

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЕ ИНТЕРЕСЫ И ДВИГАТЕЛЬНАЯ УСТРЕМЛЕННОСТЬ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА

*Эльмира Шамильевна Петина, преподаватель,
Астраханский государственный медицинский университет Минздрава России*

Аннотация

Анкетирование студентов 1-4 курсов основной медицинской группы медицинского университета позволило выявить их физкультурно-спортивные интересы, ценностные ориентации физической культуры, определить значимость навыков здорового образа жизни для решения задач будущей профессиональной деятельности. Большинство студентов понимали значимость регулярных занятий физическими упражнениями для здоровья, умственной и физической работоспособности, однако такое понимание у них не реализовалось в их практической деятельности. Многие студенты пожелали активно использовать в учебном процессе современные двигательные оздоровительные системы (стрейтчинг, йога, дыхательная гимнастика Стрельниковой, методика Бутейко, каланетика), методики оздоровительной физической культуры, применение средств восстановления и экспресс-диагностики физического состояния, переносимости физических нагрузок. Успешность решения учебных задач по физической культуре студентов медицинского вуза во многом определяется эффективностью использования средств физической культуры, направленных на формирование знаний, умений и навыков, обеспечивающих профилактику заболеваний у различного контингента.

Ключевые слова: студенты, физкультурно-спортивные интересы, двигательная устремленность, оздоровительная физическая культура.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2015.02.120.p115-118

PHYSICAL TRAINING AND SPORTS INTERESTS AND MOTOR ASPIRATIONS OF THE UNIVERSITY MEDICAL STUDENTS

*Elmira Shamilevna Petina, the lecturer,
Astrakhan State Medical University Russian Ministry of Health*

Annotation

Questionnaires for 1-4 grade students of the basic medical group at Medical University revealed their sports and sporting interests, values of physical education, determine the significance of healthy lifestyle skills to meet the challenges of the future professional activity. Most students understand the importance of the regular physical exercises for health, mental and physical performance, but this understanding is not implemented in their practice. Many students wish to use actively in the learning process the modern motor health systems (stretching, yoga, breathing exercises of Strelnikova, Buteyko technique, Callanetics), methods of the health-improving physical training, use of the recovery and rapid diagnosis of the physical condition, exercise tolerance. The successful solution of the educational problems of physical culture for the medical students is largely determined by the efficient use of the physical culture, aimed at building the knowledge and skills to ensure the prevention of diseases for the various contingents.

Keywords: students, sports and sporting interests, motor aspiration, health-improving physical training.

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время очевидна серьезная проблема в процессе формирования профессионально-прикладной физической подготовки студентов:

- с одной стороны, высока значимость их двигательной активности в процессе учебной деятельности [1, 4],
- с другой стороны, мало внимания уделяется формированию физической культуры личности [1], интереса к физкультурно-спортивной деятельности [2], здоровьесберегающей образованности студентов [3], коррекция состояния здоровья студентов в про-

цессе занятий физической культурой [5], изучению средств оздоровительной физической культуры, направленных на профилактику заболеваний [4].

В этой связи важно комплексно решать данные направления деятельности студентов вуза. Особенно выражено данная закономерность проявляется у студентов медицинских вузов.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Нами проводилось анкетирование 286 студентов 1-4 курсов (из них 152 студента 1-2 курсов) основной медицинской группы Астраханского государственного медицинского университета. В процессе опроса обучающихся, который проводился в октябре-ноябре 2014 года, выявлялись их физкультурно-спортивные интересы, ценностные ориентации физической культуры, определялась значимость навыков здорового образа жизни для решения задач будущей профессиональной деятельности и анализировалась их двигательная устремленность.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Студентам 1 и 2 курсов обучения в основном неинтересно содержание учебных занятий по физической культуре. Им не хотелось много бегать, интенсивно выполнять физические упражнения, принимать участие в различных контрольно-нормативных заданиях. Только треть (32,2%) студентов этих курсов обучения с интересом занимались по такой учебной программе, они устремлены на выполнение установок педагогов, нормативных показателей физической подготовленности, проявляли желание участвовать в спортивных соревнованиях. Доля студентов 3-4 курсов, которая активно занималась на учебных занятиях по физической культуре, заметно уменьшилась и составила всего 26,1%.

