**Міністерство освіти і науки України Міністерство охорони здоров’я України Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка Київський національний університет імені Тараса Шевченка**

**Національний медичний університет імені О.О. Богомольця Вищий державний навчальний заклад України «Українська медична стоматологічна академія»**

**Pharmaceutical Company’s**

**World Medicine (Great Britain,**

**Georgia, Moldova, Belarus)**

**МАТЕРІАЛИ**

**Міжнародної науково-практичної конференції**

**АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ**

**МЕДИЦИНИ І БІОЛОГІЇ**

(з 30.05. до 1.06.2017 року)

**Полтава-2017**

**ВИЗНАЧЕННЯ РІВНЯ СОМАТИЧНОГО ЗДОРОВ’Я СЕРЕД**

**СТУДЕНТІВ-МЕДИКІВ.**

*Лукавенко О.Г., Пітель А.В. Харківський національний медичний університет.*

Студенти вищих навчальних закладів медичного профілю — це найбільш уразливий контингент серед учнівський молоді тому, що майбу-тні медики повинні освоїти великий обсяг знань з природничих, медич-них та інших наук.

Це змушує студентів багато часу витрачати на навчальну діяль-ність, працювати, сидячи в бібліотеці чи за комп’ютером.

Реальний обсяг фізичної активності студентів не відповідає біоло-гічним нормам, необхідним для повноцінного розвитку молодого організ-му, що, насамперед, пояснюється збільшенням витрат часу на навчальну діяльність у період навчання в університеті.

На базі кафедри фізичної реабілітації та спортивної медицини з курсом фізичного виховання та здоров’я ХНМУ, у рамках науково дослід-

86

ної роботи за темою «Дослідження рівня соматичного здоров’я та оптимі-зація професійної підготовки студентів-медиків засобами фізичного вихо-вання та спорту» було з’ясування рівня соматичного здоров’я студентів-медиків 1-4 курсу та виявлення слабких ланок у функціональному стані організму студентів задля оптимізації професіонально-прикладної підго-товки засобами фізичного виховання та спорту.

Оцінка відношення студентів до свого здоров’я і до занять фізич-ним вихованням в університеті проводилася за допомогою анкети, розро-бленої на кафедрі

В рамках дослідження було опитано 40 студентів 1-2-го курсів та 100 — 4-го курсу. Проведено анкетування студентів 1-2 курсу з визна-ченням їх рівня загальної рухової активності (160 студентів) та їхнього суб’єктивного відношення до фізичного виховання та здорового способу життя (139 студентів).

Під час всіх обстежень та анкетувань піддослідних було проінфор-мовано про мету та завдання дослідження та отримана інформована згода.

Отримані дані було статистично оброблено за допомогою програми

„Excel”.

Анкетування показало, що 27% студентів проводять за комп'юте-ром менш 5 годин на тиждень, 39% студентів — 5-15 годин на тиждень, 21% — 15-30 годин на тиждень і 12% — 30 і більше годин у тиждень. 43% студентів помічають тривожні симптоми після роботи за комп'юте-ром -втому, сонливість, порушення зору, болі в спині.

Таким чином, незважаючи на те, що більша частина студентів оці-нюють своє здоров'я як гарне та задовільне, виявлено, що 40-45% сту-дентів не бажають займатися фізичним вихованням в університеті тому, що воліють витратити цей час на що-небудь більш важливе з їхнього погляду (навчання, робота, спілкування із друзями). Це означає, що 40-45% студентів медичного університету не усвідомлюють важливість фізи-чного виховання й активності для збереження та зміцнення здоров'я.

Враховуючи проведені дослідження, постає питання «Яким чином заохочувати студентів до ведення здорового способу життя»В ході про-ведення дослідження та вивчення літературних джерел, ми звернули увагу на пошуки педагогічних технологій, націлених на підвищення мо-тивації студентів до ведення здорового способу життя. З’ясували, що принципи формування здорового способу життя повинні мати професій-но-прикладну спрямованість, а фізичне виховання сприятиме формуван-ню здорового способу життя лише тоді, коли базуватиметься на таких основних принципах, як безперервність процесу навчання, запрова-дження нових технологій навчання, отримання задоволення студентами від виконання фізичних вправ, адекватне оцінювання та з урахуванням, що кінцева мета навчання заклечається в умінні використовувати в май-бутньому систему набутих знань і навичок.

87