



УДК 796.012.6:378:61

АНАЛИЗ ОТНОШЕНИЯ ПРАКТИКУЮЩИХ ВРАЧЕЙ И СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ КАК СРЕДСТВУ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

О.А. БРЕЙКИНА*Белгородский государственный
национальный исследовательский
университет**e-mail: br-63@mail.ru*

В статье изложены результаты анкетирования студентов медицинского факультета и практикующих врачей-терапевтов, специалистов общей практики с различным стажем работы о влиянии физкультурной грамотности на профессиональную деятельность, направленную на профилактику заболеваемости средствами физической культуры. Мотивационно-ценностные ориентации студентов медицинского факультета на приобретение знаний по предмету «Физическая культура» и использование этих знаний и средств физической культуры в формировании здорового образа жизни будущих пациентов.

Ключевые слова: анкетирование, физическое самосовершенствование, физическая культура, двигательная активность.

Введение. На современном этапе социально-экономического развития в связи с изменяющимися условиями жизнедеятельности людей возрастает актуальность изучения влияния различных факторов на здоровье населения, в том числе и средств физической культуры [2]. Преобразования, проводимые в России за последние десятилетия, несмотря на прогрессивный характер, тем не менее, породили множество проблем, оказавших негативное воздействие на здоровье нации [1, 2, 4, 9, 10, 12].

Стратегия государства в оздоровлении человека находит отражение в Концепции охраны здоровья здоровых [8].

Наиболее приоритетным направлением в области охраны здоровья здорового человека являются повышение уровня психофизиологического состояния, поддержание оптимальной работоспособности, качества жизни населения и достижение человеком генетически детерминированной продолжительности жизни, обеспечивающей, в конечном итоге, потребность в более здоровом образе жизни [8].

В формировании здорового образа жизни и сохранении здоровья человека большое значение имеет научное обоснование использования средств физической культуры в процессе укрепления и сохранения здоровья человека, и здесь большую роль играют работники здравоохранения.

Реформы последних лет как в обществе в целом, так и в сфере организации медицинской помощи населению предъявляют все более высокие требования к профессионализму медицинских работников. В связи с появлением в организации медицинской помощи населению направления «врач общей практики» требуются специалисты с более широким кругозором, умением аналитически мыслить, анализировать. Естественно, что для успешной организации такой деятельности врачам необходимо непрерывно пополнять свои знания как в области медицины, так и в смежных областях сохранения здоровья посредством изменения образа жизни, изучения доступных методик, эффективных средств и методов физической культуры в процессе укрепления и сохранения здоровья.

По мнению В.Б. Мандрикова [13], необходимо кардинально переориентировать работу врачей, занимающихся лечебной практикой, акцентируя их внимание на профилактические мероприятия средствами физической культуры.

Профилактические мероприятия помогают людям оставаться здоровыми, предупреждать заболевания и травмы, способствовать здоровому образу жизни. Они должны начинаться уже в перинатальном периоде и продолжаться в течение всей жизни, чтобы избежать или снизить воздействие факторов риска на здоровье человека [8].

Методы исследования. На предварительном этапе исследования был проведен опрос работников здравоохранения и студентов медицинского факультета БелГУ.

Целью анкетирования практикующих врачей-терапевтов и специалистов общей практики было определение влияния самостоятельных занятий физическими упражнениями, физкультурного образования на профессионально-профилактическую деятельность врачей. В анкете предлагалось шесть вопросов, характеризующих значимость занятий физической культурой в первичной и вторичной профилактике заболеваний. Было опрошено 159 специалистов общей практики и врачей-терапевтов Белгородской, Курской и Воронежской областей (из них 58,6% женщин). Стаж работы респондентов варьировал от 2 до 30 лет, а возраст – от 25 до 60 лет. Результаты анкетирования систематизировались с учетом стажа работы по специальности. Выделены три категории опрашиваемых: первая – врачи со стажем работы по специальности до 10 лет; вторая – со стажем работы от 10 до 20 лет; третья – от 20 до 30 лет. Количество респондентов в этих группах было приблизительно одинаковым (от 49 до 55 человек).

В анкетировании приняли участие 230 студентов. Старшекурсники и студенты младших курсов обучения медицинского факультета Белгородского государственного университета отвечали на вопросы анкеты, которая содержала 7 блоков, включающих вопросы для определения уровня мотивационно-ценностного отношения к занятиям физической культурой и их значение в подготовке к профессиональной деятельности.

