

РОЛЬ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ДЛЯ ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я ТА ПРОФІЛАКТИКИ ЗАХВОРЮВАНЬ

THE ROLE OF PHYSICAL EDUCATION FOR HEALTH HARDENING AND DISEASE PREVENTION

Рошко Н. С.

Науковий керівник: Шкурба Т. О.

Roshko N. S.

Science advisor: Shkurba T. O.

Комунальний вищий навчальний заклад I рівня акредитації

«Полтавський базовий медичний коледж», м. Полтава

Актуальність теми: В умовах сьогодення відбувається погіршення здоров'я населення внаслідок загострення екологічної ситуації. Багато студентів медичного коледжу мають хронічні захворювання, порушення діяльності систем органів та зниження резистентності організму. Тому заняття фізичною культурою мають важливе значення для профілактики захворювань і покращення здоров'я населення.

Мета роботи: Оцінка фізичного стану студентів, для розробки підходів щодо планування фізичних навантажень для покращення стану здоров'я.

Матеріали та методи досліджень: Бібліографічний, семантичний та дослідження фізичного розвитку.

Роль фізичної культури в життєдіяльності людини винятково багатогранна. Високий рівень особистої фізичної культури насамперед підвищує стійкість організму до різного роду захворювань, істотно впливає на зниження процесів старіння, збільшує професійне та активне довголіття. Доведено, що заняття фізичною культурою значно зменшують тривалість загострення гіпертонічної хвороби, хронічного холециститу, неврозів та інших захворювань, а також сприяють зменшенню кількості випадків повторних захворювань.

Студентами гуртка з основ медсестринства, який працює на базі Полтавської центральної районної лікарні, була проведена науково-дослідницька робота. До участі в експерименті були запрошені 28 студентів: 9 осіб чоловічої та 19 осіб жіночої статі відділень лікувальної та сестринської справи. Учасникам експерименту були запропоновані заняття фізичною культурою. Студенти виконували фізичні вправи протягом 20-30 хвилин. Перед початком тренувань та після завершення студентам проводили такі обстеження: підрахунок частоти пульсу, дихання та вимірювання артеріального тиску. Учасники тренувань займалися активною фізичною культурою протягом 5 місяців з вересня 2018 по січень 2019 рр.

Результати досліджень: Перед початком досліджень показники частоти пульсу були підвищені у трьох осіб жіночої статі, і трьох осіб чоловічої статі, а після виконання фізичних вправ ці показники покращились і стали в межах фізіологічної норми.

Показники частоти дихання перед початком досліджень були підвищені у чотирьох осіб жіночої статі, а після виконання фізичних вправ показники частоти дихання покращились і стали в межах фізіологічної норми.

Показники артеріального тиску були понижені у двох осіб жіночої статі, а після виконання фізичних вправ покращились і стали в межах норми.

Висновки: Враховуючи погіршення рівня здоров'я студентської молоді в даний час, стає актуальною проблема регулярного контролю за рівнем функціонального стану організму, причому контроль повинен бути оперативним, а погіршення стану здоров'я може бути усунене при систематичному виконанні фізичних вправ. Заняття фізичною культурою позитивно впливають на стан серцево-судинної та дихальної систем, сприяють зміцненню здоров'я, підвищенню імунітету та резистентності організму. Проведена науково-дослідницька робота може бути використана для формування здорового способу життя серед студентів навчальних закладів міста.

ВПЛИВ ІСТОРІЇ НА ФОРМУВАННЯ СВІТОГЛЯДУ МАЙБУТНЬОГО ЛІКАРЯ

THE INFLUENCE OF HISTORY FOR THE WORLD VIEWS FORMATION OF THE FUTURE DOCTOR

Свирида О. С., Марченко П. С.

Науковий керівник: к. пед. н. Товстяк М. М.

Svyryda O. S., Marchenko P. S.

Science advisor: Tovstiyak M. M., PhD

Українська медична стоматологічна академія, м. Полтава

Кафедра соціальної медицини, організації та економіки охорони здоров'я з біостатистикою

Вступ: Вивченням стану здоров'я населення та організації охорони здоров'я займається така наука, як соціальна медицина. Соціальна медицина – відносно молода наука. Майбутні лікарі при вивченні дисциплін кафедри набувають теоретичних знань і практичних навичок, необхідних для майбутньої професії, формується світогляд лікаря як особистості і фахівця в системі вищої медичної освіти та практичної діяльності в сучасних соціокультурних умовах.

Метою: даної роботи є дослідження історії розвитку кафедри та її впливу на формування сучасного мислення студентів, майбутніх лікарів на різних етапах розвитку суспільства, аналіз світогляду сучасного лікаря, пошук ефективних шляхів його формування в освітньому аспекті, в основному, в системі вищої медичної освіти.

Методи дослідження: історичний, дидактичний, описовий.