

рующихся на выносливость, эти величины бывают более высоки и достигают 2800-2200 кгм/мин [1]. Показатель МПК у студентов составил  $2,6 \pm 0,2$  л/мин, а у девушек –  $2,2 \pm 0,1$  л/мин.

В легкоатлетических дисциплинах девушки показали следующие результаты: 100м они пробегали в среднем за  $17,8 \pm 0,2$  сек., 500м за  $2.15,4 \pm 0,5$  мин., прыгали в длину на  $168,6 \pm 12,0$  см, отжимались от гимнастической скамейки  $25 \pm 1$  раз и выполняли  $35 \pm 2$  упражнений для мышц живота за одну минуту (из исходного положения лежа на спине, руки за головой).

Студенты преодолевали дистанцию 100м в среднем за  $13,9 \pm 0,9$  сек., 1000м -  $4.05,2 \pm 0.12,0$  мин., прыгали в длину на  $244,1 \pm 10,1$  см, подтягивались на перекладине  $13,0 \pm 3$  раз и выполняли  $42,0 \pm 3,0$  упражнения за одну минуту для мышц живота.

Сравнительный анализ данных физической подготовленности студентов первого и третьего курсов, показал, что результаты бега на средние дистанции, как у девушек, так и у юношей на третьем курсе ухудшились, а в силовых упражнениях стали лучше.

Таким образом, для повышения физической работоспособности [3] у студентов старших курсов необходимо на занятиях по физкультуре увеличить количество циклических упражнений, направленных на развитие общей выносливости. Так как они вызывают морфофункциональные изменения системы кровообращения и дыхания, повышают сократительную функцию сердца, улучшают утилизацию миокардом кислорода. Кроме этого, студентам необходимо заниматься самостоятельно, посещать спортивные секции, принимать участие в походах выходного дня и других формах оздоровительной физкультуры [4].

Литература

1. Граевская. Н.Д., Долматова Г.И.. Спортивная медицина: Курс лекций и практические занятия. Учебное пособие. М.: Советский спорт, 2004. -304 с.

2. Коник А.А. Повышение физической работоспособности студентов нефизкультурного вуза на основе оздоровительных занятий с отягощениями: автореферат дис. канд. пед.наук: Московский городской педагогический университет.- Москва, 2013,

3. Соловьёв В.Н. Умственная и физическая работоспособность студентов как

фактор адаптации к учебному процессу/ Успехи современного естествознания. – 2004, № 8, С. 69-72

4. Физическая культура и здоровье: Учебник/ Под ред. В.В.Пономаревой. – М.: ФГОУ «ВУНМИЦ Росздрава», 2006. – 320 с.

### ИМИДЖ ГЛАВНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ СЕСТРЫ

Савункина А.А., Хатхе Р.Р.

*МАОУ ВПО "Краснодарский муниципальный медицинский институт высшего сестринского образования",  
Краснодар, Россия*

Социально-экономические реформы, происходящие в РФ, значительно повысили потребность общества в оказании высококвалифицированной медицинской помощи [8, 9]. Возникла настоятельная необходимость в медицинских сестрах-организаторах, не только владеющих современными методами организации ухода за пациентами, соответствующими мировым стандартам, но также способных решать сложные социально-психологические проблемы. В связи с этим становится все более очевидной необходимость максимальной реализации их творческих способностей и деловых качеств. Однако, эти способности и качества дают наибольший эффект лишь при наличии должного имиджа, то есть того положительного представления, которое в глазах окружающих человек создает о себе сам и которое выступает как внешнее отражение его личностных качеств [1, 5].

Формирование высоких общественных мотивов профессиональной деятельности осуществляется под влиянием отдельных личностей, психологического климата в коллективе, типа взаимоотношений людей и характера организации общественных задач [2]. Познание и взаимное воздействие людей друг на друга являются обязательными элементами любой совместной деятельности. От того, как люди отражают и интерпретируют облик и поведение, а также оценивают друг друга, во многом зависят характер их взаимодействия и результаты, к которым они приходят в конечном итоге. Человек формируется как субъект познания других людей, накапливая и расширяя свой жизненный опыт, овладевая знаниями о природе, обществе, человеке и его сознании.

