професійною діяльністю до їх організму, про можливість їх розвитку засобами фізичної культури і спорту. Разом з тим без ґрунтовних знань особливостей медичних професій та їх впливу на організм неможливо відібрати найбільш ефективні засоби ППФП. На основі характеристик праці медиків, ми визначили комплекс вимог до організму майбутнього фахівця, до його фізичних якостей, рухових навичок та психофізіологічних функцій. До професійно важливих якостей організму ми зарахували ті, які безпосередньо пов'язані з опануванням професії медика і від удосконалення яких залежить повноцінність та успішність оволодіння нею. Для цього необхідно виявити психофізіологічні та фізичні особливості організму, які сприятимуть розвитку під час трудової діяльності та постійно вдосконалюватимуться. Методологічною основою вимог до професії щодо функціонального стану організму є положення про професійну придатність як здатність студента успішно оволодівати та вдосконалюватися у професії і залежить від відповідних можливостей організму вимогам професії. Насамперед, це стосується вимог до фізичних якостей, навичок і психофізичних функцій під час трудової діяльності, так і під час фахової підготовки. Ми їх розташовували в порядку значущості під час оволодіння професією.

Щодо проблеми комплексного формування професійної психофізичної компетентності студентів під час фізичного виховання, то вона практично не відображена у спеціальній літературі. Тому вивчення цієї проблеми, яка забезпечує необхідний рівень адаптації, зміцнення здоров'я і розвиток професійної психофізичної компетентності студентів, є актуальною.

Але для повного розуміння важливості поняття ППФП для медичного працівника, на нашу думку, слід визначити його компоненти, які відіграють суттєву роль у професійній діяльності.

**Фізична (біологічна) складова фізичної культури** передбачає здатність людини розвивати фізичну складову свого здоров'я; усвідомлення власної тілесності як властивості особистості, уміння дослуховуватися до функціонування організму, його систем та органів і при перших ознаках відхилень від норми всіма можливими способами усувати їх. Для успішного виконання професійних обов'язків майбутньому лікарю потрібно мати достатній рівень розвитку таких фізичних якостей як сила, витривалість, гнучкість, швидкість, спритність та прудкість. Як свідчать праці Г. Власова, О. Заплатіна, В. Мандрикова та на нашу думку, найважливішою серед фізичних якостей у професійній діяльності майбутнього лікаря є фізична витривалість, що передбачає низьку стомлюваність і високу працездатність [1]. Важливе значення також має координація рухів і м'язова чутливість майбутнього фахівця. Це пов'язано зі специфікою професійної діяльності лікаря:

- ненормований робочий день (нічні та позапланові чергування лікарів і медсестер);
- значні фізичні навантаження (складна робота працівників швидкої допомоги, лікарів

МНС, сімейних і дільничних лікарів, медичних працівників у сільській місцевості, багатогодинні виснажливі операції, які проводять хірурги та їх асистенти, надання першої медичної допомоги, транспортування хворих чи потерпілих;

– точність рухів і м'язової координації (життєво важлива робота вертебрологів, анестезіологів, кардіо- та нейрохірургів, акушерів, травматологів та ортопедів).

**Психофізіологічна складова фізичної культури** значною мірою залежить від функціонального стану головного мозку, вона характеризується рівнем і якістю мислення, розвитком уваги й пам'яті, мірою емоційної стійкості, розвитком вольових якостей. Як відомо, у медицині людський фактор має вирішальне значення, тому психофізіологічні особливості майбутнього лікаря, психофізіологічний самоаналіз, оптимізація функціональних станів, які проявляються у професійній діяльності, впливають на ефективність та якість його роботи, а це своєю чергою – на здоров'я та життя пацієнтів. Крім цього, психофізіологічна складова сприяє розв'язанню завдань професійної спеціалізації та придатності до тієї чи іншої сфери медичної діяльності, визначенню та формуванню важливих для виконання певної професійної діяльності індивідуально-психологічних якостей медичного працівника.

Важливість психофізіологічної складової фізичної культури лікаря зумовлюється надмірними психофізіологічними й емоційними напруженнями, що пов'язані з особливостями роботи з хворими. Отже, актуальність ППФП студентів за напрямом підготовки 7.110101 – “Лікувальна справа”, “Стоматологія”, 7.110104 – “Педіатрія” зумовлюється місцем і роллю цих спеціальностей, високими темпами розвитку галузі, в якій працює або належить працювати фахівцеві, великою часткою особистого чинника в забезпеченні ефективності виробництва й підвищення продуктивності праці, а також високими вимогами до фізичної та психічної підготовленості працівників [5].

На нашу думку, це сприятиме більш ефективній виробничій діяльності, підвищенню загальної працездатності й поліпшенню стану здоров'я, особливо профілактики професійних захворювань. Тому курс ППФП студентів-медиків передбачає формування відповідних знань, умінь і навичок, необхідних у практичній діяльності фахівців [4]. Для медичних вишів основне завдання профільованого фізичного виховання полягає в тому, щоб студенти вже на стадії вступу до ВНЗ більш усвідомлено підходили до процесу фізичного виховання, виявляли більше самостійності й активності під час навчання.