Данные анкетирования врачей показали, что по мере увеличения стажа работы по специальности постепенно снижается доля респондентов, активно занимающихся физической культурой (с 8,2 до 3,8%). Следует отметить, что во всех группах анкетированных данный показатель достаточно низок. При этом количество врачей старающихся поддерживать физическую форму, по мере увеличения стажа работы заметно повышается (с 24,4 до 42,7%). Следует констатировать, что среди респондентов имеется достаточно большое число врачей (44,8%), которые считают занятия физическими упражнениями необходимыми, но сами ими не занимаются. 19,8% опрашиваемых работников здравоохранения не считают нужными заниматься физической культурой для сохранения своего здоровья (рис. 1).



Рис. 1. Отношение врачей-терапевтов к занятиям физической культурой

По мере увеличения стажа работы по специальности увеличивается (с 9,4 до 24,3%) доля респондентов, использующих во врачебной практике средства физической культуры в целях первичной и вторичной профилактики, лечения и реабилитации пациентов.

Около половины (49,7%) врачей-терапевтов считают необходимым, но, к сожалению, не владеют методикой проведения оздоровительной работы средствами физической культуры.

Треть (31,5%) респондентов не считают нужным использовать в своей практике технологии, основанные на формировании здорового образа жизни.

Анкетированные врачи констатировали, что в процессе обучения в медицинском вузе не уделялось должного внимания обучению навыкам здорового образа жизни, а на занятиях по физическому воспитанию делался акцент, в основном, на повышение двигательной активности и физической подготовленности (рис. 2).

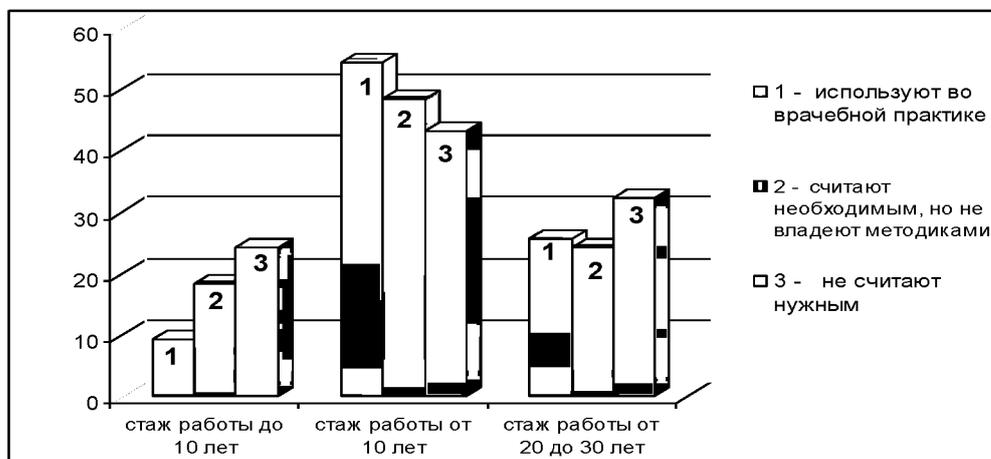


Рис. 2. Применение врачами средств физической культуры с целью первичной и вторичной профилактики заболеваемости, лечения и реабилитации пациентов, %

Оптимальный двигательный режим пациентам назначают лишь немногие врачи: с учетом заболевания – с 5,2 до 19,1%; для профилактики заболеваний – с 15,3 до 22,2%.

Около половины (48,9%) респондентов считают необходимым использовать двигательную активность с целью профилактики заболеваемости, но не знают, как определить оптимальные границы двигательного режима.

Отмечается достаточно большое количество врачей, особенно со стажем до 10 лет, которые не считают нужным использовать двигательную активность в целях профилактики заболеваний. Респонденты отмечали, что преподаватели физической культуры в вузе не уделяли внимание формированию знаний о способах и вариантах подбора оптимального двигательного режима и регулирования физической нагрузки (рис. 3).

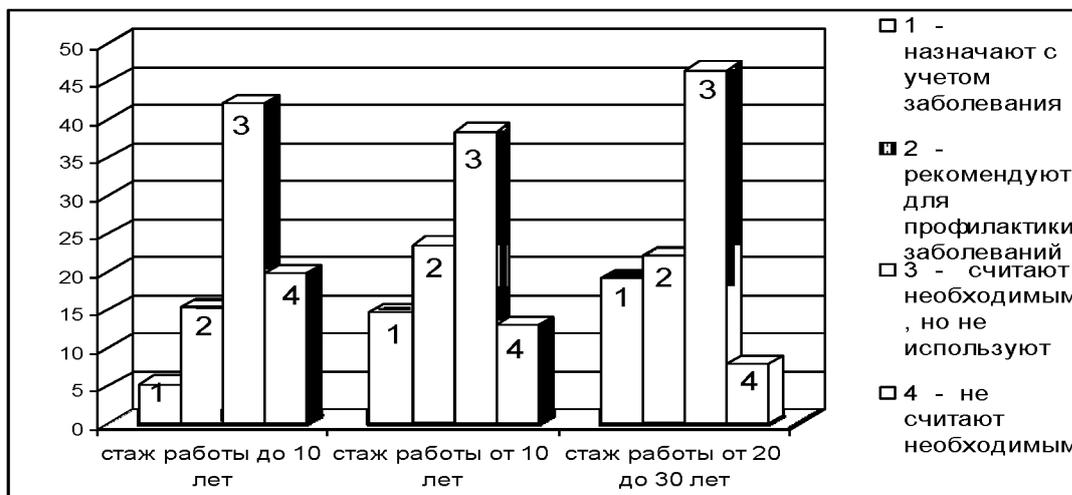


Рис. 3 Назначение врачами оптимального двигательного режима пациентам с учетом заболевания

По мере увеличения стажа работы растет количество врачей (стаж работы до 10 лет – 9,2%, от 10 до 20 лет – 13,1%; от 20 до 30 лет – 20,3%), рекомендующих средства физической культуры с целью профилактики заболеваемости с учетом состояния здоровья, физической подготовленности, профессии и психоэмоционального состояния пациентов. Что, скорее всего, связано с поиском врачами новых путей оздоровления и профилактики заболеваемости.

Большая часть врачей (от 67,5 до 70,8%) считают необходимым использовать средства физической культуры в лечебной практике, но не применяют их по причине недостатка методических знаний использования физических упражнений с целью профилактики.

Около 11% респондентов не считают нужным включать средства физической культуры с целью профилактики заболеваний с учетом индивидуальных особенностей и физического состояния пациентов.

Только каждый четвертый врач проводит агитационно-пропагандистскую работу по вовлечению населения в занятия физической культурой (рис. 4).



Рис. 4. Включение в профессиональную деятельность врача-терапевта агитационно-пропагандистской работы по вовлечению населения в занятия физической культурой

Около половины (53,7%) респондентов считают необходимым использовать дифференцированные средства физической культуры, но, к сожалению, на практике не применяют их. Остальной контингент врачей (от 8,9 до 29,5%) не считают нужным использовать средства физической культуры в своей лечебной профилактической работе.

Недостаточный уровень сформированности у врачей знаний и методико-практических умений использования средств физической культуры с целью профилактики заболеваемости негативно отразился на рекомендациях по составлению комплексов физических упражнений для пациентов, Только немногие медицинские работники (от 11,8 до 24,3%) предлагали средства и методы, необходимые человеку для ведения здорового образа жизни (рис. 5).

Результаты анкетирования свидетельствуют о том, что лечащие врачи недостаточно полно используют средства физической культуры с целью первичной и вторичной профилактики, лечения и реабилитации пациентов. Вместе с тем, выявлена четкая закономерность в том, что лечащие врачи, занимающиеся физической культурой, значительно активнее используют физические упражнения в профессиональной деятельности для профилактики заболеваемости пациентов (рис. 6).

Определенные позитивные тенденции в рассматриваемом вопросе проявляются у лечащих врачей по мере повышения стажа работы по специальности. По-видимому, лечебная практика врача обязывает его искать новые пути решения проблемы оздоровления и реабилитации пациентов.

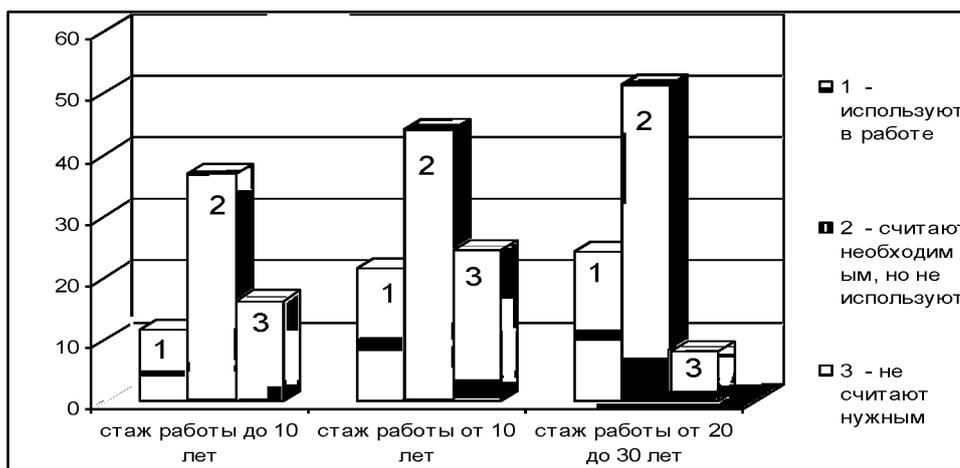


Рис. 5. Использование врачами-терапевтами знаний оздоровительных методик для составления комплексов физических упражнений для пациентов, %

Многие анкетированные врачи высказывали пожелание о том, что целесообразно в процессе обучения в медицинском вузе усилить направленность подготовки студентов по предмету «Физическая культура» на формирование теоретических знаний и методико-практических умений использования физических упражнений в целях первичной и вторичной профилактики заболеваемости немедикаментозными средствами оздоровления, поддержания собственного уровня двигательной активности.

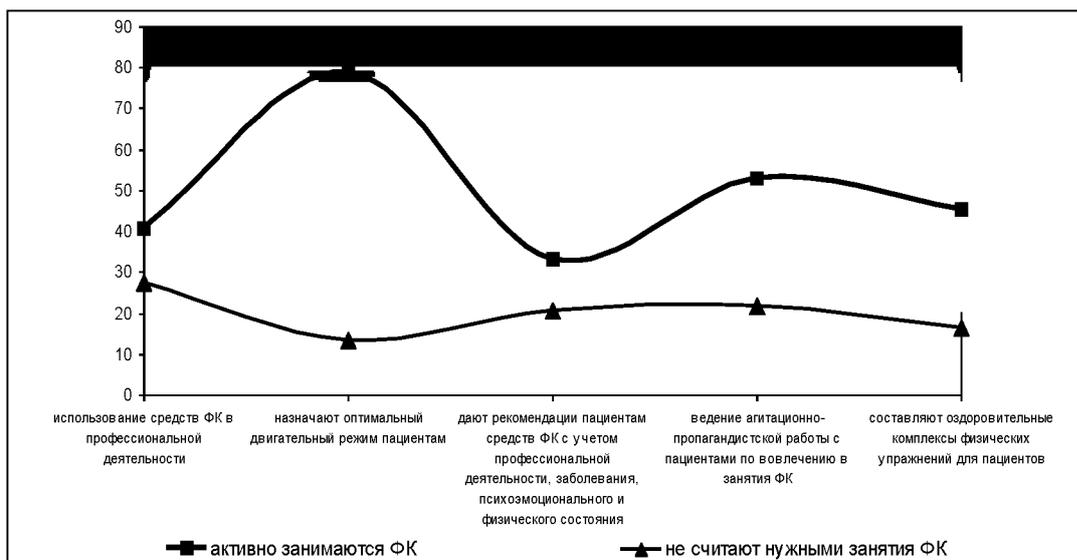


Рис.6. Активность использования физических упражнений врачами на практике в зависимости от их личных занятий физическими упражнениями

Анализ учебной деятельности по предмету «Физическая культура» в медицинских вузах [11], свидетельствует о проблеме формирования профессиональной подготовки будущих врачей. С одной стороны, очевидна значимость средств физической культуры в оздоровительной и профилактической работе, с другой стороны, в процессе профессиональной подготовки студентов медицинских учебных заведений основное внимание уделяется медикаментозным средствам реабилитации. При этом, педагоги по физической культуре на занятиях пытаются лишь повысить уровень физической подготовленности самого занимающегося студента.

Мнения специалистов об эффективности учебного процесса по физическому воспитанию студентов медицинских специальностей значительно различаются. Одни педагоги [3, 5] уделяют большое внимание физической подготовленности будущих врачей, другие концентрируют свои усилия на формировании у студентов навыков

профилактической работы средствами физической культуры. К сожалению, это осуществляется в основном на гипотетическом уровне [13].

Медицинские работники должны пропагандировать здоровый образ жизни, значимым элементом которого является физическая культура. В процессе укрепления и сохранения здоровья средствами физической культуры человеку необходимо знать характер и уровень изменений в организме, которые должны произойти под воздействием физических нагрузок. Главным маркером результативности такой деятельности является наступление оздоровительных эффектов, достижение которых невозможно без рационального использования средств физической культуры.

