

Для специалистов по физической культуре специальная подготовка в малых группах к сдаче кандидатского экзамена по иностранному языку является основой выполнения требований по освоению навыков общения на иностранном языке. Специальная подготовка в малых группах помогла специалистам по физической культуре, более качественно овладеть специальными навыками общения на иностранном языке.

В процессе подготовки к сдаче кандидатского экзамена по иностранному языку в малых группах навыки общения на иностранном языке формируются более быстрыми темпами. Такая подготовка в малых группах очень полезна для улучшения и развития интеллектуальных способностей, для навыков общения на иностранном языке у специалистов по физической культуре, которые готовятся к сдаче кандидатского экзамена по иностранному языку.

ВЫВОД

Учет выявленных факторов, определяющих необходимость использования малых групп для подготовки к сдаче кандидатского экзамена по иностранному языку специалистов в сфере физической культуры, позволит в значительной степени повысить эффективность этого процесса.

ЛИТЕРАТУРА

1. Болотин А.Э. Содержание научно-исследовательской работы в области физической культуры и спорта (учебно-методическое пособие) / А.Э. Болотин, В.Л. Бочковская. – Санкт-Петербург : ВИФК, 2010. – 187 с.
2. Болотин А.Э. Требования, предъявляемые к выпускникам вузов внутренних войск МВД России для эффективного выполнения служебно-боевых задач. / А.Э. Болотин, А.Н. Сивак // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2012. – № 10 (92). – С. 30–35.
3. Bolotin A.E. Scientific and theoretical prerequisites for improvement of modern pedagogical technologies / A.E. Bolotin, V.V. Bakayev // *Advanced Learning and Teaching Environments – Innovation, Contents and Methods*, Publisher: London IntechOpen, 2018, – P. 195–221.

REFERENCES

1. Bolotin A.E. and Bochkovskaya V.L. (2010), *Content of research work in the field of physical culture and sports (educational and methodological manual)*, VIFK, St. Petersburg.
2. Bolotin A.E. and Sivak A.N. (2012), "Requirements for graduates of universities of internal troops of the Ministry of Internal Affairs of Russia for the effective performance of service and combat missions", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 92, No. 10, pp. 30–35.
3. Bolotin A.E., Bakayev V.V. (2018), "Scientific and theoretical prerequisites for improvement of modern pedagogical technologies". *Advanced Learning and Teaching Environments – Innovation, Contents and Methods*, Publisher: London IntechOpen, pp. 195–221.

Контактная информация: a_bolotin@inbox.ru

Статья поступила в редакцию 19.02.2023

УДК 796.035-053.8

К ПРОБЛЕМЕ ПОВЫШЕНИЯ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКИХ ВУЗОВ

Людмила Александровна Якимова, кандидат педагогических наук, доцент, Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Кубанский государственный медицинский университет, Краснодар; Олег Николаевич Новосельцев, преподаватель, Людмила Николаевна Порубайко, кандидат медицинских наук, доцент, Илья Сергеевич Воронин, преподаватель, Ксения Александровна Светличная, преподаватель, Александр Сергеевич Ткач, преподаватель, Кубанский государственный

Аннотация

Введение. Задача профессионального образования - обучить достойного специалиста с высоким уровнем профессиональных компетенций, крепким физическим здоровьем и высоким уровнем физической подготовки, так необходимых для трудовой деятельности. В вузах медицинской направленности забота о важнейших компонентах человеческого состояния возложена на процесс физического воспитания. Однако недостаточность объемов часов, предусмотренных федеральными стандартами на учебную дисциплину «Физическая культура» приводит к снижению двигательной активности и как следствие появлению негативных последствий в состоянии здоровья молодых людей. Поэтому рассмотрение вопросов по совершенствованию подходов к организации занятий физической культурой в вузах как в учебное, так и во внеучебное время, позволяющих улучшить физическую подготовленность будущих медиков всегда актуально. Цель исследования – определение возможности повышения уровня физической подготовленности студентов медицинских вузов через организацию физического воспитания на основе программного материала спортивно-секционных занятий. Методы исследования: изучение литературных данных, социальный опрос, тестирование физической подготовленности, методы расчета математической статистики, педагогический эксперимент. Результаты исследования и их обсуждение: изучены методические закономерности реализации процесса физического воспитания в вузах медицинского профиля; выявлен уровень физической подготовленности студентов Кубанского государственного медицинского университета; определено воздействие занятий спортивной направленности на прирост физических качеств у студентов медицинских вузов. Выводы: основные показатели, полученные в ходе исследования позволили доказать высокую степень значимости средств занятий тем или иным видом спорта для повышения уровня физической подготовленности, имеющей социальное значение в профессионально прикладной подготовке будущих врачей.

