

6. WDSF World Championship taken place in Vilnius - Lithuania on 30 November (2019), *Adult Standard*, available at: www.worlddancesport.org/Event/Competition/World_Championship-Vilnius-21857/Adult-Standard-53212/Scores

7. WDSF World Championship taken place in Moscow - Russia on 26 October (2019), *Adult Ten Dance*, available at: www.worlddancesport.org/Event/Competition/World_Championship-Moscow-22469/Adult-Ten_Dance-55446/Scores.

8. WDSF World Championship taken place in Moscow - Russia on 26 October (2019),: *Adult Latin*, available at: www.worlddancesport.org/Event/Competition/World_Championship-Moscow-22075/Adult-Latin-54081/Scores.

9. WDSF GrandSlam taken place in Moscow - Russia on 26 October 2019: *Adult Standard*, available at: www.worlddancesport.org/Event/Competition/GrandSlam-Moscow-21720/Adult-Standard-53003/Scores.

10. WDSF GrandSlam taken place in Moscow - Russia on 26 October 2019: *Adult Latin*, available at: www.worlddancesport.org/Event/Competition/GrandSlam-Moscow-21720/Adult-Latin-53004/Scores.

Контактная информация: singina63@mail.ru.

Статья поступила в редакцию 08.01.2023

УДК 796:37.037

ИЗМЕНЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ «ЛЕЧЕБНОЕ ДЕЛО», В ПРОЦЕССЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММНО-СОДЕРЖАТЕЛЬНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Игорь Александрович Скиба, старший преподаватель, Казанский государственный медицинский университет, Казань; Игорь Евгеньевич Коновалов, доктор педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой, Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Казань; Ильдар Фаисович Ибрагимов, кандидат биологических наук, доцент, Казанский государственный энергетический университет, Казань; Казанский государственный медицинский университет, Казанский институт (филиал) Всероссийский государственный университет юстиции Казань; Академия труда и социальных отношений, Казань; Nicolettа Александровна Серебренникова, старший преподаватель, Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Казань

Аннотация

Цель исследования – изучение психологического состояния студентов-медиков обучающихся по программно-содержательному обеспечению профессионально-прикладной физической подготовки, где учитываются их психологический статус и особенности будущей трудовой деятельности. Методика и организация исследования. В исследовании были использованы анализ и обобщение литературных источников, педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент, педагогическое тестирование, методы математической статистики. Исследование проводилось на базе Казанского государственного медицинского университета. В контрольной группе занятия проводились согласно рабочей программы дисциплины оздоровительной направленности, разработанной профильной кафедрой университета, а в экспериментальной группе, согласно авторского программно-содержательного обеспечения профессионально-прикладной физической подготовки. Для оценки эффективности авторского программно-содержательного обеспечения, в начале и в конце эксперимента длившегося один год, проводилось тестирование по методике САН. Результаты исследования и их обсуждение. Прирост изучаемых показателей в контрольной группе (КГ) и экспериментальной группе (ЭГ) за период эксперимента составил: «Самочувствие» – КГ – 4,77 балла, ЭГ – 5,26 балла; «Активность» – КГ – 4,55 балла, ЭГ – 5,18 балла, «Настроение» – КГ - 4,87 балла, ЭГ – 5,23 балла. Выводы. По итогам проведенного эксперимента, после внедрения в учебный процесс разработанного авторского программно-содержательного обеспечения, были определены следующие приросты в исследуемых показателях: «Самочувствие» – КГ – 1,92%, ЭГ – 12,88%; «Активность» – КГ –

1,10%, ЭГ – 13,85%, «Настроение» – КГ – 3,18%, ЭГ – 14,19%. Таким образом, можно заключить, что разработанное нами программно-содержательное обеспечение в контексте психологической подготовки студентов-медиков, обучающихся по специальности «Лечебное дело» является эффективным.

