

УДК 796.378.157

Белкова Тетяна

ORCID 0000-0001-9357-8941

Кандидат педагогічних наук,
старший викладач кафедри фізичного виховання
Донецького національного медичного університету
(м. Кропивницький, Україна) E-mail: belkovato@ukr.net

Малахова Жанна

ORCID 0000-0002-1199-0973

Кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,
завідувач кафедри фізичного виховання
Донецького національного медичного університету
(м. Краматорськ, Україна) E-mail: zhanna.koval.11@gmail.com

Якушевський Валентин

ORCID 0000-0002-8078-7856

Старший викладач кафедри фізичного виховання
Донецького національного медичного університету
(м. Маріуполь, Україна) E-mail: levpraydov@ukr.net

ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА СТУДЕНТІВ МЕДИЧНИХ УНІВЕРСИТЕТІВ – РЕАЛІЇ СЬОГОДЕННЯ

У статті розглянуто сучасний підхід до професійно-прикладної підготовки студентів медичних закладів освіти за допомогою дистанційного навчання в умовах пандемії. Визначається місце фізичного виховання у системі вищої професійної освіти. Розкрито значення та уточнено структуру професійно-прикладної фізичної підготовки студентів медичних університетів для успішного навчання та праці. Проаналізовано наукові джерела з метою виявлення спрямованості професійно-прикладної фізичної підготовки студента медичного закладу. Доведено, що дієвий підхід студентів-медиків до фізкультурно-оздоровчій діяльності – необхідна умова гармонійного розвитку особистості, що набуває якості цілеспрямованого впливу на них згідно потреб для успішного виконання ними професійних функцій.

Метою даної статті є з'ясування особливостей професійно-прикладної підготовки студентів медичних закладів освіти в контексті сьогодення та визначення основних напрямів її вирішення в умовах дистанційного навчання.

Використана **методологія** гуманістичного, теоретичного та системного підходів. **Наукова новизна** полягає у впровадженні онлайн занять фізкультурно-оздоровчого напрямку, що сприятиме ефективності самостійної діяльності та позитивно впливатиме на професійно-прикладну підготовку і фізичний розвиток студентів очного навчання, які перейшли на дистанційну форму освіти.

Висновки. Отже, важливу роль у формуванні гармонійної особистості майбутнього фахівця, його професійних здібностей відіграє фізичне виховання, а саме професійно-прикладна фізична підготовка, яка повною мірою сприяє створенню необхідного рівня професійно важливих якостей, умінь і навичок, що спонукає до самовдосконалення.

Ключові слова: студент-медик, рухова активність, фізичне виховання, професійно-прикладна фізична підготовка, дистанційне навчання.

Постановка проблеми. Соціально-економічні трансформації українського суспільства супроводжуються складними процесами внаслідок змін у всіх сферах життєдіяльності нашої держави, що викликані пандемією COVID-19. Не винятком є сфера фізичної культури і спорту, в якій перспективною проблемою, на наш погляд, видається проблема професійно-прикладної фізичної підготовки студентів медичних закладів освіти.

Радикальні перемини зумовлюють на необхідність підвищення якості підготовки майбутніх медичних працівників. Значимості набуває формування особистого здоров'я у студентів саме вищих медичних закладів, оскільки майбутні медичні працівники у вищих здобувають одну з найскладніших та найбільш ринкових професій [10, 5].

Висока професійна працездатність працівника медичної галузі залежить від рівня його фізичного, психічного та соціального здоров'я, оскільки він має пропагувати здоровий спосіб життя на власному прикладі, брати активну участь у санітарно-просвітницькій роботі. Рухова активність – невід'ємна частина способу життя і поведінки, і тісно пов'язана з процесом організації фізичного виховання [6, 3].

Потребує реорганізації, вдосконалення та популяризації професійно-прикладна фізична підготовка фахівців як дуже важливий компонент фізичного виховання у закладі вищої освіти.