Основные причины негативного отношения студентов 1-2 курсов обучения к учебным занятиям по физической культуре (в порядке значимости): недостаточная функциональность спортивной базы вуза (30,3%), не интересное содержание учебных занятий (27,0%), отсутствие удовлетворенности от двигательной деятельности на занятиях (23,7%).

У студентов 3-4 курсов обучения несколько другие причины негативного отношения к учебному процессу по физической культуре: отсутствие нацеленности на будущую профессиональную деятельность (35,1%), недостаточность использования индивидуального подхода (29,9%), отсутствие мотивации у преподавателей к продуктивности и эффективности учебных занятий (23,9%).

Большинство (1-2 курсы – 61,2%, 3-4 курсы – 66,4%) студентов медицинского университета понимали значимость регулярных занятий физическими упражнениями для их здоровья, умственной и физической работоспособности. Однако такое понимание у данных студентов не реализовывалось в их практической деятельности:

- только отдельные обучающиеся выполняли утреннюю гигиеническую гимнастику (1-2 курсы – 16,4%, 3-4 курсы – 13,4%),
- самостоятельно занимались физическими упражнениями в свободное от учебы время (1-2 курс – 23,7%, 3-4 курсы – 24,6%),
- тренировались в группах спортивного совершенствования (1-2 курсы – 7,9%, 3-4 курсы – 6,0%), нацелены на занятия физическими упражнениями после обязательно-го курса обучения по физической культуре (1-2 курсы – 19,7%, 3-4 курсы – 14,9%).

Опрос показал, что достаточно большое число студентов:

- не могут составить комплекс утренней гигиенической гимнастики (1-2 курсы 26,3%, 3-4 курсы – 11,8%),
- незнакомы с рекомендациями специалистов по оптимизации двигательного режима (1-2 курсы – 30,3%, 3-4 курсы – 13,4%),

- не могут правильно подобрать физические упражнения для своих самостоятельных занятий (1-2 курсы – 9,2%, 3-4 курсы – 4,5%),
- не знают технологию проектирования средств физической культуры для пациентов в зависимости от их заболеваний (1-2 курс – 57,2%, 3-4 курсы – 18,7%),
- неправильно структурировали физические нагрузки в зависимости от состояния здоровья (1-2 курсы – 34,6%, 3-4 курсы – 18,7%),
- незнакомы с основами личной гигиены в процессе занятий физическими упражнениями (1-2 курсы – 13,2%, 3-4 курсы – 6,0%).

Многие (1-2 курсы – 64,5% и 3-4 курсы – 76,1%) студенты медицинского вуза желали активно использовать в учебном процессе современные двигательные оздоровительные системы (стрейтчинг, йога, дыхательная гимнастика Стрельниковой, методика Бутейко, каланетика), методики оздоровительной физической культуры, применение средств восстановления и экспресс-диагностики физического состояния, переносимости физических нагрузок.

Результаты анкетирования показали, что по мере обучения в вузе снижался интерес студентов медицинского вуза к традиционным формам организации занятий физическими упражнениями, и повышалось желание получать знания по использованию средств оздоровительной физической культуры для будущей профессиональной деятельности.

Студенты с низким уровнем физического состояния и соматического здоровья проявляли большой интерес к знаниям о здоровом образе жизни и эти устремления обусловлены в основном личными пожеланиями. Студенты с высоким уровнем физического состояния устремлены на улучшение своей физической подготовленности и расширения круга средств оздоровительной физической культуры. Эти особенности проявлялись студентов медицинского вуза различных курсов обучения.

К сожалению, многие студенты-медики (1-2 курсы – 57,2%, 3-4 курсы – 50,7%) не находили взаимосвязи между содержанием занятий по физической культуре и будущей профессиональной деятельностью. Они указывали на недостаток лекторской и пропагандистской деятельности в вузе по оздоровлению человека средствами физической культуры и спорта, подбору оптимального двигательного режима с учетом заболеваний пациентов.

По данным анкетирования, уровень знаний по физической культуре оказывал позитивное влияние на формирование желаний самостоятельно заниматься физическими упражнениями, нацеленность на применение средств оздоровительной физической культуры в будущей профессиональной деятельности врача.

