УДК 372.796–057.86570875:387.661

ФОРМУВАННЯ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ У МАЙБУТНІХ ЛІКАРІВ ПРИ ВИКЛАДАННІ ДИСЦИПЛІНИ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ»

Ткачук О.Г.
Національний медичний університет імені О.О. Богомольця

У статті розкрито проблему формування компетентності здоров'язбереження у майбутніх лікарів; визначено ставлення студентів до здорового способу життя; проведено порівняльний аналіз рівня фізичної підготовленості студентів і їх самооцінки стану здоров'я.
Ключові слова: вищий медичний навчальний заклад, здоров'язбереження, майбутні лікарі, професійна підготовка майбутніх лікарів, фізичне виховання, фізична підготовка.

Постановка проблеми та її актуальність. 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 сприяє дисципліна «Фізичне виховання». Вона сприяє усуненню відхилень у стані здоров'я і його зміцненні, всебічному фізичному розвитку, усуненню можливих шкідливих впливів на студента протягом усього періоду навчання у вищому навчальному закладі (ВНЗ) і їх профілактику у майбутній професійній діяльності. Крім того, вищезазначений комплекс знань, умінь і їх реалізація у професійній діяльності майбутнього лікаря формує компетентність здоров'язбереження.

Аналіз наукових праць. Проблема формування здоров'язберігаючої компетентності засобами фізичної культури відображені в дисертаційних роботах – Д. Вороніна [1], Ю. Павлов [9], Ю. Палічука [10], Н. Поліщук [11] та ін.; теорія і методика фізичного виховання – І. Іваній [4], С. Канішевський [5], Т. Круцевич [6, 7] та ін.

В Національній стратегії реформування системи охорони здоров'я в Україні на період до 2021 року, міністр охорони здоров'я зазначив [8, ст. 5], що в Україні тривалість життя нижче, а смертність вище ніж в європейських країнах [8]. Основними факторами ризику є: паління, вживання алкоголю, зайва вага, відсутність фізичного навантаження, високий рівень травматизму та низький рівень здоров'язбереження.

Указ президента України [13] свідчить, що «...недосконаліть системи охорони здоров'я, низький рівень усвідомлення цінності здоров'я як власного капіталу, перебування переважної більшості населення в умовах соціально-економічної нестабільності призвели до створення несприятливих умов для ведення здорового способу життя, що спонукає до посилення відповідальності керівників навчальних закладів за забезпечення, розвиток і модернізацію фізичного виховання та належний рівень рухової активності; модернізації системи фізичного виховання, для позитивного усвідомлення цінності здоров'я і здорового способу життя особистості [13].

Спираючись на Закон України «Про фізичну культуру і спорт» пріоритетом фізичного виховання є оздоровча спрямованість, широке використання різноманітних засобів та форм фізичного виховання, а також безперервність цього процесу протягом усього життя [3].

Державна політика у сфері фізичної культури і спорту України [3] ґрунтується на визнанні фізичної культури як важливого чинника всебічного розвитку особистості та формуванні здорового способу життя. Формування фізичної культури у закладах вищої освіти, особливо у медичних, має на меті забезпечити розвиток фізичного здоров'я студентів, комплексний підхід до формування розумових і фізичних здібностей особистості, вдосконалення фізичної та психологічної підготовки до активного життя, професійної діяльності на принципах індивідуального підходу [7].

Фізичне виховання [12] – це складова освіти і виховання, педагогічний, навчально-виховний процес, який спрямований на оволодіння знаннями, уміннями й навичками щодо управління фізичним розвитком особистості різновидами рухової активності, з метою навчання і виховання в дусі відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих. Формування фізично здорової, соціально-активної особистості в гармонії з фізичним розвитком, як зазначає Л. Андрюшенко [1], є ключовою умовою підготовки майбутнього фахівця ВНЗ до успішної професійної діяльності.