В настоящее время в процессе подготовки будущего врача явно недооценивается значимость грамотности в области физической культуры, особенно в вопросах методики использования средств физической культуры для укрепления здоровья, поддержания высокого уровня физической работоспособности, профилактики заболеваемости и физической реабилитации.

Анкетирование студентов различных курсов медицинского факультета Белгородского государственного университета, показало, что большинство (76,4%) студентов старшекурсников отметили недостаток обязательных занятий физическими упражнениями для поддержания и укрепления своего здоровья, повышения умственной и физической работоспособности.

По мнению студентов, у них проявляется большое психоэмоциональное напряжение в процессе учебной деятельности. Роль занятий физическими упражнениями в снятии этого напряжения признают, только 20,9% опрошенных, а 36,5% респондентов вообще отрицают ее положительное значение.

В режиме дня самостоятельным занятиям физическими упражнениями студенты ежедневно уделяют 10 минут, вместе с тем пассивный отдых у них занимает от 1 до 3 часов в день. Большая часть (60,5%) опрошенных студентов старшекурсников незнакома с рекомендациями по оптимизации двигательного режима. Знание основ личной гигиены в процессе занятий физическими упражнениями отметили 78,7% респондентов. По данным опроса, 19,6% студентов не знакомы с основными принципами закаливания.

Результаты анкетирования показывают, что 59,6% студентов не могут разработать методику самостоятельных занятий физическими упражнениями для себя, а еще большая часть (88,7%) респондентов указывает на отсутствие знаний об особенностях подбора эффективных средств физической культуры для пациентов в зависимости от их заболеваемости.

57,8% опрошенных студентов медицинского факультета хотели бы воспользоваться консультацией инструкторов по физической культуре и спорту по подбору эффективных средств физической культуры с целью профилактики заболеваемости, а 31,3% респондентов – по оптимизации физических нагрузок.

Большинство (84,4%) студентов медицинского факультета понимают благотворное влияние регулярных занятий физической культурой на повышение умственной и физической работоспособности, успеваемости и поддержание жизненного тонуса. К сожалению, такое понимание студентами роли физической культуры больше следует считать декларативным, так как лишь 14,0% студентов-старшекурсников после завершения обязательного курса по физической культуре продолжали заниматься физическими упражнениями для сохранения достигнутого уровня физической работоспособности.

Анализ данных групповых журналов учета показывает различие в посещаемости студентами основного отделения обязательных занятий по физической культуре. Основными причинами (в порядке значимости) негативного отношения предмету «Физическая культура» студентами были указаны:

- отсутствие условий для занятий по интересам;
- не видят взаимосвязи с будущей профессиональной деятельностью;
- занятия направлены в основном на повышение физической подготовленности;
- личная недисциплинированность.

30,1% студентов младших курсов затруднились дать ответ на вопрос: «Что могло бы повысить Ваш интерес к занятиям физической культурой в вузе?». Большинство

(71,7%) опрошенных предложили для повышения интереса к учебному процессу по физическому воспитанию разнообразить содержание занятий, возможность выбора занятий по интересам и спортивным предпочтениям.

К сожалению, студенты младших курсов медицинского факультета понимают роль занятий физической культурой только с позиции своих личных качеств и совсем не отмечают их важность для будущей профессиональной деятельности.

Определяющим мотивом занятий физической культурой у студентов основной медицинской группы является стремление улучшить свою физическую подготовленность и укрепить здоровье (50,8%), возможность приобретения необходимых для жизни и будущей профессиональной деятельности качеств (27,8%), возможность общения и заполнения досуга (15,8%).

Проведенные социологические исследования различного контингента студентов медицинского факультета БелГУ позволили выявить как общие, так и специфические побуждающие мотивы для занятий физической культурой, определить факторы, стимулирующие приобщение студентов к регулярным занятиям физическими упражнениями, изучить причины, затрудняющие формирование потребности в занятиях физической культурой.

Студенты младших курсов наибольшую значимость в формировании интереса к занятиям физической культурой придают таким факторам, как использование тренажерных средств, самостоятельное выполнение домашних заданий, музыкальное сопровождение занятия. У студентов выпускных курсов медицинского факультета наиболее значимыми являются такие факторы, как индивидуализация учебного процесса, способность регулировать психоэмоциональное состояние (рис. 7).



