

- знати структуру Міністерства охорони навколишнього природного середовища України та обласних екологічних служб;
- уміти ухвалювати самостійні рішення з розв'язання екологічних проблем та завдань;
- володіти навичками популяризації основних природоохоронних ідей та активно залучати спільноту до вирішення екологічних проблем.

Враховуючи важливість і актуальність сучасної екологічної освіти варто зазначити, що володіння низкою екологічних знань ще не є свідченням екологічної вихованості людини. Екологічне виховання характеризується обов'язковою активною природоохоронною позицією.

Вирішення проблеми підвищення екологічної культури усіх верств населення лежить у площині екологічної освіти, одним з дієвих важелів якої є популяризація екологічних проблем та доступне інформування населення країни щодо можливих шляхів вирішення цих проблем.

Екологічна освіта і виховання формують гармонійну особистість — громадянина, розвиваючи його психоемоційну та інтелектуальну сфери, уміння передбачати наслідки своєї поведінки у природі та суспільстві, здатність логічно мислити і приймати конструктивні рішення щодо збереження довкілля, формувати ставлення до природи як до світу свого буття та майбутнього існування своїх нащадків.

Екологічне виховання та інформування населення, екологічна підготовка кадрів вказані в документах, затверджених на Всесвітньому Самміті в Йоганнесбурзі як засіб здійснення переходу до сталого розвитку у XXI столітті усіх країн світу і є основними засобами збереження довкілля.

МЕДИЧНА І ДОМЕДИЧНА ПІДГОТОВКА ПРАЦІВНИКІВ

Цина А.Ю.

*Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка,
Україна*

До системи центрального органу виконавчої влади, який забезпечує формування та реалізує державну політику у сфері цивільного захисту, входять підпорядковані сили цивільного захисту, навчальні заклади та наукові установи, заклади охорони здоров'я (медичні підрозділи), (далі — органи та підрозділи цивільного захисту). В повноваження місцевих державних адміністрацій, органів місцевого самоврядування у сфері цивільного захисту входить завдання медичного захисту населення, створення медичних формувань Державної служби медицини катастроф, необхідних для надання медичної допомоги та життєзабезпечення населення.

Здійснення заходів медичного захисту населення покладається на сили цивільного захисту (аварійно-рятувальні служби, добровільні формування) відповідно до їх повноважень та обов'язків. Згідно статті 27 Кодексу цивільного захисту України медичний захист населення є однією з основних функцій сил цивільного захисту щодо захисту населення і території від надзвичайних ситуацій [3].

Основним завданням сил цивільного захисту є надання екстреної медичної допомоги постраждалим у районі надзвичайної ситуації і транс-

портування їх до закладів охорони здоров'я. Професійні рятувальні служби є службами, працівники яких працюють за трудовим договором, а рятувальники в ній проходять професійну, спеціальну медичну та психологічну підготовку.

Згідно статті 11 Закону України «Про екстрену медичну допомогу» працівниками системи екстреної медичної допомоги є медичні і немедичні працівники центрів екстреної медичної допомоги та медицини катастроф, станцій екстреної (швидкої) медичної допомоги, бригад екстреної (швидкої) медичної допомоги, відділень екстреної (невідкладної) медичної допомоги, які безпосередньо надають екстрену медичну допомогу та/або забезпечують її надання згідно із цим Законом [1]. Кваліфікаційні та інші вимоги до медичних та інших працівників системи екстреної медичної допомоги визначаються центральним органом виконавчої влади, що забезпечує формування та реалізує державну політику у сфері охорони здоров'я — МОЗ.

Підготовка, перепідготовка та підвищення кваліфікації медичних працівників за державним замовленням для потреб системи екстреної медичної допомоги забезпечується відповідно до закону центральним органом виконавчої влади, що забезпечує формування та реалізує державну політику у сфері охорони здоров'я, спільно з центральним органом виконавчої влади, що забезпечує формування та реалізує державну політику у сфері освіти і науки.

До складу сил цивільного захисту також входять добровільні формування цивільного захисту. Вони складаються з громадян, що виконують завдання з запобігання та ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій які вивчають способи захисту від надзвичайних ситуацій, надають домедичну допомогу.