Однією із ключових цілей сучасного фізичного виховання, на думку І. Іваній [4] – є сприяння розвитку здоров'ястворюючої, здоров'ятворчої основи загальної культури особистості через формування фізичної культури особистості, розвитку фізичних якостей; культури здоров'я й безпеки життєдіяльності в процесі реалізації оздоровчої, рекреаційної, реабілітаційної, побутової й професійної діяльності [4]. У той же час Ю. Павлов наголошує, що системне зміцнення здоров'я має стати потребою і обов'язком кожної людини як суб'єкта праці, а здоровий спосіб життя – відображає її системний і динамічний стан, який зумовлений певним рівнем спеціальних біологічних, гігієнічних, медичних знань, культурою харчування, фізичною культурою, соціально-духовними цінностями, надбаними в результаті виховання і самовиховання, освіти, мотиваційно-ціннісної орієнтації та самоосвіти, які втілені в практичну життєдіяльність, фізичне й психофізичне здоров'я [9].

© Ткачук О.Г., 2016

Також погоджуємось з думкою дослідників Ю. Палічук [10] та Н. Поліщук [11], що здоров'язбереження має бути однією із ключових компетентностей особистості, яку обов'язково треба формувати для повноцінної життєдіяльності й життєтворчості.

Мета статті: розкрити проблему формування компетентності здоров'язбереження у майбутніх лікарів; визначити ставлення студентів до здорового способу життя; провести порівняльний аналіз рівня фізичної підготовленості студентів і їх самооцінки стану здоров'я.

Виклад основного матеріалу. Проведення аналізу дослідження на тему: Формування компетентності здоров'язбереження у майбутніх лікарів при викладанні дисципліни «Фізичне виховання», методом якого було анкетування студентів першого (665 чол.) та другого (634 чол.) курсів, медичних, стоматологічного, медико-психологічного та фармацевтичного факультетів в національному медичному університеті імені О.О. Богомольця.

Аналіз результатів анкетування виявив, що тільки 40,15% студентів першого курсу, та 42,3% другого курсу – не мали відхилень у стані здоров'я; майже 3% студентів – взагалі були звільнені за станом здоров'я; всі інші мали незначні відхилення у стані здоров'я. Тому погоджуємось з думкою більшості науковців [4, 5, 6, 8 та ін.], що погіршення стану здоров'я у студентів пов'язаний з малою руховою активністю, з порушенням сну, з неправильним харчуванням, з недостатнім розумінням студентами важливості здоров'я для подальшої професійної діяльності.

Таблиця 1

Власна оцінка студентів стану свого здоров'я за п'ятибальною шкалою

№ Курсу	Самооцінка студента стану свого здоров'я в балах				
	1	2	3	4	5
I	0	2,86	21,8	48,57	26,77
II	0,79	8,2	44,16	39,59	7,26

де: 1 – дуже погано, 2 – погано, 3 – задовільно, 4 – добре, 5 – відмінно

Подальше дослідження стосувалось порівняння самооцінки студентами стану свого здоров'я за п'ятибальною шкалою та простим непрямим методом визначення фізичної працездатності – проба Руф'є [6] (табл. 1, рис. 1, рис. 2). Функціональна проба Руф'є (згідно із Наказом Міністерства охорони здоров'я України та Міністерства освіти і науки України від 20.07.2009 р., № 518/674) дозволяє оцінити функціональні можливості серцево-судинної системи. Рівні функціонального резерву серця [6] визначаються з урахуванням п'яти градацій: менше 3 – високий рівень; 4–6 – вище середнього (добрий); 7–9 – середній; 10–14 – нижче середнього (задовільний); більше 15 – низький.

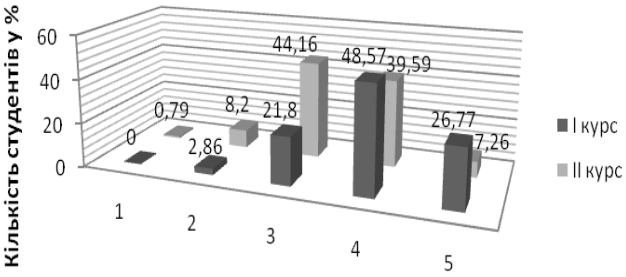

Рис. 1. Власна оцінка студентів стану свого здоров'я в балах, де: 1 – дуже погано, 2 – не задовільно, 3 – задовільно, 4 – добре, 5 – відмінно

