

УДК 378+796.011.1

Формирование компетенций здорового образа жизни в процессе обучения студентов в медицинском вузе

Шредер Анна Юрьевна^{1,2}, кандидат педагогических наук, доцент
Кайсин Александр Сергеевич², кандидат педагогических наук, профессор
Бакаева Алена Витальевна¹
Нечаев Анатолий Владимирович²

¹*Омский государственный медицинский университет, Омск*

²*Омский автобронетанковый инженерный институт, Омск*

Аннотация. В статье представлен анализ учебного плана и матрицы компетенций здорового образа жизни (ЗОЖ) по специальности лечебное дело. Выявлено неравномерное распределение дисциплин, направленных на формирование ЗОЖ, на протяжении обучения в вузе. Рассмотрен процесс формирования компетенций ЗОЖ на примере модели развернутого гомеостата. Полученный анализ позволяет сделать вывод о необходимости организации воспитательной работы с учетом изученных дисциплин и сформированных компетенций.

Ключевые слова: студенты, здоровый образ жизни, компетенции, воспитательная работа, физкультурно-спортивная работа.

Formation of healthy lifestyle competencies in the process of teaching students at a medical university

Schroeder Anna Yuryevna^{1,2}, candidate of pedagogical sciences, docent
Kaisin Alexander Sergeevich², candidate of pedagogical sciences, professor
Bakaeva Alyona Vitalievna¹
Nechaev Anatoly Vladimirovich²

¹*Omsk State Medical University, Omsk*

²*Omsk Armored Vehicle Engineering Institute, Omsk*

Abstract. The article presents an analysis of the curriculum and the matrix of competencies of a healthy lifestyle (HLS) in the specialty of medicine. The uneven distribution of disciplines aimed at the formation of healthy lifestyle during university studies has been revealed. The process of formation of healthy lifestyle competencies is considered using the example of a model of an expanded homeostat. The analysis obtained allows us to conclude that it is necessary to organize educational work taking into account the studied disciplines and formed competencies.

Keywords: students, healthy lifestyle, competencies, educational work, physical education and sports work.

ВВЕДЕНИЕ. Обучение в высшей школе является достаточно длительным процессом, имеющим ряд характерных особенностей и предъявляющим высокие требования, как к психике, так и к физиологическим функциям организма студента. Большинство поступающих в вуз студентов имеют отклонения в состоянии здоровья. Ученые отмечают проблемы в физическом развитии молодёжи: снижаются показатели здоровья, идет рост заболеваемости, физическая пассивность, ведение нездорового образа жизни [1, 2]. Медицинские осмотры, проведенные в 2022, 2023 годах в Омском государственном медицинском университете, подтверждают данные указанных исследований. Так, результаты изучения состояния здоровья студентов показали, что всего около 20% здоровы, остальные имеют функциональные отклонения.

Решением этой проблемы является формирование потребности в здоровом образе жизни (ЗОЖ) у студентов, что обосновывает актуальность настоящего исследования. Целью исследования является анализ компетенций ЗОЖ, которые

должны формироваться у студентов на протяжении всего процесса обучения в медицинском вузе.

Методы исследования: анализ научной литературы, учебного плана и матрицы компетенций ООП ВО по специальности 31.05.01 Лечебное дело.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Формирование ЗОЖ начинается с дошкольного возраста, продолжается в школьные годы и последним этапом, где происходит целенаправленное воздействие, является высшее учебное заведение. При обучении у студентов всех вузов должны сформироваться компетенции по применению принципов ЗОЖ. Студентам медицинских вузов необходимо освоить компетенции, которые формируют потребность в ЗОЖ, а также знания для применения их в профессиональной деятельности и по пропаганде ЗОЖ своим пациентам.

В научной литературе рассматриваются проблемы формирования культуры ЗОЖ, состояния здоровья, использования принципов ЗОЖ в повседневной жизни [3, 4, 5].

Иванова С.Ю. с соавторами [6] выделила факторы, влияющие на формирование потребности в ЗОЖ у студентов:

1. Способствующие формированию потребности студентов в ЗОЖ (пропаганда физической культуры и спорта, здоровьесберегающие технологии, интерес к занятиям физической культурой и спортом, профессиональное мастерство и личный пример преподавателей вузов, традиции семьи по ведению ЗОЖ).

2. Препятствующие формированию ЗОЖ (уровень материального благосостояния семьи и сложившиеся в ней традиции образа жизни, бытовые условия, наличие вредных привычек, нехватка свободного времени, непонимание значимости занятий физической культурой и спортом на здоровье человека).