**Висновок.** Щоб поліпшити ситуацію, яка склалася зі станом здоров'я студентів, особливої актуальності та поглибленого вивчення набуває проблема формування культури психофізичного здоров'я майбутніх лікарів, котрі повинні стати своєрідним еталоном для інших людей з усіма властивими для цього феномену, такими ознаками: високою культурою, міцним здоров'ям, дотриманням здорового способу життя і т. ін.

У результаті проведених досліджень, спрямованих на вивчення й узагальнення передового педагогічного досвіду, а також зважаючи на висвітлені поняття формування здорового життя студентів-медиків, ми визначили, що психофізичне здоров'я і формування культури психофізичного здоров'я студентської молоді – якісна передумова майбутньої самореалізації молодих людей, їх активного довголіття, здатності до складної навчальної і професійної праці, суспільно-політичної і творчої активності. Позитивно вирішена проблема формування психофізичного здоров'я, на нашу думку, відіграє важливу роль у підвищенні кваліфікації лікарів різних спеціальностей, а навчання студентів-медиків методологічних підходів до формування психофізичних функцій є надзвичайно актуальним напрямком як для зміцнення власного здоров'я, так і для застосування придбаних знань у майбутній професійній діяльності.

Своєю чергою, для практичного виконання студентами вимог майбутньої професійної діяльності та вияву культури психофізичного здоров'я важливо сформувати в них здоров'я-збережну компетентність – сукупність знань, умінь, навичок, практичної діяльності щодо питань культури психофізичного здоров'я, вкрай важливих для ефективної професійної діяльності.

**Перспективи подальших досліджень** ми вбачаємо у такому:

- у визначенні стану проблеми професійно-прикладної фізичної підготовки студентів вищих медичних закладів у теорії і практиці вітчизняної та зарубіжної вищої медичної освіти;

- у дослідженні практики професійно-прикладної фізичної підготовки як основи формування готовності майбутніх лікарів до трудової діяльності;
- в обґрунтуванні сучасних методологічних підходів вивчення проблеми професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх лікарів.

### Список літератури

1. Білокур В. Е. Теоретико-методичне забезпечення фізичного виховання у вищих навчальних закладах освіти: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. та спорту: [спец.] 24.00.02 "фіз. культура, фіз. виховання різних груп населення" / В. Е. Білокур; Рівненський ДГУ, Рівне, 2002. – 18 с.
2. Григорчук Л. І. Гігієнічні аспекти професійної адаптації студентів до умов навчання у вищих медичних навчальних закладах та шляхи її оптимізації : дис. ... канд. мед. наук : [спец]. 14.02.01 "Гігієна" / Л. І. Григорчук. – К., 2000. – 20 с.
3. Осіпцов А. Аналіз сучасного стану та перспективи оптимізації професійно-прикладної фізичної підготовки в навчальних закладах різних типів і рівнів акредитації / Осіпцов А., Пристленська Т., Трададюк А. // Молода спортивна наука України : зб. наук пр. галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2006. – Вип. 10. – С. 313-318.
4. Фізична працездатність і рівень здоров'я студентів-медиків / Коробейников Г. В та ін. // Наукові записки. – К., 2003. – Том 22, ч. 2 – С. 327 – 329.
5. Церковна О. Особливості методики професійно-прикладної підготовки студентів технічних ВНЗ / Церковна О., Слюсарев В. // Теоретико-методичні основи організації фізичного виховання молоді : матеріали І-го регіон. наук.-практ. семінару. – Л., 2006. – С. 158 – 162.

## ПРОФЕСИОНАЛЬНО ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА КАК ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ К ПРОФЕСИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Александр ПЕТРИШИН

*Украинская медицинская стоматологическая академия*

**Аннотация.** В статье обоснованы необходимость внедрения профессионально прикладной физической подготовки и влияние средств физической культуры на профессионально необходимые качества студентов высших медицинских учебных заведений. Определено состояние проблемы профессионально прикладной физической подготовки студентов высших медицинских заведений в теории и практике отечественного и зарубежного высшего медицинского образования; исследована практика профессионально прикладной физической подготовки как основа формирования готовности будущих врачей к трудовой деятельности.

**Ключевые слова:** физическое воспитание, профессионально прикладная физическая подготовка, психофизическое здоровье, здоров'язбережувальні компетентности, факторы, учебный процесс, профессиональная деятельность.

## PROFESSIONAL AND APPLIED PHYSICAL PREPARATION AS THE BASIS OF FORMING READINESS OF FUTURE MEDICAL WORKERS TO PROFESSIONAL ACTIVITY

Oleksandr PETRYSHYN

*Ukrainian Medical Stomatological Academy*

**Abstract.** In the article are grounded the necessity of introduction professional and applied physical preparation and influence of facilities of physical culture on professionally necessary qualities of students of higher medical educational establishments. The state of arts certain professional and applied physical preparation of students of higher medical establishments in theory and practice of domestic and foreign higher medical education is defined; practice professionally of the applied physical preparation as basis of forming of readiness of future doctors is investigational to labour activity.

**Key words:** physical education, professional and applied physical preparation, psychophysical health, health protective competence, factors, educational process, professional activity.