Законом України «Про екстрену медичну допомогу» визначений список категорій працівників, які повинні пройти навчання і зобов'язані надавати долікарську допомогу. Це працівники аварійно-рятувальних служб, пожежної охорони, поліції, фармацевтичні працівники, провідники пасажирських потягів, борт-провідники, працівники кінотеатрів, стадіонів, нічних клубів, хоча б по декілька осіб у кафе, ресторанах, тобто всюди де можуть перебувати люди, працівники готелів (хоча б по одній особі на 2 поверхи). Навчання цих осіб здійснюється центрами медицини катастроф, на курсах Червоного хреста, Державної служби з надзвичайних ситуацій, у інших закладах, які мають ліцензію центрів медицини катастроф і завершується видачею посвідчення про навченість наданням долікарської допомоги.

Законом України «Про охорону праці» обумовлено, що всі працівники при прийомі на роботу і в процесі роботи повинні проходити за рахунок роботодавця навчання і інструктажі з охорони праці щодо поведінки в екстрених ситуаціях і надання долікарської допомоги [2]. Всі ці навчені особи можуть надавати долікарську допомогу на свій розсуд за згодою потерпілих, але зобов'язані обов'язково викликати екстрену медичну допомогу. І тільки зазначені в Законі України «Про екстрену медичну допомогу» категорії працівників долікарську допомогу надавати зобов'язані.

Література

1. Закон України «Про екстрену медичну допомогу» / Електронний ресурс. — Режим доступу:

<http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/5081-17>.

2. Закон України «Про охорону праці» (нова редакція зі змінами та доповненнями станом на 1 січня 2013 року). — К.: Основа, 2013. — 72 с.

Закон України «Про приватизацію невеликих державних підприємств (малу приватизацію)» / Відомості Верховної Ради України. — 2011. — № 44. — С. 463.

3. Кодекс цивільного захисту України / Електронний ресурс. — Режим доступу: http://search.ligazakon.ua/l_doc2.nsf/link1/ST000992.html.

PHYSIOLOGICAL ASPECTS OF FITNESS TRAINING

Cherevko Y., Polischuk T.V.

Kharkiv National medical university, Ukraine

The complex of physical exercises aimed to improve the functional state of the body to normal rates, called physical exercise. The primary purpose of this training is to increase the level of physical condition to values that provide stable condition of an organism. This is one of the main objectives of the prevention of cardiovascular diseases, a major cause of disability and mortality in modern society. It determines the specificity of exercises and requires an appropriate selection of loads, methods and ways of training. In the health training there are three main types of exercises with different electoral trends:

Type 1 — cyclic exercises of aerobic orientation, contributing to the development of General endurance; **Type 2** — cyclic exercises, mixed aerobic-anaerobic types, developing a special (high-speed) endurance; **Type 3** — acyclic exercises that increases strength endurance.

However, wellness and a preventive effect against certain diseases, e.g., atherosclerosis or cardiovascular pathology were characterized only by exercises aimed for the development of aerobic capacity and general endurance of the organism (this situation is particularly highlighted in the recommendations of foreign publications, in particular the United States). Thus, the main type of load used in the health physical education — aerobic cyclic exercises (I type). The most available and effective of these exercises is Jogging. In that case, the physiological basis of training will be considered as an example of this type of exercise. In the case of using other cyclic exercises are saved the same principles of dosage of physical activity. The degree of impact on the body in health physical education distinguished threshold, optimal, peak load, and overload.

The threshold load is the load exceeding the level of routine physical activity, the minimum value of the load, which gives a positive health effect: compensation of missing energy consumption, increasing the functionality of the body and reduce risk factors for health in general. According to the statistics, a decrease can be observed with the volume of running at least 15 miles a week. So, when the standard training program (running 3 times a week for 25 — 30 min) is accomplished there is a significant decrease of blood pressure to normal values. The normalization of the fat metabolism on all indicators (cholesterol, HDL) observed at loads up to 2 hours per week. The combination of such training with the basics of a balanced diet allows to struggle successfully with excess weight. Thus, the minimum load for beginners, essential for the prevention of cardiovascular disease and promote health in general, should be considered 10 — 15 km running in a week or 2 — 3 sessions of approximately 30 min.