Только отдельные студенты медицинского вуза принимали участие в организации спортивно-массовых мероприятий в вузе (1-2 курсы – 3,9%, 3-4 курсы – 6,7%), помогали проводить спортивные соревнования (1-2 курсы – 3,2%, 3-4 курсы – 9,0%), оказывали помощь педагогам в проведении учебных занятий (1-2 курсы – 2,0%, 3-4 курсы – 6,0%).

Наибольшее число студентов медицинского вуза старались вести здоровый образ жизни (1-2 курсы – 15,8%, 3-4 курсы – 21,6%), ежемесячно принимали участие в походах выходного дня (1-2 курсы – 13,8% и 3-4 курсы – 17,9%), ежедневно проходили пешком 3 км и более (1-2 курсы – 9,9% и 3-4 курсы – 7,5%).

После окончания медицинского вуза намерены заниматься физическими упражнениями только отдельные студенты (1-2 курсы – 15,8% и 3-4 курсы – 13,4%). Среди них выявлено наибольшее число обучающихся, которые устремлены на изучение средств оздоровительной физической культуры для повышения уровня будущей профессиональной деятельности.

По данным анкетирования, достаточно большое количество студентов (1-2 курса – 45,5%, 3-4 курсы – 47,8%) медицинского вуза постоянно испытывали психическое напряжение на учебных занятиях по физической культуре. Это объясняется непонима-

нием содержания учебного материала (1-2 курсы – 17,1%, 3-4 курсы – 14,2%), не объективным оцениванием преподавателей результатов их учебной деятельности (1-2 курсы – 12,5%, 3-4 курсы – 7,9%), низкой результативностью учебного процесса (1-2 курсы – 9,9%, 3-4 курсы – 10,4%).

Отдельные респонденты указывали на необходимость получения дополнительных услуг и консультаций по рационализации двигательного режима (1-2 курсы – 13,2%, 3-4 курсы – 19,4%), формированию навыков здорового образа жизни (1-2 курсы – 18,2%, 3-4 курсы – 19,4%) и формированию физической культуры личности (1-2 курсы – 25,0% и 3-4 курсы – 32, 1%). Результаты анкетирования студентов 1-4 курсов медицинского вуза свидетельствовали о специфике их физкультурно-спортивных интересов и двигательных устремлений, нацеленности на получение знаний по физической культуре в будущей профессиональной деятельности.

ВЫВОД

Успешность будущей профессиональной деятельности студентов медицинского вуза во многом определяется эффективностью использования средств физической культуры в процессе учебных занятий, направленного формирования знаний, умений и навыков, обеспечивающих профилактику заболеваний у различного контингента населения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Барчуков, И. С. Физическая культура : учебное пособие / И. С. Барчуков. – М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2003. – 255 с.
2. Болдов, А. С. Формирование интереса к физкультурно-спортивной деятельности у студентов специальных медицинских групп : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Болдов А.С. – М., 2006. – 24 с.
3. Борисова, Т. И. Формирование здоровьесберегающей образованности студентов колледжа физической культуры : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Борисова Татьяна Викторовна. – Челябинск, 2007. – 21 с.
4. Доронцев, А. В. Формирование у будущих врачей навыка профилактики заболеваемости средствами физической культуры и спорта : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Доронцев А.В. – Волгоград, 2006. – 24 с.
5. Романченко, С. А. Коррекция состояния здоровья студентов в процессе занятий физической культурой : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Романченко С.А. – СПб., 2006. – 20 с.

REFERENCES

1. Barchukov, (2003), *Physical culture: manual*, publishing house "UNITY-DANA", Moscow.
2. Boldov, A. S. (2006), *Formation of interest in sports and sports activity at students of special medical groups*, dissertation, Moscow.
3. Borisova, T. I. (2007), *Formation of health saving education of students of college of physical culture*, dissertation, Chelyabinsk.
4. Dorontsev, A. V. (2006), *Formation at future doctors of skill of prevention of incidence of means of physical culture and sport*, dissertation, Volgograd.
5. Romanchenko, S. A. (2006), *Correction of a state of health of students in the course of occupations by physical culture*, dissertation, St. Petersburg.

Контактная информация: aleksandr.doroncev@rambler.ru

Статья поступила в редакцию 06.02.2015.