образ жизни, проявляют уважение к участникам войн, вырастет патриот своей страны.

Результативность работы по патриотическому воспитанию должна определяться не количественными показателями (число проводимых мероприятий и их участников), а степенью интеграции гражданско-патриотической деятельности: качеством готовности и стремлением молодежи к выполнению своего гражданского и патриотического долга во всем многообразии форм его проявления.

ЛИТЕРАТУРА

1. Сочивко Д. В. Экзистенциальная психодинамика / Д. В. Сочивко. – Москва, Рязань : Высшая школа психологии, 2020. – 225 с.

REFERENCES

1. Sochivko, D.V. (2020), *Existential psychodynamics*, Graduate School of Psychology, Moscow, Ryazan.

Контактная информация: divisenko_lubov@mail.ru

Статья поступила в редакцию 31.01.2022

УДК 796.012.6

ИССЛЕДОВАНИЕ МОТИВАЦИОННО ОБУСЛОВЛЕННЫХ ПРИОРИТЕТОВ К ЗАНЯТИЯМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТЬЮ У СТУДЕНТОВ РАЗЛИЧНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП

***Александр Викторович Доронцев**, кандидат педагогических наук, доцент, Астраханский государственный медицинский университет, Астрахань; **Людмила Николаевна Порубайко**, кандидат медицинских наук, доцент, Кубанский государственный медицинский университет, Краснодар; **Нина Аркадьевна Зинчук**, кандидат педагогических наук, доцент, **Наталья Владимировна Ермолина**, кандидат педагогических наук, доцент, Астраханский государственный университет*

Аннотация

Учебная деятельность, студентов медицинских вузов характеризуется постоянным ростом интенсивности учебного процесса, внедрение цифрового формата обучения сопровождается стресс реакцией на вынужденную самоизоляцию. Публикации последних лет, подтверждают возрастающую тенденцию хронических заболеваний студентов курсов высших учебных заведений. В этой связи, было проведено исследование условий формирования мотивации систематическими занятиями двигательной активностью в режиме дня у студентов Астраханского ГМУ и Кубанского ГМУ. Цель исследования. Дать комплексную оценку мотивации студентов к систематическим занятиям видами спорта. Материал. Исходя из цели работы, было исследовано 113 студентов (юноши 18 -19 лет) I курсов лечебного и педиатрического факультетов из которых по результатам ежегодного врачебного обследования были сформированы следующие медицинские группы – основная – 27 человек (n^1 – 27), подготовительная – 42 студента (n^2 – 42), специальная медицинская группа «А» - 29 человек (n^3 – 29), и специальная медицинская группа «Б» (ЛФК) – 15 студентов (n^4 – 15). Методы исследования. Исследования проводились на кафедре физической культуры Астраханского государственного медицинского университета и на кафедре физической культуры, лечебной физкультуры и врачебного контроля Кубанского ГМУ в 2020/21 учебном году. Проведен анализ уровня физической подготовленности студентов, по результатам анкетирования были выявлены мотивационно обусловленные приоритеты занятием двигательной активностью. Статистическую обработку полученных данных проводили с использованием стандартных пакетов (Microsoft USA). Достоверность различий исследуемых показателей устанавливали с помощью общепринятых методов математической статистики. Различия считались значимыми при вероятности принятия гипотезы $p<0,05$. Результат. Исследование показало, что мотивация для занятий физической культурой и спортом существенным образом обусловлена сложной учебной программой медицинского вуза, уровнем физической подготовленности и состоянием здоровья студентов.

Ключевые слова: студенты, уровень физической подготовленности, хронические заболевания, медицинские группы, мотивация, двигательная активность.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2022.2.p122-127

STUDY OF MOTIVATIONAL PRIORITIES FOR MOTOR ACTIVITY EXERCISES AMONG THE STUDENTS OF VARIOUS MEDICAL GROUPS

***Alexander Viktorovich Dorontsev**, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Astrakhan State Medical University; **Lyudmila Nikolaevna Porubaiko**, the candidate of medical sciences, senior lecturer, Kuban State Medical University; **Nina Arkadievna Zinchuk**, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, **Natalya Vladimirovna Ermolina**, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Astrakhan State University*

Abstract

The educational activity of students of medical universities is characterized with the constant increase in the intensity of the educational process, the introduction of the digital learning format is accompanied with the stress reaction to forced self-isolation. Publications of recent years confirm the growing trend of chronic diseases among the university students. In this regard, the study was made of the conditions for the formation of the need for systematic physical activity classes in the daily routine among students of the Astrakhan State Medical University and the Kuban State Medical University. Purpose of the study. To give the comprehensive assessment of students' motivation for systematic sports activities. Material. Based on the purpose of the study, 113 students (boys 18-19 years old) of the first courses of the medical and pediatric faculties were studied, of which, according to the results of the annual medical examination, the following medical groups were formed - the main group - 27 people (n^1 - 27), preparatory - 42 students (n^2 - 42), special medical group "A" - 29 people (n^3 - 29), and special medical group "B" (exercise therapy) - 15 students (n^4 - 15). Research methods. The studies were carried out at the Department of Physical Culture of the Astrakhan State Medical University and at the Department of Physical Culture, Physiotherapy and Medical Control of the Kuban State Medical University. The analysis of the level of physical readiness of students was carried out, according to the results of the questioning, motivationally determined priorities for physical activity were revealed. The obtained data were statistically processed using standard packages (Microsoft USA). The significance of the differences in the studied parameters was established using generally accepted methods of mathematical statistics. Differences were considered significant at the probability of accepting the hypothesis $p<0.05$. Result. The study showed that the motivation for physical culture and sports is largely due to the complex curriculum of a medical university, the level of physical fitness and the health of students.

Keywords: students, level of physical fitness, chronic diseases, medical groups, motivation, motor activity.

ВВЕДЕНИЕ

Педагогическая проблема, формирования потребности регулярных занятий физической культурой и спортом среди студенческой молодежи в настоящее время является достаточно актуальной [4]. Многие специалисты в области физической культуры уделяют все большее внимание исследованию спортивных интересов и мотивов физического совершенствования студенческой молодежи [1, 6, 7, 8]. Особое внимание уделяется формированию устойчивой потребности к систематическим занятиям физической культурой [11]. По мнению исследователей [2, 9], состояние здоровья является одним из главных факторов активных занятий спортом. В тоже время, реабилитационные программы для обучающихся имеющих в анамнезе хронические заболевания, успешно используются на занятиях физической культуры и во внеурочных формах двигательной активности [12]. Одной из главных причин снижения удовлетворенности студентов занятиями физической культурой считается отсутствие индивидуального подхода к выбору видов спорта [5]. Игровые виды спорта являются универсальным средством формирования у студентов устойчивого интереса к регулярным занятиям физическими упражнениями [10]. Сформированность осознанной необходимости регулярных занятий физической культурой и

спортом среди студентов медицинских вузов, в связи с их будущей врачебной деятельностью приобретает профессионально обусловленное значение [3]. В этой связи, было проведено исследование мотиваций студентов с различным уровнем здоровья к регулярным занятиям физической культурой и спортом в режиме дня.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

В исследовании приняли участие 113 студентов (юноши 18–19 лет) Астраханского ГМУ и Кубанского ГМУ. Обучающиеся, по результатам медицинского осмотра были распределены по медицинским группам; основная – 27 человек (n^1 – 27), подготовительная – 42 студента (n^2 – 42), специальная медицинская группа «А» – 29 человек (n^3 – 29), и специальная медицинская группа «Б» (ЛФК) – 15 студентов (n^4 – 15). В ходе работы использовался опросник из 10 вопросов.

№	Вопросы	Ответы
1	Ваше состояние здоровья?	а) здоров б) периодически испытываю недомогания в) хронически болен
2	Ваше отношение к спорту?	а) регулярно занимаюсь (вид спорта _____) б) не регулярно (вид спорта _____) в) не занимаюсь (указать, почему _____)
3	Каким видом двигательной активности Вы хотели бы заниматься?	а) _____ б) другое _____
4	Сколько недель в году Вы пропускаете занятия в вузе по состоянию здоровья?	а) _____ б) стараюсь не обращаться в ЛПУ в) другое _____
5	Как Вы переносите физические нагрузки на занятиях физической культурой?	а) нормально б) считаю их не достаточными в) считаю их чрезмерными д) другое _____
6	Какой вид двигательной активности на занятиях физической культурой вызывает у Вас:	а) положительные эмоции _____ б) отрицательные эмоции _____
7	Ваше самочувствие после занятий физической культурой?	а) хорошее б) чувствую небольшую усталость в) сильно устаю г) другое _____
8	Ваше участие в спортивных мероприятиях?	а) принимаю участие в соревнованиях б) обеспечиваю организацию соревнований в) не принимаю участие г) другое _____
9	Считаете ли Вы что будущий врач должен вести здоровый образ жизни?	а) да б) нет г) другое _____
10	Считаете ли Вы что знание элементарных методов самоконтроля необходимо при самостоятельных занятиях двигательной активностью?	а) да б) нет в) другое _____

Математическая обработка полученных в исследовании результатов осуществлялась по общепринятым методикам.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

При анализе информации о студентах различных медицинских групп было установлено, что совершенно здоровыми себя считали 54,1% обучающихся, 27,5% отмечали периодические недомогания и 18,4% указали на частое обострение соматической патологии. При этом занятия по физической культуре посещали 88,9±10,7%, а регулярно занимались в спортивных секциях 17,4±2,3%, эпизодически занимались спортом (участие в спортивно – массовых мероприятиях) – 66,9±5,7% все из основной и подготовительной медицинских групп. Основной причиной, по которой студенты групп (n^1 – 27) и (n^2 – 42), не занимались видами спорта на регулярной основе, был назван дефицит свободного времени 64,0±5,2%, 22,0±3,8% отмечали отсутствие интереса к занятиям спортом и

14,0±3,8% респондентов считали, что занятия в спортивных секциях может оказать отрицательное воздействие на здоровье в виде спортивных травм. Приоритетными видами спорта среди студентов основной и подготовительной медицинских групп, были названы игровые виды спорта (футбол, баскетбол, волейбол) большинство, студентов специальных медицинских групп выражали желание заниматься плаванием и в тренажерном зале. При этом 78,9±5,9% всех опрошенных студентов положительным образом отзывались о спортивных играх на занятиях физической культурой, определенные трудности у 62,3±5,7% основной и подготовительных групп вызывали бег на 1000 и 3000 метров. Изучая заболеваемость студентов в течении года, необходимо отметить, что наибольшее количество пропущенных занятий по состоянию здоровья наблюдалось в специальных медицинских группах «А» и «Б», вызванное обострением хронических заболеваний, а также частыми ОРЗ ($p<0,047$; $r=0,619$).

Изучая реакцию на двигательную нагрузку на занятиях физической культурой, было отмечено, что выраженные симптомы утомления были выявлены у студентов подготовительной медицинской группы ($p<0,044$; $r=0,557$)., которые проявлялись в виде снижения внимания, развития болевых синдромов основных мышечных групп, повышение ЧСС до 143±8,8 уд.мин., поздним восстановление гемодинамических показателей по окончании занятий, что по нашему мнению связано с начально недостаточным уровнем физической и функциональной подготовленности, развитием физических качеств.

Что касается, участия в спортивных мероприятиях, то в них преобладали представители основной медицинской группы, как правило дополнительно занимающихся в спортивных секциях ($p<0,033$; $r=0,712$). В ответе на вопрос о важности формирования навыков здорового образа жизни для будущего специалиста медицинского профиля практически все анкетируемые студенты (98,1%) выразили необходимость знание основ здорового образа жизни. Изучая ответы на необходимость владения навыками самоконтроля при занятиях физической культурой и спортом было определено, что 70,6% выразили заинтересованность в освоении эффективных методов самоконтроля жизненно важных систем организма при физической нагрузке, в тоже время 28,4% анкетируемых доверяли контроль за режимом двигательной активностью электронным фитнес трекерам.

ВЫВОДЫ

Таким образом, формирование мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом у студентов различных медицинских групп носит дифференцированный характер, так в специальных медицинских группах «А» и «Б» устойчивая активность занятием физической культурой формируется на основании оздоровительных учебно-тренировочных занятий, в основной медицинской группе преобладает мотивационный фактор, основанный на индивидуальных предпочтениях к видам спорта. Особый интерес представляет подготовительная медицинская группа студенты которой как правило не имеют опыта занятий в спортивных секциях и рассматривают физическую культуру как развлекательный вид деятельности, проявляя интерес к игровым видам спорта (футбол, волейбол, настольный теннис) что, в свою очередь, может быть триггером для формирования у студентов данной группы устойчивой мотивации к регулярным занятиям двигательной активностью в доступном режиме, основанном на их уровне функциональных резервов и физической подготовленности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Батырев Э.М. Оценка сформированности навыков профилактики заболеваемости средствами физической культуры и спорта у студентов медицинского вуза / Э.М. Батырев, А.В. Доронцев // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2009. – № 12 (58). – С. 13–17.

2. Delextrat A. Small-Sided Game Training Improves Aerobic Capacity and Technical Skills in Basketball Players / A. Delextrat, A. Martinez / International Journal of Sports Medicine. – 2014. – Vol. 35. – P. 385–391.

3. Доронцев А.В. Оценка факторов риска развития дезадаптивных реакций на физическую нагрузку различной направленности у мужчин среднего возраста/ А.В. Доронцев, А.А. Светличкина // Человек. Спорт. Медицина. – 2020. – Т. 20., № 1. – С. 135–141.

4. Доронцев А.В. Исследование методики выполнения темповых тяжелоатлетических упражнений при занятии кроссфитом / А.В. Доронцев, С.Ю. Попов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 10 (152). – С. 47–51.

5. Иванова Н.Г. Пути расширения двигательного режима как одного из основных факторов здорового образа жизни студентов / Н.Г. Иванова, Л.Н. Порубайко, Е.А. Козыренко // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2017. – № 4. – С. 3–5.