Ключевые слова: физическая культура, студенты-медики, врачи-терапевты участковые, методика САН, профессионально-прикладная физическая подготовка.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.01.p465-470

**CHANGES IN THE PSYCHOLOGICAL STATE OF MEDICAL STUDENTS
STUDYING IN THE SPECIALTY "MEDICAL SCIENCE" IN THE PROCESS OF
IMPLEMENTING SOFTWARE AND CONTENT SUPPORT FOR PROFESSIONALLY
APPLIED PHYSICAL TRAINING**

Igor Aleksandrovich Skiba, the senior teacher, Kazan State Medical University, Kazan; Igor Evgenievich Konovalov, the doctor of pedagogical sciences, docent, department chair, Volga State University of Physical Culture, Sports and Tourism, Kazan; Ildar Faisovich Ibragimov, the candidate of biological sciences, docent; Kazan State Power Engineering University, Kazan; Kazan State Medical University; Kazan Institute (branch), All-Russian State University of Justice, Kazan; Academy of Labor and Social Relations, Kazan; Nicoletta Aleksandrovna Serebrennikova, the senior teacher, Volga Region State University of Physical Culture, Sports and Tourism, Kazan

Abstract

The purpose of the study is to study the psychological state of medical students studying in the software and content support of professionally applied physical training, which takes into account their psychological status and features of future work. Methodology and organization of the study. The study used the analysis and generalization of literary sources, pedagogical observation, pedagogical experiment, pedagogical testing, and methods of mathematical statistics. The study was conducted on the basis of the Kazan State Medical University. In the control group, classes were conducted according to the work program of the discipline of health-improving orientation, developed by the profile department of the university, and in the experimental group, according to the author's software and content support of professionally applied physical training. To assess the effectiveness of the author's software and content support, at the beginning and at the end of the experiment, which lasted one year, testing was carried out according to the SAN methodology. The results of the study and their discussion. The increase in the studied indicators in the control group (KG) and the experimental group (EG) during the experiment period was: "Well-being" - KG - 4.77 points, EG – 5.26 points; "Activity" - KG - 4.55 points, EG – 5.18 points, "Mood" - KG - 4.87 points, EG - 5.23 points. Conclusions. According to the results of the experiment, after the introduction of the author's software and content into the educational process, the following increases in the studied indicators were determined: "Well-being" – KG - 1.92%, EG - 12.88%; "Activity" – KG - 1.10%, EG - 13.85%, "Mood" – KG - 3.18%, EG – 14.19%. Thus, we can conclude that the software and content support developed by us in the context of the mental training of medical students studying in the specialty "Medical care" is effective.

Keywords: physical culture, medical students, district internists, SAN methodology, professionally applied physical training.

ВВЕДЕНИЕ

На сегодняшний день современный процесс освоения учебной программы в медицинском ВУЗе определяется целостной структурой взаимосвязей многих переменных: функционального состояния, работоспособности, приспособляемости к различным видам деятельности. При этом, от студентов требуется постоянное напряжение интеллектуальных, духовных и физических сил, потребность в которых меняется в зависимости от этапа и курса обучения [5].

В связи с необходимостью освоения большого количества объемных и фундаментальных учебных дисциплин, академическая нагрузка студентов-медиков является одной

из самых высоких в сфере образования и составляет 36–40 часов в неделю, вместо положенных 24 часов, т. е. имеет место превышение учебной нагрузки в 1,5 раза, и далеко не всегда эта нагрузка соответствует уровню их психоэмоционального состояния [2].

Более того, студенты медицинских ВУЗов находятся в более сложном положении, так как их будущая профессиональная деятельность не только требует достаточно высокого уровня подготовки, но и связана с ответственностью за жизнь и здоровье пациентов. Данные факты обуславливают трудоемкую многопрофильную подготовку в медицинском ВУЗе, что требует сохранения высокого уровня физического и психологического здоровья [1].

Характер учебной деятельности и связанные с ней нагрузки, являются ведущими факторами, влияющими на адаптацию организма студентов к образовательной среде. При этом неадекватное усложнение учебного материала по сравнению со школьной программой приводит к несоответствию между эмпирически сложившимися методами обучения в ВУЗах и лимитом времени. Результатом этого являются нарушения режима дня, снижение работоспособности, что отражается на эффективности обучения, а в ряде случаев и повышении заболеваемости вследствие переутомления, вызванного учебной нагрузкой [4].

Высокая интенсивность ментальных нагрузок, монотония, частые стрессогенные ситуации с одной стороны, с другой – низкий уровень психологической культуры, астения, физиологические и вегетативные особенности организма, недостаточное развитие навыков саморегуляции приводит к тому, что значительная часть студентов-медиков страдает психосоматическими заболеваниями [3].

