

набувають більш практичного, а не тільки теоретичного значення.

Кожне практичне заняття чітко структуроване у відповідності до вимог Болонського процесу.

На першому етапі заняття проводиться контроль початкового рівня знань студентів із застосуванням тестів 1-2 рівня складності.

На основному етапі за участю студентів аналізуються результати початкового тестування; застосовується усне опитування з теоретичних питань, недостатньо висвітлених у тестах; розглядаються тести Крок-1; розв'язуються ситуаційні задачі; виконуються практичні завдання.

На заключному етапі оформляються протоколи практичних робіт і формулюються висновки. За результатами роботи протягом усього заняття студенти отримують об'єктивні оцінки, відповідно до рекомендованих критеріїв.

Організація самостійної роботи на кафедрі мікробіології передбачає такі види діяльності, як підготовка до практичних занять і опрацювання практичних навичок на базі кафедри, використання інформаційного фонду бібліотеки академії та мережі Інтернет, робота у студентському науковому гуртку.

Така організація навчально-методичної роботи значно покращує підготовку студентів до заключного модульного контролю, який проходить у два етапи. Перший етап – проведення тестового контролю і складання практичних навичок, другий – проведення письмового контролю теоретичних знань студентів. Після складання заключного модуля студенти одержують відповідний бал. Зазначена система оцінювання знань стимулює студентів до активної діяльності під час практичних занять, самоосвіти, науково-пошукової роботи, осмисленого застосування одержаних знань у практичній діяльності.

Зазначена організація навчального процесу забезпечує кінцеві цілі вивчення дисципліни «Мікробіологія, вірусологія та імунологія» – закласти основи для вивчення загальної гігієни, епідеміології, патологічної фізіології, патологічної анатомії, імунології та алергології, інфекційних, внутрішніх і дитячих хвороб та інших клінічних дисциплін, що передбачає інтеграцію викладання з цими дисциплінами та формування умінь застосовувати знання з мікробіології, вірусології та імунології в процесі подальшого навчання та у професійній діяльності; закласти основи вчення про фізіологічну роль мікробів в організмі людини та профілактику порушення цих функцій в процесі медикаментозних втручань.

ГРА В ГАНДБОЛ ЯК ЕФЕКТИВНИЙ ЗАСІБ КОМПЕНСАЦІЇ НЕГАТИВНОГО ВПЛИВУ НА ОРГАНІЗМ СТУДЕНТІВ ТРИВАЛОГО ПОЛОЖЕННЯ “СИДЯЧИ”

Рибалко Ю. (Полтава)

Рухова активність людини – один з головних чинників, які визначають рівень її фізичного здоров'я. Рухова активність студентів вищих навчальних закладів є основою належного розвитку їх організму (Г.Л.Апанасенко, 1992). Недостатня рухова активність негативно впливає на функціональний стан здоров'я людини і є причиною виникнення деяких захворювань.

Більшість часу студенти проводять у аудиторіях, сприймаючи і переробляючи великий потік інформації, що в більшості випадків призводить до розвитку втоми, нервово-емоційного напруження, особливо під час екзаменаційної сесії. Це пов'язане з обмеженням рухової активності студентів не тільки під

час навчальних занять, але і в побуті.

Особливо негативно впливає на стан здоров'я студентів тривале положення "сидячи" (у навчальних аудиторіях, бібліотеках та при підготовці до наступних занять).

Встановлено рядом вчених (О.Д. Хомская, А.Г. Хрипкова, Д.В. Колесов), що у працівників розумової праці, що виконували свої обов'язки в положенні «сидячи» протягом тривалого часу, більше всього задіяні м'язи спини, що зазнають статичного навантаження, яке призводить до втомлення ЦНС, зниження тонусу напруження і, відповідно, розтягнення м'язів спини. Крім цього, положення «сидячи» призводить до порушення кровообігу в ділянці тулуба. При тривалих регулярних застоях крові м'язовий шар венозних судин втрачає еластичність, розтягується, що призводить до запалення судин. Також на рух кровообігу впливає дихання – чим інтенсивніше дихання, тим сильніше венозний кровообіг. В положенні «сидячи» дихання поверхневе, це обумовлено позою і незначним навантаженням, що в свою чергу сприяє виникненню застійних явищ. Дана «робоча» поза впливає і на інші органи, провокує розвиток таких хвороб як варикозне розширення вен, холецистит і т.д.

Тривале положення "сидячи" негативно впливає і на функціональний стан організму людини, зменшується працездатність, а отже і ефективність навчальної діяльності. Така поза робить хребет і грудну клітину студентів найменш рухомими частинами тіла, що призводить до зниження гнучкості хребта і до інших функціональних порушень: нервово-психічних розладів, захворювань серцево-судинної системи, послаблення емоційної стійкості, зниження уваги, мислення, пам'яті (Г.В. Фольборт, А.І. Кисельов, Є.І. Борисов, Ф.Я. Верховський). Знижена рухова активність, що проявляється в обмеженні просторових і силових характеристик, негативно відображається як на стані фізіологічних систем організму студентів в цілому, що провокує детренованість організму і негативно відображається на функціональному і фізичному стані їх здоров'я.