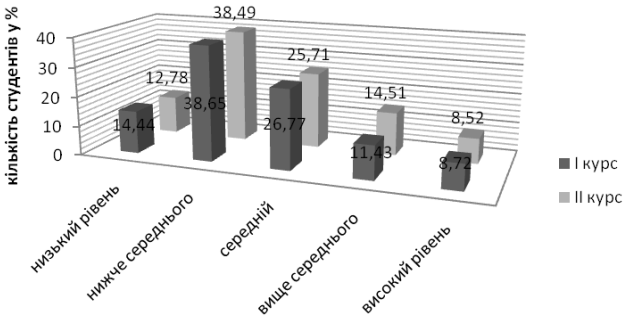

Рис. 2. Рівні фізичної підготовки за пробою Руф'є

Отже, дослідження самооцінки студентами стану свого здоров'я за п'ятибальною шкалою свідчить, що (рис. 1):

– студенти першого курсу вважають, що стан їхнього здоров'я не відповідає – «дуже погано»; 48,57% студентів оцінили свій стан на – «добре»; 26,77% оцінили на – «відмінно»; 21,8% оцінили на – «задовільно» і 2,86% оцінили на – «не задовільно»;

– 44,16% студентів другого оцінили стан свого здоров'я на оцінку «задовільно»; на «добре» – 39,59%; «не задовільно» – 8,2%; на «відмінно» себе оцінили – 7,26% студентів і на «дуже погано» – 1% студентів.

Після проведення функціональної проби Руф'є (рис. 2) дані показники набули значних змін, а саме:

– найвищий показник у студентів I курсу – 38,65% і II курсів – 38,49% «нижче середнього», який прирівнюється до оцінки – «2»;

Таблиця 2

Характеристика значущості компетентності здоров'язбереження за оцінками студентів і викладачів НМУ імені О.О. Богомольця

№ п/п	Респонденти	Значущість компетентності в подальшій професійній діяльності				Рівень реалізації компетентності на заняттях з фізичного виховання				Яке місце займає компетентність здоров'язбереження в професійній діяльності				
		Показники вказані у відсотках												
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5
1.	Викладачі	-	-	20	**80**	-	26,67	**46,67**	26,67	**46,67**	13,33	6,67	-	-
2.	Студенти I курсу	8,80	9,86	19,01	**34,51**	9,51	10,21	**26,41**	25,35	**19,72**	14,44	11,27	12,32	8,80
3.	Студенти II курсу	9,21	12,50	26,32	**51,64**	13,16	24,01	**35,86**	26,97	**24,34**	15,13	10,20	9,21	10,86

де: 1 – неважливо, 2 – мало важливо, 3 – важливо, 4 – дуже важливо

– середній рівень (оцінка – «3») – I курс – 26,77% і II курс – 25,71%;

– в наступних показниках є значна розбіжність, так як у студентів I курсу на третьому місці переважає «низький рівень» (оцінка «1»), а у студентів II курсу рівень – «вище середнього» (оцінка «4»);

– на четвертому місці у I курсу рівень – «вище середнього» (оцінка «4»), а на II курсі – «низький рівень» (оцінка «1»);

– показник «високого рівня» в обох курсів знаходиться майже в одному діапазоні – I курс – 8,72% і II курс – 8,52%.

Для визначення значущість компетентності здоров'язбереження в подальшій професійній діяльності, рівня діяльності і місця, яке займає здоров'язбереження за оцінками студентів і викладачів НМУ імені О.О. Богомольця проведено опитування (таблиця 2).

Аналіз даної таблиці свідчить, що компетентність здоров'язбереження в подальшій професійній діяльності для всіх респондентів є дуже важливою і вони ставлять її на перше місце; рівень реалізації компетентності здоров'язбереження на заняттях з фізичного виховання відповідає показнику – «важливо».

Висновки. 1. В останні роки спостерігається тенденція до зниження обсягу рухової активності, зниження рівня фізичної підготовки, суттєво збільшується кількість студентів з відхиленнями у стані здоров'я і зменшується кількість студентів, які не мають відхилень у стані здоров'я.

2. Спостерігається стійка тенденція до зниження рівня фізичної підготовки студентів та зневажливого відношення до стану свого здоров'я.