Вместе с тем распространённость пограничных психических расстройств у студентов-медиков, по данным различных авторов, колеблется от 2,2% до 29,0%, что приводит к психической дезадаптации и чаще всего сопровождается тревожно-депрессивными расстройствами. При этом примерно четверть первокурсников, замечают быструю утомляемость, снижение работоспособности, ухудшение памяти, неустойчивость настроения, плохой сон и другие признаки переутомления [7].

Следовательно, большие психические нагрузки студентов-медиков являются крайне значимыми, поскольку по мере перехода от обучения посредством лекций и семинаров к клинической работе с больными, ориентированной на помощь и уход за пациентами, происходит рост негативных переживаний, вызванный нарастающими дистрессами, снижением уверенности в себе и гуманистического отношения к больным, что уже к началу ведения профессиональной деятельности приводит к выгоранию и различного рода заболеваниям [6, 8].

Учитывая вышеизложенное, целью исследования является изучение психологического состояния студентов-медиков обучающихся по программно-содержательному обеспечению профессионально-прикладной физической подготовки, где учитываются их психологический статус и особенности будущей трудовой деятельности.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

В исследовании были использованы анализ и обобщение литературных источников, педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент, педагогическое тестирование, методы математической статистики. Исследование проводилось на базе ФГБОУ ВО «Казанский государственный медицинский университет». В контрольной группе занятия проводились по рабочей программе оздоровительной направленности, разработанной профильной кафедрой ВУЗа, а в экспериментальной группе по рабочей программе с модулем профессионально-прикладная физическая подготовка. Для оценки эффективности авторской программы, в начале и в конце эксперимента, продолжительность которого составила один год, проводилось тестирование по методике САН, входящей в состав аппаратного комплекса (АПК) «НС-ПсихоТест». В опроснике САН, каждой паре полярных

признаков (вопросов), появившихся на экране, испытуемым предлагалось выбрать ту характеристику, которая наиболее точно описывает текущее состояние, и отметить цифру, которая соответствует степени (силе) выраженности данной характеристики. По окончании тестирования на экране появляются средние значения баллов, набранных по трем изучаемым шкалам.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Учитывая актуальную необходимость регуляции нервно эмоционального состояния студентов медиков, в частности обучающихся по специальности «Лечебное дело», средствами физической культуры, нами было разработано программно-содержательное обеспечение профессионально-прикладной физической подготовки. Содержанием разработанной нами программы дисциплины являются базовые виды спорта и средства подготовки, такие как: легкая атлетика, гимнастика, лыжи, игровые виды спорта и подвижные игры. В свою очередь, содержание реализуется по видам подготовки – общая физическая подготовка (ОФП) и профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) при разной часовой нагрузке и различной направленности режима реализации учебного материала.

Так на первом курсе соотношение ОФП и ППФП составляет 20/80, что позволяет продолжать совершенствование технических элементов конкретного вида спорта, исключая болезненные адаптации вытягивания в учебный процесс на первом курсе. При этом интенсивность занятий не превышает компенсаторной зоны интенсивности (Частота сердечных сокращений (ЧСС) не достигает 130 уд/мин), физическая работа осуществляется за счет аэробного механизма.

На втором курсе соотношение ППФП к ОФП является более выраженным и составляет 40% выделяемого времени. На занятиях совершенствуется техника видов спорта, а также происходит целенаправленное развитие профессионально важных качеств и способностей в аэробной зоне интенсивности – ЧСС от 130 до 150 уд/мин.

На третьем курсе занятия носят ярко выраженный тренирующий эффект, для развития и совершенствования, необходимых профессионально важных качеств и способностей, режим ЧСС до 180 уд/мин, при 70% времени отводимому ППФП.

Для оценки эффективности авторского программно-содержательного обеспечения, в начале и в конце эксперимента, длившегося один год, проводилось тестирование. Результаты, полученные в начале и в конце проведенного эксперимента, представлены в таблице.