Бесспорно, в проявлениях личности, отраженных в первом впечатлении, находит выражение ее сущность, но чтобы действительно раскрыть и понять сущность, надо увидеть личность во всех ее главных связях с действительностью, то есть в труде, познании и общении [4]. Образы восприятия, представления и формирующиеся у человека понятия о других людях, концентрируя в себе информацию об этих людях, дают ему возможность действовать по отношению к каждому из них наиболее целесообразно. Хотя знание человеком самого себя всегда обрывается на основе многократных сопоставлений и сравнений себя с другими людьми, оно, возникнув и постоянно развиваясь, в свою очередь влияет на формирование знаний о других людях, на оценку их, на отношение к ним, как составляющие его имидж [1, 3, 6].

Главная медицинская сестра в первую очередь должна быть лидером по природе, а только потом – руководителем по должности. Должность главной медсестры относится к числу высших должностей медицинского учреждения. Чтобы оптимально соответствовать положению руководителя высокого ранга, главной медицинской сестре необходимо обладать определенными психологическими характеристиками. Для настоящего лидера должен быть характерен определенный способ поведения и мышления, который заставляет окружающих подчиняться и соотносить свое поведение с оценкой лидера. Более того, такое качество как харизма свойственно истинным лидерам. Этот дар встречается редко, как и всякий талант, однако потрудиться над своим имиджем может и должен каждый медицинский работник [6, 7].

Имидж начинается с внешнего вида, который имеет огромное значение для руководителя. В круговороте забот важно помнить, что оценке подвергаются не только их труд и его результаты, но и одежда, обувь, аксессуары, макияж, запахи, выражение лица, голос и тональность при ответе на приветствие, стратегия поведения в разных ситуациях. Одежда главной медицинской сестры должна быть безупречно чистой и не может быть дешевой. Для работы вполне уместны деловой костюм со сменными блузками и современный медицинский халат.

Большое значение главная медицинская сестра должна уделять стилю своего общения: интонации и стиль разговора будут

звучать во всех отделениях. Речь руководителя должна быть доступной и понятной, как инструкция к применению: без подтекстов, иносказаний и прочих головоломок. Не менее важная роль отводится различным аспектам поведения руководителя. Большое влияние на окружающих производит осанка: как человек держит спину, голову, руки. Приподнятые плечи, прижатые локти, сжатые кисти, опущенная голова производят гнетущее впечатление. Поза и лицо спокойного и уверенного в себе делового человека с приветливой улыбкой – это униформа идеального руководителя.

Внешние признаки уверенного в себе человека играют положительную роль в укреплении авторитета руководителя. Сотрудникам сложно переоценить такие качества главной медицинской сестры как профессионализм, ум, чувство юмора, доброжелательность, работоспособность, интуиция. Лидер, поддерживая положительный имидж, должен помнить об общечеловеческих ценностях, которые не только декларируются, но и являются основой его собственной жизни. Тогда сохранятся уважение и авторитет со стороны окружающих.

Главная медсестра – это не просто руководитель среднего и младшего медицинского персонала, по сути она – заместитель главного врача по сестринскому делу, ее статус должен быть статусом заместителя руководителя ЛПУ (независимо от названия должности) [1,7]. Во многих зарубежных странах у главной медсестры (директора по сестринскому делу) очень большие полномочия: часть подразделений (не только сестринских) напрямую подчиняются ей. Распределение полномочий проходит не по линии «врач – медсестра», а по функциям. Поэтому часто врачи находятся в подчинении у главной медсестры, и никто из них не воспринимает это как ущемление своих прав [3, 7].

Таким образом, в настоящее время практическому здравоохранению настоятельно необходима главная медицинская сестра, которая является не только хорошим организатором сестринского процесса, но и обладающая высокими морально-психологическими, нравственными качествами, высоким уровнем культуры, умением общаться с людьми в любых обстоятельствах, обеспечивая свой высокий имидж в коллективе и у пациентов.