Ключевые слова: студенты, медицинские вузы, процесс физического воспитания, физическая подготовленность, спортивные секции.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.02.p518-523

TO THE PROBLEM OF INCREASING THE LEVEL OF PHYSICAL FITNESS OF STUDENTS OF MEDICAL HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

Lyudmila Alexandrovna Yakimova, the candidate of pedagogical sciences, docent, Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism, Kuban State Medical University, Krasnodar; Oleg Nikolaevich Novoseltsev, the teacher, Lyudmila Nikolaevna Porubayko, the candidate of medical sciences, docent, Ilya Sergeevich Voronin, the teacher, Ksenia Alexandrovna Svetlichnaya, the teacher, Alexander Sergeevich Tkach, the teacher, Kuban State Medical University, Krasnodar

Abstract

Introduction. The task of vocational education is to train a worthy specialist with a high level of professional competencies, good physical health and a high level of physical fitness, which are so necessary for work. In higher education institutions of medical orientation, the care of the most important components of the human condition is entrusted to the process of physical education. However, the insufficiency of the volume of hours provided by the federal standards for the academic discipline "Physical Education" leads to a decrease in physical activity and, as a result, the appearance of negative consequences in the health of young people. Therefore, consideration of issues on improving approaches to the organization of physical education classes in universities, both during school hours and outside of school time, which allows improving the physical fitness of future doctors, is always relevant. The purpose of the study is to determine the possibility of increasing the level of physical fitness of students of medical universities through the organization of physical education based on the program material of sports sectional classes. Methods of research: study of literature data, social survey, testing of physical fitness, methods for calculating mathematical statistics, pedagogical experiment. The results of the research and their discussion: the methodological patterns of the implementation of the process of physical education in medical universities were studied; the level of physical fitness of students of the Kuban State Medical University was revealed; the impact of sports

activities on the growth of physical qualities in students of medical universities was determined. Conclusions: the main indicators obtained in the course of the study made it possible to prove the high degree of importance of the means of practicing one or another sport for increasing the level of physical fitness, which is of social importance in the professionally applied training of future doctors.

Keywords: students, medical universities, the process of physical education, physical fitness, sports clubs.

ВВЕДЕНИЕ

В условиях технологического прогресса задача учреждения высшего образования создать оптимальные условия для повышения двигательной активности своих обучающихся. Сущностью которой является разносторонне физическое развитие молодых людей, расширение границ их физических способностей в настоящем и создание базы для профессионально-прикладных умений и навыков в будущем [1, 9]. Особенно важную роль формированию физической культуры личности отводится направлениям подготовки в области медицины. Так как никакая деятельность дипломированного специалиста-медика, связанная с тяжелым монотонным трудом, невозможна без должного уровня специальной физической подготовленности. Специалисты прошлых лет и современные ученые [1, 2] подчеркивают, что физическая культура является основой становления медико-профилактических компетенций будущих врачей. В связи с чем процесс физического воспитания в медицинских вузах должен полностью обеспечивать необходимый для возраста и специфики обучения объем двигательной деятельности, а также создавать все условия для гармоничного развития молодых людей. И работа по поиску решений оптимизации процесса физического воспитания в медицинских вузах, ведущего к повышению уровня физической подготовленности студентов-медиков, подчеркивает актуальность постоянно возникающих проблем в данной области.

Цель исследования – определить возможность повышения уровня физической подготовленности студентов медицинских вузов через организацию физического воспитания на основе программного материала спортивно-секционных занятий. Задачи исследования: определить организационные особенности физического воспитания в вузах медицинской направленности; изучить физическую подготовленность студентов-медиков, занимающихся физическими упражнениями в основном и спортивном отделениях; определить степень влияния занятий в спортивных секциях на физическую подготовленность обучающихся.

МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Стратегия и тактика исследования позволили наметить методологию применения анализа нормативных, законодательных и учебно-методических источников, проведения социологического опроса преподавателей физической культуры и тестирования физической подготовленности обучающихся медицинских вузов, педагогического эксперимента, математических расчетов. В исследовании приняло 46 преподавателей вузов медицинской направленности Южного федерального округа и 138 человек (75 юношей) педиатрического, стоматологического, медико-профилактического, фармацевтического и лечебного факультетов разных курсов основной медицинской группы ФГБОУ ВО "КубГМУ" Минздрава России. Обучающиеся были разделены на 3 группы (1 группа – основное отделение, 2 и 3 группы – студенты, посещающие спортивные секции).

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Изучение документально-правовой, нормативной учебно-методической базы по вопросам организации физического воспитания в медицинских вузах позволило определить среднестатистический объем часов, составляющий в среднем около 300 часов [3, 4, 5]. Предлагаемое количество реализуется образовательной организацией в удобном ей порядке [6, 7]. Так, согласно программам дисциплины, освоение дидактического материала

осуществляется через занятия, проводимые в учебное время – лекционного, практического, теоретико-методического типов, самостоятельной работы. Организуются также занятия во внеучебное время – в секциях по виду спорта, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия [6, 7]. Рассмотренные программы в 66% случаев охватывают процесс физического воспитания три курса, в остальных – 34% – шесть курсов. Имеется распределение часов на каждый семестр, но оно неравномерно (в среднем от 24 до 36 часов). В содержании программ отсутствует конкретика дидактического материала, так необходимого для освоения компетенций, намеченных стандартами обучения. Такая неравномерность планирования совсем не позволяет обучающимся поддерживать должный уровень физической подготовленности и общей работоспособности, что установлено в ходе педагогических измерений. Используя контрольные испытания ВФСК ГТО, мы изучили уровень физической подготовленности обучающихся ФГБОУ ВО «КубГМУ» Минздрава России, посещающих занятия в основном и спортивном отделениях (секции игровых видов и легкой атлетики) в начале и в конце учебного года. В начале учебного года студенты-юноши всех отделений имели среднестатистическую одинаковую физическую подготовленность по всем показателям, которые ниже возрастной нормы и ни по одному параметру не дотягивают даже до бронзового знака отличия ВФСК ГТО. Так скоростные способности в среднем у них составили $15,77 \pm 2,03$ с, уровень развития скоростно-силовых способностей показал средние значения в $194,67 \pm 36,62$ см, координационные способности были на уровне $-8,71 \pm 1,59$ с, гибкость – $3,2 \pm 0,48$ см, сила – $18,5 \pm 2,13$ раз, выносливость – $15,72 \pm 2,2$ мин, с. После 10 месяцев регулярного посещения занятий в спортивных секциях у обучающихся-спортсменов произошли положительные изменения (таблица 1). Особенно значимый прирост физических качеств наблюдается в группе занимающихся легкой атлетикой. По отношению к начальным измерениям данные студенты достоверно улучшили свою физическую подготовленность по скоростным, скоростно-силовым, силовым способностям, выносливости и гибкости (t-критерий соответственно равен 2,29; 5,3; 4,44; 2,04; 2,11). У студентов, посещающих спортивные игры статистически значимо изменились в лучшую сторону показатели скоростно-силовых, координационных, силовых способностей и гибкости (t-критерий соответственно равен 3,64; 2,18; 4,52; 3,86). У юношей же основного отделения достоверно улучшилось только развитие гибкости (t-критерий 2,49), остальные изменения в уровне физической подготовленности оказались не такими значимыми как в спортивных группах.

Таблица – Физическая подготовленность студентов-юношей, ($M \pm m$)