Рис. 7. Наиболее значимые факторы формирования интереса к занятиям физической культурой по мнению студентов медицинского факультета БелГУ, %

Вместе с тем, отчетливо прослеживается отсутствие желания у студентов всех курсов приобрести знания по использованию средств физической культуры для дальнейшей своей профессиональной деятельности. Они полагают, что предмет «Физическая культура» введен в учебный процесс только для повышения их уровня здоровья, физической подготовленности и формирования отдельных навыков здорового образа жизни.

Основные недостатки педагогического процесса по физическому воспитанию сводятся к следующему: физическая подготовка осуществляется без учета индивидуальных особенностей занимающихся; мало уделяется внимания специальной физической подготовке студентов с учетом профиля их будущей специальности; в недостаточной степени прививаются знания и навыки самостоятельных занятий; не формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями.

Таким образом, с целью повышения качества учебных занятий по физической культуре со студентами медицинских специальностей, необходимо:

- во-первых, внедрять современные оздоровительные технологии, обеспечивающие оптимальную двигательную активность и высокую заинтересованность занимающихся;
- во-вторых, целесообразно формировать знания по использованию средств физической культуры для профилактики различных заболеваний;
- в-третьих, дополнить содержание теоретического, методико-практического и учебно-тренировочного разделов программы с учетом специфики их будущей профессиональной деятельности.

Литература

1. Апанасенко, Г.Л. Медицинская валеология / Г.Л. Апанасенко, Л.А. Попова // Ростов на Дону: Феникс, 2005. – 248 с.
2. Бауэр, В.Г. Социальная значимость физической культуры и спорта в современных условиях развития России / В.Г. Бауэр // Теория и практика физической культуры.- 2004. – №1. С. 50-56.
3. Варенников, Ю.Т. Методы и средства управления физической подготовкой студентов вузов/ Ю.Т. Варенников : автореф. дис. ...канд. пед. наук. – М., 1995. – 24 с.
4. Грузенкин, В.И. Здоровый образ жизни – норма поведения гражданина в обществе / В.И. Грузенкин // Национальная идея – здоровье народа (здоровье, здоровый образ жизни, физическая культура и спорт) : тез.докл.науч.- практич.конф. – Орел – М.: Информ – ВНИИФК,1998. – С.218.
5. Ерофеева, Т.М. Физическая культура в учебном процессе вуза / Т.М. Ерофеева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – М., 1995. – С. 27-35.
6. Заболотский, И.Б. Физиологические эффекты произвольной задержки дыхания/ И.Б. Заболотский // Физиология человека. – 1990. – № 1. – С. 118 – 126.
7. К здоровой России. Политика укрепления здоровья и профилактики заболеваний : приоритет – основные неинфекционные заболевания. М.: ГНИЦ профилактической медицины, 1994. – 80с.
8. Концепция охраны здоровья здоровых в Российской Федерации: Приказ № 113 от 21.03.2003 г. МХРФ. – М.,2003. – С.7.
9. Купер К. Аэробика для хорошего самочувствия / К.Купер. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 224 с.
10. Купер, К. Новая аэробика 6 систем оздоровительных физ. упражнений для всех возрастов / К. Купер; предисл. К.Коробкова; сокр. пер. с англ. С. Шенкмана. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – 124 с.
11. Ланда, Б.Х. Комплексный мониторинг показателей здоровья / Б.Х. Ланда// стандарты и мониторинг в образовании. – 2003. – №4. С.33.
12. Ланда, Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности / Б.Х. Ланда: учебное пособие. – М.:Советский спорт, 2004 – 192 с.
13. Мандриков, В.Б. Технологии оптимизации здоровья, физического воспитания и образования студентов медицинских вузов: монография / В.Б. Мандриков. – Волгоград : ВГТУ, 2001. – 332 с.
14. Селуянов, В.Н. Технология оздоровительной физической культуры / В.Н. Селуянов. – М.: СпортАкадемПресс, 2001.

ANALYSIS OF RELATION OF ATTENDING PHYSICIANS AND STUDENTS OF MEDICAL SPECIALTIES TO THE PHYSICAL CULTURE AS MEAN OF PROFESSIONAL TRAINING

O.A. BREYKINA

*Belgorod National
Research University*

e-mail: br-63@mail.ru

The article presents survey data among medical students and attending physicians, specialists of general practice about the impact of physical culture to the prevention of disease by means of physical training. Motivational orientation of medical students to acquire knowledge in the subject "Physical Culture" and usage of this knowledge and means of physical culture in creation of healthy lifestyle is described.

Key words: questionnaire, physical self-improvement, physical cultivation, motor activity.