

УДК 378.013

ВИКОРИСТАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ЛІКАРІВ

В.Л. Назарук Л.В. Новакова

ДВНЗ Тернопільський державний медичний університет імені І. Я. Горбачевського

viktor_nazaruk@ukr.net

Вступ. Для реалізації основних професійних функцій крім фундаментальної медичної підготовки майбутньому лікарю необхідний достатній рівень здоров'я.

Мета дослідження полягає у висвітленні нових здоров'язбережувальних технологій, які ефективно можна застосувати у процесі фізичного виховання.

Виклад основного матеріалу. Ураховуючи значний інтерес з боку науковців та актуальність проблеми, у нашому дослідженні активно використовувалася *технологія проведення занять з фізичного виховання в природних умовах*. Загальновідомо, що сучасні студенти незначну частину свого вільного від навчання часу перебувають на свіжому повітрі. Це негативно відбивається на їхньому здоров'ї, що призводить до стресових ситуацій і депресій. Тому для покращення здоров'я майбутніх лікарів вважаємо за доцільне значну частину занять з фізичного виховання проводити на свіжому повітрі в природних умовах. Адже, як свідчить практика, заняття просто неба серед зелених насаджень і мальовничих пейзажів сприяють підвищенню емоційного тону та загартуванню організму, зміцнюють здоров'я та реалізують потребу майбутніх лікарів у спілкуванні з природою.

Висновки і перспективи досліджень. Зважаючи на актуальність досліджуваної проблеми, слід зазначити, що впровадження новітніх здоров'язберігаючих технологій в процес фізичного виховання майбутніх лікарів сприятиме формуванню у них культури здоров'я. Перспективи подальших досліджень вбачаємо у висвітленні результатів наукової роботи.