Контрольные нормативы	Период измерения (1 – в начале учеб. года; 2 – в конце учеб. года)	Гр. 1 (основное отделение), n=25	Гр. 2 (игровые виды спорта), n=25	Гр. 3 (легкая атлетика), n=25	Нормы ВФСК ГТО (золото; серебро; бронза)
Бег 100 м (сек)	1	$15,8 \pm 2,01$	$15,8 \pm 1,98$	$15,9 \pm 1,1$	13,1;
	2	$15,1 \pm 1,86$	$14,0 \pm 1,55$	$12,9 \pm 0,71$	14,1;
	t, p	0,26; >0,05	0,72; >0,05	2,29; <0,05	14,4
Прыжок в длину с места (см)	1	$189 \pm 3,03$	$190 \pm 2,81$	$205 \pm 3,51$	240;
	2	$193 \pm 3,15$	$205 \pm 3,01$	$231 \pm 3,43$	225;
	t, p	0,92; >0,05	3,64; <0,05	5,30; <0,05	210
Челночный бег 3x10 м (сек)	1	$8,71 \pm 1,15$	$8,77 \pm 0,82$	$8,67 \pm 0,95$	7,1;
	2	$8,55 \pm 1,64$	$6,93 \pm 0,2$	$6,86 \pm 1,12$	7,7;
	t, p	0,8; >0,05	2,18; <0,05	1,23; >0,05	8,0
Наклон вперед согнув. из положения стоя на гимнаст. скамье (см)	1	$+2,9 \pm 0,11$	$+3,5 \pm 0,64$	$+3,1 \pm 0,7$	+13;
	2	$+5,9 \pm 1,2$	$+6,1 \pm 0,21$	$+6,0 \pm 1,18$	+8;
	t, p	2,49; <0,05	3,86; <0,05	2,11; <0,05	+6
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)	1	$18,0 \pm 2,15$	$18,8 \pm 2,11$	$18,6 \pm 2,15$	44;
	2	$20,5 \pm 2,01$	$33,4 \pm 2,45$	$31,8 \pm 2,05$	32;
	t, p	0,85; >0,05	4,52; <0,05	4,44; <0,05	28
Бег 3000 м (мин, с)	1	$15,26 \pm 2,43$	$16,1 \pm 2,1$	$15,9 \pm 1,07$	12,0;
	2	$14,9 \pm 2,15$	$14,3 \pm 1,8$	$12,9 \pm 1,01$	13,4;
	t, p	0,11; >0,05	0,65; >0,05	2,04; <0,05	14,3

Полученные результаты позволяют сделать вывод о лучшем воздействии на скоростные способности и выносливость системы планомерных занятий легкой атлетикой, нежели общепринятые занятия физической культурой. На повышение уровня координационных способностей кардинально влияют занятия футболом, баскетболом и волейболом. Повышать же уровень развития силовых и скоростно-силовых способностей возможно как средствами легкой атлетики, так и двигательными заданиями из спортивных игр. Гибкость дает хорошие результаты при применении любых не специфических упражнений большой амплитудности. В связи с чем, можно предположить, что включение в занятия элективных курсов по физической культуре средств избранной спортивной направленности позволит улучшить их физическую подготовленность и в целом наладит качество процесса физического образования.

ВЫВОДЫ

Анализ полученных параметров физической подготовленности у студентов основного и спортивного отделения позволил определить возможность повышения уровня физической подготовленности у первых через рациональное планирование в учебном процессе занятий физической культурой с включением средств легкой атлетики, волейбола, баскетбола и футбола. Что в свою очередь необходимо для успешной профессионально-прикладной подготовки и совершенствования компетенций будущей специальности.

ЛИТЕРАТУРА.

1. Доронцев А.В. Концепция общекультурных компетенций по физической культуре в медицинских вузах / А.В. Доронцев // Ученые записки университета им.П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 4 (146). – С. 61–64.
2. Мандриков В.Б. Технология оптимизации здоровья, физического воспитания и образования студентов медицинских вузов / В.Б. Мандриков. – Волгоград : Изд-во технического университета, 2001. – 322 с.
3. Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - специалист по специальности 31.05.01 Лечебное дело : Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 12.08.2020 г. № 988 // Консультант плюс : [сайт]. – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_361328/ (дата обращения 10.09.2022).
4. Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - специалист по специальности 31.05.02 Педиатрия : Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 12.08.2020 г. № 965 // Консультант плюс : [сайт]. – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_361239/ (дата обращения 12.09.2022).
5. Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - специалист по специальности 31.05.03 Стоматология : Приказ Министерства науки и высшего образования РФ от 12.08.2020 г. № 984 // Консультант плюс : [сайт]. – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_361318/ (дата обращения 11.09.2022).
6. Рабочая программа дисциплины (модуля) Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту / И.К. Тихомирова и другие. – Дубна Университет Дубна, 2016. – 41 с.
7. Рабочая программа дисциплины Физическая культура и спорт / А.Ф. Щекин, Ю.И. Журавлева, Д.А. Малофеев. – Пятигорск, , 2020. – 49 с.
8. Использование фитнес-технологий в учебном процессе вузов для формирования положительной мотивации к двигательной активности у обучающихся / Л.А. Якимова, Т.Х. Емтыль, Н.Н. Пешков, М.В. Махинова, Ю.А. Прокопчук // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2019. – № 4. – С. 27–33.