Исследования, проведенные И.В. Богдан, М.В. Гурылиной, Д.П. Чистяковой установили, что ведущие причины несоблюдения принципов ЗОЖ – это «лень», «отсутствие времени», «соблазн» [7].

Очевидно, что перед преподавателями вуза стоит задача по подготовке специалиста с четко сформированными компетенциями по ЗОЖ, которые позволят ему поддерживать собственное здоровье и формировать его в будущем у своих пациентов. В ряду осваиваемых студентами компетенций в ходе обучения в вузе представлены следующие: общепрофессиональные, универсальные и профессиональные. В учебные планы Омского государственного медицинского университета (ОмГМУ) включены 2 общепрофессиональные, 1 универсальная и 2 профессиональные компетенции.

Содержание компетенций:

1. Общепрофессиональные компетенции: способен проводить и осуществлять контроль эффективности мероприятий по профилактике, формированию здорового образа жизни и санитарно-гигиеническому просвещению населения (№2); способен к противодействию применения допинга в спорте и борьбе с ним (№3).

2. Универсальная компетенция: способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (№7).

3. Профессиональные компетенции: способен к осуществлению комплекса мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающих в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их раннюю диагностику, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния на здоровье человека факторов среды его обитания (№ 1); способен участвовать в формировании программ здорового образа жизни, включая программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ (№14).

Для анализа учебной деятельности с целью формирования ЗОЖ у студентов рассматривался учебный план и матрица компетенций специальности «Лечебное дело» ОмГМУ.

Весь этап обучения в вузе условно можно разделить на три этапа: начальный (1-4 семестр), базовый (5-8 семестр) и заключительный (9-12 семестр). Рассматривая все этапы обучения, мы видим, что на базовом этапе преобладает количество дисциплин (43 дисциплины), направленных на формирование принципов ЗОЖ, чуть меньше на начальном этапе (34 дисциплины) и самое малое количество дисциплин на заключительном (18 дисциплин). Это связано с тем, что на последних курсах в большей степени осваиваются и закрепляются необходимые профессиональные навыки (таблица 1).

Продолжительность освоения учебных дисциплин составляет от одного до трех семестров, самое длительное изучение шесть семестров – это дисциплина «Физическая культура и спорт» и элективные её дисциплины: спортивные игры, атлетическая гимнастика, плавание. Изучение этих дисциплин помогает сформировать знания о средствах и методах физической культуры.

Таблица 1 – Количество учебных дисциплин, формирующих компетенции ЗОЖ в течение обучения в вузе

№	Компетенции	семестры											
		Начальный этап				Базовый этап				Заключительный этап			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1.	ОПК – 2	2	1	1	2	2	2	3		1	1		1
2.	ОПК - 3	1	1	1	1	3	3	-	-	-	-	-	-
3.	УК - 7	4	4	4	5	5	4	-	-	-	-	-	-
4.	ПК – 1	3	2	1	-	3	4	7	4	4	4	1	3
5.	ПК - 14	-	1	-	-	-	1	2	-	1	1	-	1
Всего		10	9	7	8	13	14	12	4	6	6	1	5

Рассмотрим формирование компетенций ЗОЖ в процессе обучения в вузе на примере модели развернутого гомеостата (рисунок 1). Высшим объектом управления выступают Министерство здравоохранения и Министерство образования.



Рисунок 1 – Модель гомеостата процесса подготовки врача.

Местным регулятором является процесс подготовки специалиста, который направлен, с одной стороны, на формирование компетенций в процессе обучения (исполнитель 1 – учебная работа) за счет изучаемых дисциплин, а с другой стороны, на воспитательный процесс – физкультурно-спортивная работа, волонтерство, соц. проекты (исполнитель 2 – воспитательная работа).

Исполнители влияют на формирование у студента знаний и умений применять принципы ЗОЖ. После окончания вуза должен сформироваться специалист – врач, который соблюдает принципы ЗОЖ и пропагандирует их своим пациентам. Если этого не происходит, то нужно пересматривать процесс подготовки специалиста.

Анализ модели развернутого гомеостата показывает, что между двумя исполнителями возникает противоречие, заключающееся в следующем: чем большее время уделяется изучению учебных дисциплин, тем меньше времени у студентов на реализацию аспектов воспитательной работы. С другой стороны, при увеличении количества мероприятий по воспитательной работе, в которых студенты участвуют, снижается время для получения и закрепления знаний.

ВЫВОДЫ. Проанализировав учебные планы и матрицы компетенций, можно сделать следующие выводы:

1. Анализ учебных планов и количество дисциплин, которые студенты осваивают на протяжении всего периода обучения, показал, что формирование знаний по ЗОЖ происходит неравномерно. Установлено, что на базовом этапе обучения студенты осваивают самое большое количество дисциплин, направленных на формирование компетенций по ЗОЖ, чуть меньше на начальном и минимальное количество на заключительном этапе обучения.

2. При рассмотрении расширенной модели гомеостата мы выявили противоречие между учебной и воспитательной работой. При планировании мероприятий по воспитательной работе необходимо учитывать количество дисциплин в семестре и компетенции, которые формируют принципы ЗОЖ, и подбирать мероприятия так, чтобы студенты могли применить полученные знания на практике.

3. Рассматривая процесс формирования ЗОЖ в вузе, нужно учитывать учебный процесс, какую информацию и в каком объеме получает студент, и организовывать мероприятия, где студенты смогут применять и использовать полученные знания и навыки.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Ятлова Е. А. Здоровья, здоровый образ жизни студентов и физическая культура в образовательном пространстве вуза // Мир науки, культуры, образования. 2010. № 6 (25). С. 84–86.
2. Осипова А. Ю., Лукин А. В., Приходов Д. С., Спирин В. С., Кирилов К. А. Деятельность по сохранению здоровья и укреплению физического здоровья студенческой молодежи // Проблемы современного педагогического образования. Серия: педагогика и психология. 2016. № 52-6. С. 161–167.
3. Боброва О. М., Боброва Э. В., Еременская Л. И. Средства и методы физической культуры, повышающие воспитательный потенциал студенческой молодежи // Перспективы науки. 2019. № 10 (121). С. 205–207.
4. Лопатин Н. А. Роль кафедры вуза в формировании здорового образа жизни студентов // Медицина в Кузбассе. 2017. Т. 16, № 2. С. 55–58.
5. Халикова С. С. Формирование здорового образа жизни студенческой молодежи высших учебных заведений // Ученые заметки ТОГУ. 2016. Т. 7, № 2. С. 157–162.
6. Иванова С. Ю., Касаткина Н. Э., Игонина Т. Б., Конькова Р. В. Формирование потребности студентов в здоровом образе жизни в процессе их обучения в вузе // Вестник Кемеровского государственного университета. 2014. Т. 2, № 2 (58). С. 91–95.
7. Богдан И. В. Гурылина М. В., Чистякова Д. П. Здоровый образ жизни: отношение населения и приоритетные направления // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. 2019. Т. 27, № 4. С. 374–378.

REFERENCES

1. Yatlova E. A. (2010), "Health, healthy lifestyle of students and physical culture in the educational space of the university", The world of science, culture, and education, No. 6 (25), pp. 84–86.
2. Osipova A. Yu., Lukin A. V., Parikhov D. S., Spirin V. S., Kirilov K. A. (2016), "Activities for the preservation of health and strengthening the physical health of students", Problems of modern pedagogical education, Series: Pedagogy and psychology, No. 52-6, pp. 161–167.
3. Andreeva E. S. (2023), "The effectiveness of discussions in promoting a healthy lifestyle among young people: an analysis of experience, prospects for development", Health care as an innovative aspect of modern education, Collection of materials of the IV International scientific and practical Internet conference, St. Petersburg, pp. 269–275.
4. Bobrova O. M., Bobrova E. V., Yeremenskaya L. I. (2019), "Means and methods of physical culture that increase the educational potential of student youth", Prospects of science, № 10 (121), pp. 205–207.
5. Lopatin N. A. (2017), "The role of the university department in the formation of a healthy lifestyle of students", Medicine in Kuzbass, Vol. 16, No. 2, pp. 55–58.
6. Ivanova S. Yu., Kasatkina N. E., Igonina T. B., Konkova R. V. (2014), "Formation of students' needs for a healthy lifestyle in the process of their studies at a university", Bulletin of Kemerovo State University, Vol. 2, No. 2 (58), pp. 91–95.
7. Bogdan I. V. Gurylina M. V., Chistyakova D. P. (2019), "The healthy life-style: attitude of population and priority directions", Problems of social hygiene, health care and the history of medicine, Vol. 27, No. 4, pp. 374–378.

Сведения об авторах:

Шредер А.Ю. заведующий кафедрой физической культуры,
AShreder@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0002-5674-4423>
Бакаева А.В. старший преподаватель, av_bakaeva@mail.ru
Кайсин А. С. заместитель начальника кафедры, kaisin.83@mail.ru
Нечаев А. В. преподаватель, nechaev19661@gmail.com

Поступила в редакцию 02.02.2024.

Принята к публикации 28.02.2024.