Заняття фізичними вправами виявляють позитивний вплив на всі системи організму тих, хто займається. Вони покращують кровообіг, активізують діяльність імунної системи, підвищуючи загальний стан здоров'я, оптимізуючи психічну діяльність людини. Ось чому використання фізичних вправ дозволить значно знизити вплив негативних факторів на здоров'я студентів.

Серед великої кількості засобів фізичного виховання, що використовуються з метою гармонійного і фізичного розвитку сучасної людини одне з ведучих міст займають спортивні ігри. Дуже проста і звична, навіть для початківців, гра в ручний м'яч (гандбол) своєю технікою безпеки: гравці здійснюють переміщення шагом і бігом, передачу м'яча та кидки м'яча один одному, кидки м'яча у ворота руками. Всі ці рухи, знайомі й звичні студентам. Вони активізують діяльність м'язів рук, ніг, тулуба і всього організму.

Гандбол – один з емоційних видів спорту. Високий емоційний настрій гри в ручний м'яч виникає у результаті наявності різноманітних рухів, гостроти ігрових положень, колективного характеру ігрових дій, прямої залежності дій гравця і команди. Це все створює умови для ефективного фізичного виховання, а також для гармонійного та всебічного розвитку особистості, що компенсує негативний вплив на організм студентів тривалого положення "сидячи" у лекційних аудиторіях.

Особливостями гри в гандбол є висока швидкість руху кожного гравця, швидкі і раптові дії з м'ячем, взаємодія між партнерами гри в межах команди, своєчасна реакція на швидко змінні ігрові ситуації.

Тренувальні вправи з елементами гандболу сприяють розвитку в учнів

основних фізичних якостей. Так, сила в ручному м'ячі знаходить своє відображення у швидкості виконання кидків від воротах, при довгих передачах м'яча, в стрибках, в швидкості бігу, здатності змінювати напрямок бігу, стартової швидкості та ін. Для розвитку цієї якості на заняттях фізичної культури слід застосовувати вправи з гантелями та набивними м'ячами, перенесення важких предметів, присідання з навантаженнями, стрибки, перетягування, повзання, вправи на гімнастичних снарядах, із скалкою та ін.

Найважливішою якістю гандболіста є швидкість. Вона залежить не тільки від рухової реакції, але й від швидкості мислення і рівня розвитку морально-волевих якостей. У процесі гри в ручний м'яч виховується спритність, пластичність, витривалість – якості необхідні для всебічного розвитку особистості людини. У гандболі дії гравця підкорені інтересам колективу команди і тим часом вимагають повної самовіддачі. Звідси формування високих моральних якостей: свідомості, активності, дисциплінованості, цілеспрямованості, витримки, самокерування, вміння управляти емоціями. У гравця виховується спритність і уважність у спостереженні, творче уявлення, швидкість мислення.

Таким чином, гра в гандбол компенсує негативний вплив на організм студентів тривалого положення "сидячи".

ВПРОВАДЖЕННЯ БОЛОНСЬКОЇ СИСТЕМИ НАВЧАННЯ У ДНІПРОПЕТРОВСЬКОМУ НАЦІОНАЛЬНОМУ УНІВЕРСИТЕТІ

Рощка О.В. (Дніпропетровськ)

Як і більшість українських ВНЗ, Дніпропетровський національний університет перейшов на Болонську систему навчання. Національний звіт України про впровадження вимог Болонського процесу наголошує: «Україна прагне бути повноправним учасником процесу Європейської інтеграції. Тому модернізація вищої освіти здійснюється відповідно до положень Лісабонської угоди, яку Україна підписала й ратифікувала, закони практично запроваджені у повному обсязі і є обов'язковими для виконання всіма вищими навчальними закладами» [3].

Нова система вимагає підвищення науково-теоретичного і загальнокультурного рівня, психолого-педагогічної підготовки й професійної майстерності педагогів, формування у них готовності до самоосвіти, саморозвитку. Новий зміст освіти, освоєння нових навчальних програм, створення авторських програм, викладання нетрадиційних дисциплін, пошук оригінальних методик викладання – все це поставило викладача на шлях творчої дослідницької роботи. На ефективність педагогічної діяльності суттєво впливає психологічний мікроклімат в колективі. Більшість педагогів ДНУ відзначають готовність колег надати методичну допомогу, сердечність у стосунках, уміння досягати згоди, доброзичливість керівництва. Важкість впровадження нової системи полягає у тому, що країни Європи пристосовували її під власні учбові плани та навчальний процес, а українські викладачі мають повністю перетворити учбовий процес.

Ефективність учбового процесу залежить від методів навчання. Нова система передбачає диференціацію навчання. Диференціація навчання – це множинність та варіативність індивідуальних і колективних підходів до суспільно погоджених цілей загальної освіти. Наш університет перейшов на модульну систему навчання.

Аналіз модулю повинен відповідати наступним вимогам: