



Харківський національний медичний університет

Кафедра фізичного виховання та здоров'я

**III Науково-практична заочна конференція
з міжнародною участю
«Фізична активність і якість життя
ЛЮДИНИ»**

*присвячена пам'яті Володимира Абрамовича Бляха,
засновника та першого завідувача кафедри фізичної
культури в Харківському медичному інституті
(1928-1936 рр.)*

06 травня 2022 року



2022 рік

**Харківський національний медичний університет
Харківський національний педагогічний університет
імені Г.С. Сковороди
Харківський національний економічний університет імені
Семена Кузнеця
Харківська державна академія культури
Національний аерокосмічний університет ім. М.Є.
Жуковського
«Харківський авіаційний інститут»
Харківська державна академія фізичної культури**

«Фізична активність і якість життя ЛЮДИНИ»

**Матеріали III Науково-практичної заочної конференції з
міжнародною участю
(06 травня 2022 року, Харків)**

2022 рік

Чувальська Д. Д.	103
Зміцнення після інсульту	
Штикер А. С.	105
Комплексна фізична реабілітація жінок молодого віку при гіпертонічній хвороби і стадії на поліклінічному етапі	
Несміян К. А.	113
Мінеральні води в реабілітації внутрішніх хвороб і повсякденному житті	
Штикер А. С.	117
Панічні атаки: що це таке і що робити	
Войлокова Г.О., Скиданенко Є. В.	119
Переваги та шкода для здоров'я від занять бігом при різних захворюваннях, таких як захворювання серцево-судинної системи, ожирінні, остеоартриті та заміненому кульшовому суглобі	
Титова В.	122
Підвищення ефективності адаптації студентів медиків до навчального процесу засобами фізичної культури і спорту	
Черкашина М. В.	128
Плавання як метод реабілітації захворювань дихальної системи	
Саджа Тхііб	132
Показники розвитку координаційних здібностей в іноземних студентів-медиків	

Саджа Тхііб
**ПОКАЗНИКИ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ
ЗДІБНОСТЕЙ**

В ІНОЗЕМНИХ СТУДЕНТІВ-МЕДИКІВ

Здобувач вищої освіти 2 курсу, 15 групи, 7 медичного
факультету

E-mail: sthiib.7f20@knmu.edu.ua

Кафедра фізичного виховання та здоров'я
Харківський національний медичний університет

Наукові керівники: старші викладачки

Лобаньова Ольга Володимирівна

E-mail: ov.lobanova@knmu.edu.ua

Ленська Ольга Вячеславівна

E-mail: ov.lenska@knmu.edu.ua

Професія лікаря передбачає всебічно розвинену особистість, як фізично так і духовно, здатну активно діяти в умовах глобальної кризи та катастроф. Це передбачає переорієнтацію цілей та задач які стоять перед фізичним вихованням студентів-медиків з упором на роль цього предмета, тому що для медика на перший план висувається потреба прийняття відповідальності не лише за свою долю, а й за долю багатьох людей.

Для вирішення складних завдань майбутньому студенту-медику необхідно мати добре розвинені рухові здібності. Одне із центральних місць рухової активності займає спритність. Вона має найрізноманітніші зв'язки й з іншими фізичними якостями, тісно пов'язані з руховими навичками і тому має найбільш комплексний характер.

Спритність - складний психофізичний комплекс, що включає в себе уміння розподіляти і концентрувати увагу,

здатність швидко орієнтуватися, оперативно мислити, спрямовувати вольові зусилля на управління емоціями та виконувати складно-координаційні дії.

Основними параметрами для вимірювання спритності є координаційна складність рухів і рухових дій.

Замість існуючого основного терміна «спритність», який дуже багатозначний і нечіткий, в теорію та практику ввели термін «координаційні здібності» (КЗ) і стали говорити про систему таких здібностей, та необхідність диференційованого підходу до їх розвитку.