Литература

1. Аверченко Л. К. Имидж и личностный рост: учеб. пособие. – Новосибирск, 1999.
2. Андриенко Е. В. Социальная психология: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. Заведений / Под ред. В.А. Сластенина. – М.: Издательский центр «Академия», 2000.
3. Баранова В. А. Имидж личности как социально – психологическое явление // Магистр. —1994. - № 2.
4. Беялова М.А. Ценностные ресурсы качества образования. Сборник: Теоретические и прикладные вопросы образования и науки. Сборник научных трудов по материалам Международной научно-практической конференции. Тамбов, 2014.
5. Борисов Ю.Ю. Теория сестринского дела // Учебник для студентов, обучающихся по направлению подготовки 34.03.01 Сестринское дело. - Краснодар. 2014. 128 с.
6. Борисов Ю.Ю., Шкилева Е.Ю. Психолого-педагогические аспекты работы медицинских сестер с соматическими больными пожилого и старческого возраста // Международный журнал экспериментального образования. - 2014. - № 4. - с. 63-64
7. Двойников С.И. Развитие высшего сестринского образования в России.// Главная медицинская сестра". - 2011 г.
8. Рамонова Л.П., Борисов Ю.Ю. Проблемы и перспективы высшего сестринского образования в России // Международный журнал экспериментального образования. – 2014. - № 10. – С. 241-246
9. Программа развития сестринского дела в Российской Федерации на 2010-2020 годы // Принята на III Всероссийском съезде средних медицинских работников. Екатеринбург, 2009. – 22 с.

**К ВОПРОСУ О ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ВУЗА**

Садым К.Б.

*ГБОУ ВПО КубГМУ Минздрава России,  
Краснодар, Россия*

В данной статье анализируются некоторые аспекты педагогической культуры преподавателя высшей школы с учетом реалий современного российского общества.

Сегодня преподаватель высшей школы должен обладать высокой общей и педагогической культурой, быть профессионалом.

Профессионализм человека в любой области во многом зависит от уровня сформированности мастерства. Этот фактор особенно значим в педагогической деятельности. Как писал К.Д. Ушинский: "Всякая практическая деятельность, которая стремится удовлетворить высшие моральные и вообще духовные потребности человека, то есть те потребности, которые принадлежат исключительно человеку и составляют исключительные черты его природы, это уже искусство. В этом смысле педагогика будет, конечно, первым, высшим из искусств, ибо она стремится удовлетворить самую большую из потребностей человека и человечества - их стремление к усовершенствованию в самой человеческой природе: не к выражению совершенства на холсте или в мраморе, а к совершенствованию самой природы человека - ее души и тела; а вечно предшествующий идеал этого искусства есть совершенный человек» [3, с. 162].

Важной составляющей педагогической деятельности является ее гуманистическая направленность. В центре внимания учебно-воспитательного процесса находится студент. Педагог должен проявлять глубокое уважение к его личности, уважать, беречь от негативных воздействий, создавать оптимальные условия для всестороннего развития. Примером здесь может служить педагогическая деятельность талантливого педагога В.А. Сухомлинского, в центре внимания которого всегда находились уважение к воспитанникам и в то же время требовательность к ним [2, с. 338].

Следует чаще обращаться к наследию отечественных педагогов-гуманистов. Недостаток у значительной части преподавателей гуманности в общении с воспитанниками приводит к возникновению конфликтных ситуаций, снижает эффективность педагогического воздействия. Чувство гуманизма - это внутреннее психологическое состояние педагога. Оно проявляется даже в мелочах, например, в форме обращения педагога к своим воспитанникам.

Важным фактором в системе морально-духовных качеств личности преподавателя является уровень сформированности чувства национального достоинства. Это чувство раскрывается, прежде всего, через такие черты как любовь к своему народу, Родине; уважение к Конституции и законам своей страны, государственным символам; совершенное владение государственным языком,