Зміст професійної підготовки фахівців медичного профілю визначається ґрунтовними знаннями та вміннями застосовувати їх в практичній діяльності, добре розвиненими значущими особистісними якостями та достатнім рівнем сформованості особистого здоров'я.

Адже процеси формування високого професійного рівня конкурентоспроможних фахівців різних спеціальностей медичної галузі набувають все більшої значущості й актуальності.

Аналіз основних досліджень і публікацій. На думку багатьох науковців, що актуальність професійно-прикладної фізичної підготовки студентів медичних університетів обумовлюється темпами розвитку галузі, в якій працюватиме представник медичної професії, великою часткою особистого фактору у забезпеченні ефективності діяльності за фахом, високими вимогами до їх фізичної та психофізичної підготовленості [1, 5].

Варто зазначити, що головне значення у професійній підготовці належить фізичному вихованню, яке забезпечує високу працездатність і творче довголіття майбутніх медичних фахівців, можливість професійно працювати без психологічних витрат, розширює діапазон соціальної активності медика [4, 4].

Необхідність впровадження професійно-прикладної фізичної підготовки сьогодні є об'єктом посиленої уваги з боку вітчизняних вчених М. Віленського, К. Габріеляна, В. Ілїніч, О. Коломійцева, О. Петришина Л. Пилипей. Вони вважають, що принцип органічного зв'язку фізичного виховання з практичною трудовою діяльністю найбільш конкретно відбувається в процесі професійно-прикладної фізичної підготовки [9, 193].

На думку науковців: М. Віленського, Б. Загорського, В. Ілїніча, С. Канішевського, Г. Нікіфорова, С. Полієвського, Р. Раєвського – професійна підготовка студентів у закладах вищої освіти має здійснюватися через професійно спрямовану фізичну підготовку. Фізична підготовка має на меті не лише формувати фізичну підготовленість, а й компенсувати негативні наслідки фахової діяльності, покращити стан особистого здоров'я та працездатність студентів, підвищити їх адаптаційні резерви систем організму – і тим самим збільшити продуктивність їхньої професійної діяльності [3, 401].

Таким чином, перспективним кроком у вирішенні цієї проблеми є пошук нових напрямів покращення якості процесу професійно-прикладної фізичної підготовки на основі новітніх технологій залишається значущим для теорії і методики фізичного виховання студентської молоді.

Особливо зараз, в умовах пандемії COVID-19, різко зросла потреба у фізкультурно-оздоровчій діяльності – необхідній умові формування гармонійно розвинутої особистості, що набуває якості цілеспрямованого впливу на конкретну людину згідно її потреб.

Метою даної статті є з'ясування особливостей професійно-прикладної підготовки студентів медичних закладів освіти в контексті сьогодення та визначення основних напрямів її вирішення в умовах дистанційного навчання.

Методи дослідження. Для вирішення педагогічної проблеми професійно-прикладної підготовки студентів медичних закладів освіти в умовах дистанційного навчання використовувались взаємопов'язані такі методи: теоретичні (вивчення, аналіз, а також синтез, узагальнення та порівняння); педагогічні методи; матеріали мережі Інтернет. Використана методологія гуманістичного, теоретичного та системного підходів.

Наукова новизна полягає у впровадженні онлайн занять фізкультурно-оздоровчого напрямку, що сприятиме ефективності самостійної діяльності та позитивно впливатиме на професійно-прикладну підготовку і фізичний розвиток студентів очного навчання, які перейшли на дистанційну форму освіти.

Результати дослідження. Проаналізувавши навчально-методичну літературу з проблеми професійно-прикладної фізичної підготовки, зазначимо, що фізичне виховання у закладі вищої освіти є невід'ємною частиною формування загальної і професійної культури особистості сучасного фахівця [2, 101].

Професійна спрямованість фізичного виховання у закладі вищої освіти реалізується в спеціальному розділі – професійно-прикладної фізичної підготовки, що спрямована на розвиток і підтримання на оптимальному рівні професійно важливих психічних і фізичних якостей, а також формування прикладних рухових умінь та навичок студента медичного університету [5, 6].

В Україні пандемія COVID-19 докорінно змінила життя кожного з нас та особливо вплинула на студентську молоддь, змусивши пристосовуватись до нових умов надання освітніх послуг. Проблеми здоров'я і здорового способу життя молоді – вийшли на перший план.

Медичні заклади вищої освіти вирішують проблему завдяки оновленню відповідних педагогічних технологій, форм, засобів, змісту і методики навчання професійно спрямованої фізичної підготовки студентів. В освітній діяльності важливим є те, наскільки самостійним є студент у засвоєнні знань, формуванні умінь і навичок, які конче необхідні для удосконалення процесу фізичного самовиховання і самовдосконалення. Самоосвіта є основою саморозвитку студента і його професійного самовдосконалення [8, 13].

Самостійність – показник активності особистості та її здібностей до пізнавальної діяльності. Дистанційна форма навчання передбачає не лише постійну самоосвіту та роботу з засвоєнням знань, а і постійний контакт як із викладачами, так і з іншими студентами [11].

Підставою для визначення наступних шляхів удосконалення фізичної підготовки студентів під час дистанційної форми навчання пропонуємо вважати: надання можливості студентам вибирати види спорту та фізкультурно-оздоровчі системи для підвищення рівня фізичної підготовленості за власним бажанням; створення сприятливих умов для самостійних занять студентів у бажаний час та за особистим розпорядком дня, забезпечення студентів обсягом знань, необхідних для самостійного планування занять фізичними вправами під час індивідуальних консультацій та особистого щоденника саморозвитку [7, 4].

На нашу думку, раціональне впровадження доступних та ефективних онлайн занять фізкультурно-оздоровчого напрямку з фізичного виховання зі студентами медичних закладів вищої освіти сприятиме зміцненню особистого здоров'я, підвищенню адаптаційних можливостей та працездатності, корекції тілобудови, а також ефективності самостійної діяльності та позитивно впливатиме на професійно-прикладну підготовку.

Для реалізації цього необхідно було довести студентам медичних вишів соціальну роль оздоровчого фітнесу в розвитку гармонійної особистості, забезпечити пізнання науково-біологічних та практичних основ фітнес-технологій та здорового способу життя, сформувати у них мотиваційно-ціннісне ставлення до оздоровчого фітнесу, сприяти фізичному вдосконаленню та сформувати потребу в систематичних заняттях з фізичного виховання.

Доцільно для розвитку професійно важливих психічних і фізичних якостей, а також формування прикладних рухових умінь та навичок студента медичного університету ми застосовували вправи на швидкість, силу, загальну швидкісну і силову витривалість, координацію рухів та ін.

Інноваційність запровадження онлайн занять дозволила запровадити в освітній процес з фізичного виховання студентів медичних університетів оздоровчий фітнес, а також дозволила студентам-медикам оволодіти системою практичних вмінь і навичок, які забезпечують збереження й зміцнення їхнього особистого здоров'я, розвиток та вдосконалення психофізіологічних здібностей, загальної і професійно-прикладної фізичної підготовленості, яка визначає готовність до майбутньої професійної діяльності.

Впровадження та експериментальна перевірка дієвого впливу фізкультурно-оздоровчих онлайн занять надала можливість простежити динаміку змін в показниках фізичної підготовленості: спритність покращилась на 5 %, швидкість – на 6,1 %, сила – на 13,1 %, гнучкість – на 60,2 %, координація рухів – на 3,2 %, а витривалість відповідно – на 2,0 %. Загалом приріст результатів фізичної підготовленості у студентів покращився на 55 %. Це є підтвердженням ефективності онлайн занять оздоровчим фітнесом з пріоритетним розвитком «провідних» фізичних якостей, що в свою чергу внесло позитивні корективи у показники ваго-ростового індексу (Кетле), який покращився на 1,6 % і про покращення в показниках рухової активності студентів в умовах дистанційного навчання.

Результати впровадження онлайн занять фізкультурно-оздоровчого напрямку свідчать про їх ефективність, оскільки відбулося домінуюче поліпшення показників за критеріями їх особистого здоров'я: мотиваційним, когнітивним, діяльнісним та рефлексивним.

З'ясувалося, що в умовах дистанційного навчання студенти медичних університетів після онлайн занять впровадили у свій добовий режим ранкову гімнастику, прогулянки на свіжому повітрі, самостійні та спеціально організовані заняття фізичними вправами.

Висновки з дослідження і перспективи подальших наукових досліджень. 1. Отже, формування здорового способу життя студентів медичних університетів ґрунтується на необхідності введення профілактично-оздоровчих програм, що дає підстави стверджувати про позитивні зміни в показниках рухової активності студентів в умовах дистанційного навчання.

2. Дієвий підхід студентів-медиків до фізкультурно-оздоровчої діяльності є необхідною умовою гармонійного розвитку особистості, яка набуває якості цілеспрямованого впливу на них відповідно до потреб успішного виконання ними професійних функцій.

3. Важливе значення для формування гармонійної особистості майбутнього спеціаліста, його професійних здібностей має фізичне виховання, а саме професійно-прикладна фізична підготовка, яка повною мірою сприяє створенню необхідного рівня професійно важливих якостей, умінь і навичок, що спонукають до самовдосконалення.

Перспективи подальших наукових досліджень спрямовані на пошук нових інноваційних засобів фізичного виховання в процесі професійно-прикладної фізичної підготовки студентів.

References

1. Апанасенко Г. Л., Попова Л. А. Медицинская валеология. Ростов н/Д: Феникс, 2000. 248 с.
Apanasenko, G. L., Popova, L. A. (2000). *Meditsinskaya valeologiya [Medical valeology]*. Rostov n/D, Russia : Feniks. [in Russian].
2. Белкова Т. О. Підготовка студентів вищих медичних закладів до формування особистого здоров'я засобами фізичної культури : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Центральноукраїнський державний педагогічний університет, Кропивницький, 2018. 316 с.
Belkova, T. O. (2018). *Pidhotovka studentiv vyshchikh medychnykh zakladiv do formuvannya osobystoho zdorov'ya zasobamy fizychnoyi kul'tury [Training of medical students by laying down to form a special health by means of physical culture]*. *Candidate's thesis*. Central Ukrainian State Pedagogical University, Kropyvnytskyi [in Ukrainian].