Таблица – Показатели самочувствия, активности и настроения студентов-медиков контрольной и экспериментальной групп в начале и в конце педагогического эксперимента, $\bar{x} \pm \sigma$

Группы испытуемых	Тесты		
	Самочувствие (баллы)	Активность (баллы)	Настроение (баллы)
В начале эксперимента			
КГ (n=20)	4,68±0,75	4,60±0,61	4,72±0,71
ЭГ (n=20)	4,66±0,58	4,55±0,47	4,58±0,66
U	191,00	192,00	166,50
P	>0,05	>0,05	>0,05
В конце эксперимента			
КГ (n=20)	4,77±0,69	4,55±0,46	4,87±0,56
ЭГ (n=20)	5,26±0,51	5,18±0,36	5,23±0,38
U	117,50*	61,00*	125*
P	<0,05	<0,05	<0,05
Прирост %	КГ	1,92	3,18
	ЭГ	12,88	14,19

Примечание: КГ – контрольная группа; ЭГ – экспериментальная группа; $\bar{x}$ – среднее выборочное; σ – стандартное отклонение; U – критерий Манна-Уитни, P – уровень значимости при $\alpha=0,05$; * – различия статистически значимы.

Из таблицы видно, что если на первом этапе исследования у студентов, составивших контрольную и экспериментальную группу, статистически значимых различий между показателями зафиксировано не было ($P > 0,05$), то на втором этапе, во всех исследуемых показателях между контрольной и экспериментальной группами наблюдаются статистически значимые различия ($P < 0,05$).

Рассматривая данные шкалы «Самочувствие», показанные на первом этапе исследования, видно, что значения в контрольной группе составили $4,68 \pm 0,75$ бала, в экспериментальной группе – $4,66 \pm 0,58$ бала. Значение изучаемого показателя на втором этапе в контрольной группе составило $4,77 \pm 0,69$ балла, а в экспериментальной – $5,26 \pm 0,51$ балла.

По шкале «Активность», студенты контрольной группы на первом этапе исследования показали значение $4,60 \pm 0,61$ бала, в экспериментальной группе значение составило – $4,55 \pm 0,47$ бала. При изучении результатов, зарегистрированных на втором этапе, видно, что значение показателя в контрольной группе составило $4,55 \pm 0,46$ балла, а в экспериментальной – $5,18 \pm 0,36$ балла.

Сравнительный анализ данных шкалы «Настроение» показал, что на первом этапе исследования показатели в контрольной группе составили значение – $4,72 \pm 0,71$ балла, в экспериментальной группе – $4,58 \pm 0,66$ балла, а на втором этапе – $4,87 \pm 0,56$ балла против $5,23 \pm 0,38$ балла – соответственно.

ВЫВОДЫ

По итогам проведенного эксперимента после внедрения в учебный процесс разработанного авторского программно-содержательного обеспечения, были определены следующие приросты в исследуемых показателях: «Самочувствие» – КГ – 1,92%, ЭГ – 12,88%; «Активность» – КГ – 1,10%, ЭГ – 13,85%, «Настроение» – КГ – 3,18%, ЭГ – 14,19%. Таким образом, можно заключить, что разработанное нами программно-содержательное обеспечение в контексте психологической подготовки студентов-медиков, обучающихся по специальности «Лечебное дело» является эффективным.

ЛИТЕРАТУРА

1. Аристакесян В.О. Профессионально ориентированное физическое воспитание студентов медицинского вуза, имеющих сочетанные нарушения опорно-двигательного аппарата: дис. ... канд. пед. наук: / Аристакесян Виктория Олеговна. – Волгоград, 2017. – 226 с.
2. Меерманова, И.Б. Состояние здоровья студентов, обучающихся в высших учебных заведениях / И.Б. Меерманова, Ш.С. Койгельдинова, С.А. Ибраев // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2017. – № 2-2. – С. 193–197.
3. Огнева Л.Г. Эмоциональные аспекты здоровья студентов-медиков / Л.Г. Огнева // Современные аспекты формирования здорового образа жизни : Материалы VI региональной научно-практической конференции. – Новосибирск, 2017. – С. 156–158.
4. Полубок В.С. Профессионально-прикладная физическая подготовка у будущих врачей / В.С. Полубок // Актуальные проблемы медицины : материалы ежегодной итоговой научно-практической конференции (26-27 января 2017 г.). – Гродно, Республика Беларусь, 2017. – С. 781–784.
5. Романцов М.Г. Особенности образовательного процесса в медицинском вузе / М.Г. Романцов, С.Б. Рыбалкин // Современный взгляд на проблемы педагогики и психологии : сборник научных трудов по итогам международной научно-практической конференции. – Уфа, 2015. – С. 63–65.
6. Скиба И.А. Исследование состояния и степени развития нервной системы студентов-медиков, обучающихся по специальности «Лечебное дело» для целенаправленного формирования раздела «Элективные дисциплины по физической культуре» средствами профессионально-прикладной физической подготовки / И.А. Скиба, И.Е. Коновалов // Олимпийский спорт и спорт для всех: материалы XXIV Международного научного конгресса. – Казань: Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, 2020. – С. 365–367.
7. Частота и выраженность тревожно-депрессивных нарушений у студентов медицинского вуза / Е.В. Деревянных [и др.] // В мире научных открытий. – 2017. – Т. 9, – № 1. – С. 10–28.

8. Эмоциональное выгорание врачей / Н.А. Сирота [и др.] // Инфекционные болезни: Новости. Мнения. Обучение. – 2017. – № 4. – С. 19–25

REFERENCES

1. Aristakesyan, V.O. (2017), *Professionally oriented physical education of medical university students with combined disorders of the musculoskeletal system, dissertation*, Volgograd, 226 p.
2. Meermanova, I.B., Koigeldinova S.S. and Ibraev S.A. (2017), "The state of health of students studying in higher educational institutions", *International journal of applied and fundamental research*, No. 2-2, pp. 193-197.
3. Ogneva, L.G. (2017), "Emotional aspects of health of medical students", *Modern aspects of the formation of a healthy lifestyle, Materials of the VI regional scientific and practical conference*, Novosibirsk, pp. 156-158.
4. Polubok, V.S. (2017), "Professionally applied physical training of future doctors", *Actual problems of medicine: materials of the annual final scientific and practical conference*, Grodno, Republic of Belarus, pp. 781–784.
5. Romantsov, M.G. and Rybalkin S.B. (2015), "Features of the educational process in a medical university", *A modern look at the problems of pedagogy and psychology, collection of scientific papers on the results of the international scientific and practical conference*, Ufa, pp. 63–65.
6. Skiba, I.A., and Konovalov I.E. (2020), "Investigation of the state and degree of development of the nervous system of medical students studying in the specialty "Medical science" for the purposeful formation of the section "Elective disciplines in physical culture" by means of professionally applied physical training ", *Olympic sport and sport for all: materials of the XXIV International scientific congress*, Kazan: Volga state academy of physical culture, sports and tourism, pp. 365–367.
7. Derevykh, E.V., Balashova, N.A., Yaskevich, R.A. and Moskalenko O.L. (2017), "Frequency and severity of anxiety-depressive disorders in medical university students", *In the world of scientific discoveries*, Vol. 9. No. 1, pp. 10–28.
8. Sirota, N.A., Yaltonsky, V.M., Yaltonskaya, A.V. and Moskovchenko D.V. (2017), "Emotional burnout of doctors", *Infectious diseases: News. Opinions. Training*, No. 4, pp. 19–25.

Контактная информация: skiba87@mail.ru

Статья поступила в редакцию 18.01.2023

УДК 796.062

СТРАТЕГИЧЕСКИЕ РЕСУРСЫ ВОВЛЕЧЕНИЯ НАСЕЛЕНИЯ В ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ – РАЗВИТИЕ СПОРТИВНОЙ ИНФРАСТРУКТУРЫ

Татьяна Владимировна Скобликова, доктор педагогических наук, профессор, Юго-Западный государственный университет, Курск

Аннотация

В число стратегически важных социальных направлений современной России входит развитие физкультурно-спортивной отрасли, как значимого фактора повышения качества жизни, сохранения и укрепления здоровья населения, роста человеческого капитала. С распространением коронавирусной инфекции COVID-19 физкультурно-спортивная отрасль оказалась в тяжелейших условиях, имела экономические потери и функционировала в ограниченных условиях. Для вовлечения населения в систематические занятия физической культурой и спортом главным условием является доступность физкультурно-спортивной инфраструктуры. Целью исследования является выявление возможностей для занятий физической культурой и спортом в контексте роста ряда показателей, характеризующих развитие физкультурно-спортивной инфраструктуры на территории России. В статье представлена динамика развития физкультурно-спортивной отрасли в разрезе восьми федеральных округов Российской Федерации за 2018–2021 гг на основе анализа статистических материалов Минспорта РФ. А также динамика вовлечения населения в систематические занятия физической культурой и спортом, где главным условием является доступность физкультурно-спортивной инфраструктуры. Исследование направлено на реализацию задач стратегии развития