Спритна людина досить швидко опановує нові рухи і здатна до їх швидкої перебудови. Залежить спритність від діяльності аналізаторів і передусім рухового. Координаційні здібності багато в чому визначають успішність майбутнього лікаря. Від рівня розвитку, отже можливості швидко і оперативно приймати рішення, пов'язані з професійною діяльністю, залежить остаточний результат, тобто здоров'я та навіть часто і життя пацієнта.

У зв'язку з інтеграцією України в міжнародний освітній простір збільшилась і кількість студентів-іноземців, які бажають здобути професію медика. В основному це студенти з Африки, Близького Сходу, Середньої Азії та Азії.

Під час проведення занять із цією категорією студентів, першого року навчання, було встановлено, що деякі вправи на спритність та координацію, що виконуються в підготовчій частині заняття, викликають у них труднощі.

Всі запропоновані вправи містять у собі координаційні та складно-координаційні рухи. Студентам було важко усвідомити техніку виконання, що говорить про недостатній

розвиток спритності, оперативного мислення та інших психофізичних та психоемоційних якостей, необхідних для успішного оволодіння професією лікаря.

Виділивши групу піддослідних, було проведено тестування з метою визначення рівня координаційних здібностей іноземних студентів-медиків та подальшої розробки методики її вдосконалення.

У групи увійшло 30 осіб з Індії та 30 осіб, представників Близького Сходу. За результатами першого тесту, в якому студентам необхідно було виконати біг схресним кроком лівим (правим) боком, на відстань 18 м (оцінка – «виконано», «не виконано»), найкращий результат показали студенти з країн Близького Сходу (таблиця 1).

Таблиця 1

Регіон	Виконано		Не виконано	
	Кількість студентів	%	Кількість студентів	%
Близький Схід	21	70	9	30
Індія	17	56,6	13	43,4

Другим тестом була вправа:

Вихідне становище – основна стійка.

На раз - ліва рука вбік; два – права рука вбік; три - ліва рука вгору; чотири - права рука вгору; п'ять – ліва рука вперед; шість – права рука вперед; сім – ліва рука вниз; вісім – права рука вниз (вправа виконується зі збільшенням темпу максимального). Результати наведені нижче (табл. 2)

Таблиця 2

Реґіон	Виконано		Не виконано	
	Кількість студентів	%	Кількість студентів	%
Близький Схід	14	46,6	16	53,4
Індія	8	26,6	22	73,4

Третім тестом було: підкидання волейбольного м'яча вгору з хлопком за спиною (10 і більше разів поспіль – «відмінно»; 7 і більше разів поспіль – «добре»; 5 разів і більше – «задовільно»; 2 і більше – «незадовільно»). (Таблиця 3).

Таблиця 3

Реґіон	Оцінка							
	5	%	4	%	3	%	2	%
Близький Схід	7	23,3	9	30	9	30	5	16,7
Індія	0	-	7	23,4	13	43,3	10	33,3

Таким чином, результати виявили низький рівень координаційних здібностей іноземних студентів-медиків. Особливо гострою виявилась проблема у студентів з Індії. Такі показники суттєво впливають на подальше формування студента-медика як професіонала. Усне опитування показало, що дана група студентів досить мало, а часто і взагалі не

приділяла уваги розвитку координаційних здібностей. Вони не відвідували заняття з фізичного виховання, не займалися у спортивних секціях, через соціальний статус та віросповідання. Тому викладачами був створений комкомплекс вправ, з урахуванням етнічних особливостей студентів-медиків, ефективність якого наступний етап досліджень.

Використана література:

1. Королинская С. В. Некоторые проблемы адаптации иностранных студентов английского отделения НФаУ / С. В. Королинская // Физическое воспитание студентов. –2011. – № 4. –С. 48 –51.
2. Казмірчук Ігор. Фізична культура як організаційно-виховний фактор адаптації іноземних студентів у вищих навчальних закладах України / Актуальні питання організації навчання іноземних студентів у європейському освітньому просторі: матеріали міжнародної науково-методичної конференція (Тернопіль, 13-16 травня 2014 р.) – Тернопіль: Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, 2014. – С.181-184.