REFERENCES

1. Dorontsev, A.V. (2017), "The concept of general cultural competencies in physical culture in medical universities", *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, Vol. 4 (146), pp. 61–64.
2. Mandrikov, V.B. (2001), *Technology of optimization of health, physical training and education of students of medical schools*: monograph, Volgograd.
3. Ministry of Science and Higher Education of the Russian Federation (2020), "On approval of the federal state educational standard of higher education – specialist in the specialty 31.05.01 General

Medicine”, *Order of 12.08.2020, No. 988*, available at: www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_361328 (accessed 10 September 2022).

4. Ministry of Science and Higher Education of the Russian Federation (2020), “On approval of the federal state educational standard of higher education – specialist in the specialty 31.05.02 Pediatrics” *Order of 12.08.2020, No. 965*, available at: www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_361239/ (accessed 12 September 2022).

5. Ministry of Science and Higher Education of the Russian Federation (2020), “On approval of the federal state educational standard of higher education - specialist in the specialty 31.05.03 Dentistry”, *Order of 12.08.2020, No. 984*, available at: www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_361318/ (accessed 11 September 2022).

6. Tihomirova, I.K. (2016), *Work program of the discipline (module) Elective disciplines (modules) in physical culture and sports*, University of Dubna, Dubna.

7. Shehekin, A.F., Zhuravleva, Yu.I. and Malofeev, D.A. (2020), *Work program of the discipline Physical culture and sport*, Pyatigorsk.

8. Yakimova, L.A. and Emtyl T., Peshkov N.N., Makhinova M.W., Prokopchuk Y.A. (2019), "Use of fitness technologies in the educational process of universities for the formation of positive motivation of students to physical activity", *Physical Education, Sport – Science and Practice*, N. 4, pp. 27–33.

Контактная информация: эLusia.ya@mail.ru

Статья поступила в редакцию 02.02.2023

УДК 796.81

ИЗУЧЕНИЕ ЭТНОГРАФИЧЕСКИХ ОПИСАНИЙ ЯКУТСКОЙ БОРЬБЫ РАЗНЫХ АВТОРОВ В ПЕРИОД С СЕРЕДИНЫ 18-ГО ВЕКА ДО КОНЦА 19-ГО ВЕКА

Яков Ильич Яковлев, старший преподаватель, Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова, г. Якутск

Аннотация

В период доминирующих процессов глобализации на уровне мирового культурного пространства, для народов, составляющих Российскую Федерацию, актуальным встает вопрос сохранения, возрождения самобытной национальной культуры. Об этом еще в 2017 году, выступая на праздновании Дня народного единства, наш президент В. В. Путин сказал: – «Сохранение разнообразия народов России, их этнической, культурной самобытности имеет для нас ключевое значение». В данной статье приведены результаты исследований этнографических и архивных документов по якутской борьбе в период с середины 18-го века до конца 19-го века. Проведены разбор, анализ и сравнение этнографических текстов, касающихся борьбы, разных авторов указанного временного промежутка. Статья может внести свою лепту в становление теоретического фундамента якутской борьбы, практиковавшейся примерно до середины 20-го века, а впоследствии, его ревитализации, что, несомненно, будет способствовать сохранению самобытности якутского народа в сфере национальной физической культуры и положительно отразится на процессах консолидации многонациональной Российской Федерации.

Ключевые слова: этнографические описания, национальные виды борьбы, якутская борьба, борьба сумо.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.02.p523-528

STUDY OF ETHNOGRAPHIC DESCRIPTIONS OF THE SAKHA WRESTLING BY VARIOUS AUTHORS IN THE PERIOD FROM THE MIDDLE OF THE 18TH CENTURY TO THE END OF THE 19TH CENTURY

Yakov Ilyich Yakovlev, the senior teacher, North-Eastern Federal University in Yakutsk

Abstract

During the period of the dominant processes of globalization at the level of the world cultural space, the issue of preserving and reviving the original national culture becomes urgent for the peoples who make