3. Борейко Н. Ю. Алгоритм системної професійно-прикладної фізичної підготовки студента технічного ВНЗ в особистій концепції здоров'я. *Актуальные проблемы физического воспитания и спорта, здорового образа жизни и профессионально-прикладной физической подготовки* : Материалы междунар. электронной науч.-практ. конф.: зб. наук. праць : /за ред. В. В. Букаев. Одеса, 2013. С. 400–404.
Boreyko, N. Yu. (2013). Alhorytm systemnoyi profesiyno-prykladnoyi fizychnoyi pidhotovky studenta tekhnichnoho VNZ v osobystiy kontseptsiyi zdorov'ya u professyonal'no-prykladnoy fizycheskoy podhotovky [Algorithm of system professional-applied physical training of a student of technical university in personal concept of health]. *Aktual'nye problemy fizycheskoho vospytannya u sporta, zdorovoho obraza professional and applied physical training, Materyaly mezhdunar. élektronnoy nauch.-prakt. konf.: zb. nauk. prats – Actual problems of physical education and sports, a healthy way of life and professionally-applied physical training: Materials international. electronic scientific practice conference: coll. science. works, Materials international. electronic scientific practice conference : coll. science. works*: / ed. V.V. Bukaeв [in Ukrainian].
4. Виленский М. Я., Сафин Р. С. Профессиональная направленность физического воспитания студентов педагогических специальностей. Текст : Учеб. пос. Москва: Высшая школа, 1989. С. 33–36.
Vilensky, M. Ya., and Safin, P. S. (1989). Professional'naya napravlennost' fizicheskogo vospitaniya studentov pedagogicheskikh spetsial'nostey [Professional orientation of physical education of students of pedagogical specialties]. Text : Proc. pos. Moscow, Russia : Higher school [in Russian].
5. Єфремова А. Я. Професійно-прикладна фізична підготовка в системі фізичного виховання вищих навчальних закладів залізничного профілю : Навч. посібник. Харків : УкрДУЗТ, 2018. 164 с.
Efremova, A. Ya. (2018). Profesiyno-prykladna fizychna pidhotovka v systemi fizychnoho vykhovannya vyshchychkh navchal'nykh zakladiv zaliznychnoho profilyu : Navchalnyi posibnyk [Vocational and applied physical training in the system of physical education of higher educational institutions of railway profile : Textbook manual]. Kharkiv, Ukraina: UkrDUZT [in Ukrainian].
6. Круцевич Т. Ю., Воробйов М. І., Безверхня Г. В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків та молоді : навч. посіб. Київ : Олімпійська література, 2011. 224 с.
Krutsevich, T. Yu., Vorobyov, M. I., and Bezverkhnya, G. V. (2011). Kontrol u fizychnomu vykhovanni ditey, pidlitkiv ta molod : Navchalnyi posibnyk [Control in physical education of children, adolescents and youth : Textbook manual]. Kyiv, Ukraina : Olympic Literature [in Ukrainian].
7. Малахова Ж. В., Круцевич Т. Ю., Сокрут В. М. Самостійні заняття з фізичного виховання для студентів вищих медичних закладів при дистанційному навчанні. Фізичне виховання : навчальний посібник. Лиман, 2020. 72 с.
Malakhova, Zh. V., Krutsevich, T. Yu., and Sokrut, V. M. (2020). Samostiyni zanyattya z fizychnoho vykhovannya dlya studentiv vyshchychkh medychnykh zakladiv pry dystantsiynomu navchanni. Fizychno vykhovannya : navchal'nyy posibnyk. [Independent physical education classes for students of higher medical institutions in distance learning. Physical education: a textbook]. Lyman, Ukraina. [in Ukrainian].
8. Теорія і методика фізичного виховання. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання : підручник для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту : у 2 т. / за ред. Т. Ю. Круцевич. 2-ге вид., переробл. та доп. Київ : НУФВС, вид-во «Олімп. л-ра», 2017. Т. 1. 384 с.
Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannya. Zahalni osnovy teorii i metodyky fizychnoho vykhovannya : pidruchnyk dlya stud. vyshch. navch. zakl. fiz. vykhovannya i sportu : u 2 t. [Theory and methodology of physical education: a textbook for students. higher. teach. closed Phys. education and sports] : 2 toms / za red. T. Yu. Krutsevich. 2-he vyd., pererobl. ta dop. Kyiv, Ukraina : NUFVS, vyd-vo «Olimp. l-ra», 2017. Vol.1. Lyman [in Ukrainian].
9. Петришин О. В. Формування професійно-прикладної фізичної підготовки студентів-медиків засобами спортивно-ігрових технологій. *Психологічні, педагогічні та медико-біологічні аспекти фізичного виховання і спорту* : матеріали VI Міжнар. заочн. наук.-практ. конф. / за ред. В. В. Букаев. Одеса, 2015. С. 192–197.
Petryshyn, O. V. (2015). Formuvannya profesiyno-prykladnoyi fizychnoyi pidhotovky studentiv-medykiv zasobamy sportyvno-ihrovykh tekhnolohiy. *Psykhologichni, pedahohichni ta medyko-biolohichni aspekty fizychnoho vykhovannya i sportu, materialy VI Mizhnar. zaochn. nauk.-prakt. konf.* [Algorithm of system professional-applied physical training of a student of technical university in personal concept of health] /za red. V. V. Bukaeв. Odessa, Ukraina. [in Ukrainian].
10. Шиян Б. М., Вацеба О. М. Теорія і методика наукових педагогічних досліджень у фізичному вихованні і спорті : навч. посіб. Тернопіль : Навч. книга – Богдан, 2010. 276 с.
Shiyan, B. M., and Vatsaba, O. M. (2010). Teoriya i metodyka naukovykh pedahohichnykh doslidzhen' u fizychnomu vykhovanni i sporti : navch. posib. [Theory and methods of scientific pedagogical research in physical education and sports: textbook. way]. Ternopil, Ukraina : Textbook. book – Bogdan [in Ukrainian].
11. Що таке дистанційна освіта: як вона працює? Веб-сайт. URL : <http://www.vsemisto.info/osvita/2355-sho-take-vysha-osvita-jakvona-prazjuje> (дата звернення: 19.11.2021).
Shcho take dystantsiyna osvita: yak vona pratsuyuje? [What is distance education: how does it work]. Retrieved from : <http://www.vsemisto.info/osvita/2355-sho-take-vysha-osvita-jakvona-prazjuje>