3. Відзначається недостатнє формування компетентності здоров'язбереження у майбутніх лікарів.

4. Здоров'язбереження визнана, як викладачами так і студентами, одна з пріоритетних компетентностей, що спонукає до збереження і зміцнення здоров'я та організації здорового способу життя.

Перспективи подальшого дослідження вбачаємо у підвищенні мотивації студентів до здорового способу життя, до занять з фізичного виховання і розвитком своєї фізичної підготовки; визначенням структури і змісту здоров'язберігаючої компетентності у студентів.

Список літератури:

1. Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення: матеріали I Всеукраїнської науково-практичної конференції (Харків, 20 травня 2015 р.) [Електронний ресурс]. – Харків: ХДАФК, 2015. – 97 с.
2. Закон України про вищу освіту від 16.01.2016 // електронний ресурс // http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/1556-18
3. Закон України про фізичну культуру і спорт від 11.06.2015 р. // електронний ресурс – http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/3808-12
4. Іваній І. В. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту № 3. – Харків, 2013. – С. 82.
5. Канишевский С. М. Здоровый образ жизни студенческой молодежи и его формирование в условиях вуза / С. М. Канишевский, Р. Т. Раевский // Проблеми освіти: Науково-методичний збірник. – К.: Інститут інноваційних технологій і змісту освіти, 2006. – Вип. 48. – С. 57-61.
6. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді: навч. посіб. / Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г. В. Безверхня. – К.: Олімп. л-ра, 2011. – 224 с.
7. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання: Підручник для вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту / В. І. Григор'єв, М. О. Третьяков, за ред. Т. Ю. Круцевич. – [том 2] – К.: Олімп. л-ра, 2008. – 391 с.
8. Національна стратегія реформування системи охорони здоров'я в Україні на період 2015–2020 років // електронний ресурс // http://healthsag.org.ua/wp-content/uploads/2014/11/Strategiya_UKR.pdf
9. Павлов Ю. О. (2013) Психолого-педагогічні аспекти формування професійного здоров'я майбутніх фахівців: Науково-методичне забезпечення професійної освіти і навчання: матеріали звітної науково-практичної конференції (м. Київ, 28 березня 2013 р.) ІПТО НАПН України, м. Київ, Україна, стор. 167-170.
10. Палічук Ю. І. Педагогічні здоров'язбережувальні технології в системі підготовки фахівців економічного профілю: дис. канд. пед. наук: 13.00.04 / Палічук Юрій Іванович. – Тернопіль, 2011. – 215 с.
11. Поліщук Н. М. Здоров'язберігаюча компетентність особистості / Н. М. Поліщук // Магістр медсестринства: український науково-практичний журнал. – Житомир: Житомирський інститут медсестринства, 2013. – С. 10–17.
12. Положення «Про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах» від 11.01.2006 р. // електронний ресурс // http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/z0249-06
13. Указ президента України № 42/2016 Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація».

Ткачук Е.Г.
Национальный медицинский университет имени А.А. Богомольца

ФОРМИРОВАНИЕ КОМПЕТЕНТНОСТИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ У БУДУЩИХ ВРАЧЕЙ ПРИ ПРЕПОДАВАНИИ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ»

Аннотация
В статье раскрыта проблема формирования компетентности здоровьесбережения у будущих врачей; определено отношение студентов к здоровому образу жизни; проведен сравнительный анализ уровня физической подготовленности студентов и их самооценки состояния здоровья.
Ключевые слова: высшее медицинское учебное заведение, здоровьесбережение, будущие врачи, профессиональная подготовка будущих врачей, физическое воспитание, физическая подготовка.

Tkachuk O.H.
National O.O. Bogomolets Medical University

FORMATION OF HEALTH PROTECTION COMPETENCE OF FUTURE DOCTORS IN TEACHING THE DISCIPLINE «PHYSICAL EDUCATION»

Summary
In the article the problem of formation of health protection competence of future doctors; determined students' attitude to healthy lifestyle; a comparative analysis of physical preparedness level among students and their self-assessment of health status.
Keywords: higher medical educational institution of health care, future doctors, training future doctors, physical education, physical training.