Belkova T.

ORCID 0000-0001-9357-8941

PhD in Pedagogical Sciences,
Lecturer of the department of Physical Education,
Donetsk National Medical University
(Kropyvnytskyi, Ukraine) E-mail: belkovato@ukr.net

Malakhova Zh.

ORCID 0000-0002-1199-0973

PhD in Physical Education and Sport, Associate Professor,
Chair of Department of Physical Education,
Donetsk National Medical University
(Kramatorsk, Ukraine) E-mail: zhanna.koval.11@gmail.com

Yakushevsky V.

ORCID 0000-0002-8078-7856

Lecturer of the department of Physical Education,
Donetsk National Medical University
(Mariupol, Ukraine) E-mail: levpraydov@ukr.net

PROFESSIONAL-APPLIED PHYSICAL TRAINING OF MEDICAL UNIVERSITY STUDENTS – REALITIES OF TODAY

The article considers a modern approach to vocational training of students of medical schools through distance learning in a pandemic. The place of physical education in the system of higher professional education is determined. The significance and structure of professional and applied physical training of medical university students for successful study and work are revealed. Scientific sources are analyzed in order to determine the direction of professional and applied physical training of medical students. It is proved that an effective approach of medical students to physical culture and health activities is a necessary condition for the harmonious development of personality, which acquires the quality of purposeful influence on them in accordance with the needs of successful performance of their professional functions.

***The purpose of this article** is to clarify the features of vocational training of students of medical institutions in the context of today and to determine the main directions of its solution in terms of distance learning.*

*The **methodology** of humanistic, theoretical and system approaches is used.*

***Scientific novelty** is in the introduction of online classes in physical culture and health, which contributed to the effectiveness of independent activities and positively affected the learning and physical development of full-time students who switched to distance education.*

***Conclusions.** 1. Thus, the formation of a healthy lifestyle of medical students is based on the need for prevention and health programs, which gives grounds to argue about the positive changes in the indicators of motor activity of students in distance learning. 2. An effective approach of medical students to physical culture and health activities is a necessary condition for the harmonious development of personality, which acquires the quality of purposeful influence on them in accordance with the needs of successful performance of their professional functions. 3. Important for the formation of a harmonious personality of the future specialist, his professional abilities is physical education, namely professional and applied physical training, which fully contributes to the creation of the required level of professionally important qualities, skills and abilities that encourage self-improvement.*

***Keywords:** medical student, motor activity, physical education, professional-applied physical training, distance learning.*

Стаття надійшла до редакції 21.11.2021

Рецензент: доктор медичних наук, професор **О. І. Герасименко**