6. Karpov V.Yu Physiological response of the physical capabilities of adolescents with sensorineural hearing loss to regular adaptive handball / V. Yu. Karpov, S.Y. Zavalishina, A.V. Dorontsev [и др.] / Biomedical and Pharmacology Journal. – 2021. – Vol. 14 (1). – P. 99–103.

7. The physiological response of the body to low temperatures / V.Yu Karpov, S.Y. Zavalishina, E.D. Bakulina, A.V. Dorontsev, A.V. Gusev, T.Y. Fedorova, V.A. Okolelova // J Biochem Technol. – 2021. – Vol. 12 (1). – P. 27–31.

8. Левушкин С.П. Определение специальной работоспособности баскетболистов на основе современных методов / С.П. Левушкин, Н.А. Лапшин, К.В. Зуев // Теория и практика физической культуры. – 2018. – № 12. – С. 42.

9. Развитие силовых способностей старших школьников средствами атлетической гимнастики на уроках физической культуры / А.П. Матвеев, В.Ю. Карпов, Ф.Р. Сибгатулина, Н.Г. Пучкова, В.И. Шарагин // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 12 (154). – С. 167–172.

10. Рахматов А.И. Некоторые аспекты повышения интереса студентов вузов к занятиям физической культурой / А.И. Рахматов // Образование и воспитание. – 2018. – № 5. – С. 68–70.

11. Чичкова М.А. Влияние адаптивных нагрузок на параметры сердечно – сосудистой системы у пациентов с малыми аномалиями развития сердца и врожденной нейросенсорной тугоухостью. / М.А. Чичкова, А.А. Светличкина, М.А. Чичков // Астраханский медицинский журнал. – 2020. – № 1(15). – С. 28–35.

12. The effect of high Intensity interval training versus moderate intensity continuous training on arterial stiffness and 24h blood pressure responses: A systematic review and meta-analysis / K.L. Way, R.N. Sultana, A. Sabag, M.K. Baker, N.A. Johnson // J Sci Med Sport. – 2019. – No. 22 (4). – P. 385–391.

REFERENCES

1. Batyrev, E.M. and Dorontsev, A.V. (2009), “Assessment of the development of skills for the prevention of morbidity by means of physical culture and sports among students of a medical university”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 58, No. 12, pp. 13–17.

2. Delextrat, A. and Martinez, A. (2014), “Small-Sided Game Training Improves Aerobic Capacity and Technical Skills in Basketball Players”, *International Journal of Sports Medicine*, Vol. 35, pp. 385–391.

3. Dorontsev, A.V. and Svetlichkina, A.A. (2020), “Assessment of risk factors for the development of maladaptive reactions to physical activity of various orientations in middle-aged men”, *Human. Sport. Medicine*, Vol. 20, No. 1, pp. 135–141.

4. Dorontsev, A.V. and Popov S.Yu. (2017), “Study of the methodology for performing tempo weightlifting exercises when doing crossfit,” *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 10 (152), pp. 47–51.

5. Ivanova, N.G., Porubayko, L.N. and Kozyrenko, E.A. (2017), “Ways of expanding the motor mode as one of the main factors of healthy lifestyle of students”, *International Journal of Applied and Fundamental Research*, No. 4, pp. 3–5.

6. Karpov, V. Yu, Zavalishina, S.Y, Dorontsev, A.V. et al. (2021), “Physiological Response of the Physical Capabilities of Adolescents with Sensorineural Hearing Loss to Regular Adaptive Handball”, *Biomedical and Pharmacology Journal*, Vol. 14 (1), pp. 99–103.

7. Karpov, V.Yu., Zavalishina, S.Y., Bakulina, E.D., Dorontsev, A.V., Gusev, A.V., Fedorova, T.Y. and Okolelova, V.A. (2021), “The Physiological Response of the Body to Low Temperatures”, *J Biochem Technol*, Vol. 12 (1), pp. 27–31.

8. Levushkin, S.P., Lapshin, N.A. and Zuev, K.V. (2018), “Determining the special performance of basketball players based on modern methods”, *Theory and practice of physical culture*, No. 12, pp. 42.

9. Matveev, A.P., Karpov, V.Yu., Sibgatulina, F.R., Puchkova, N.G. and Sharagin, V.I. (2017), "The development of power abilities of senior schoolchildren by means of athletic gymnastics in physical education classes", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 154, No. 12, pp. 167–172.

10. Rakhmatov, A.I. (2018), "Some aspects of increasing the interest of university students in physical education", *Education and upbringing*, No. 5, pp. 68–70.

11. Chichkova, M.A., Svetlichkina, A.A and Chichkov, M.A. (2020), "Influence of adaptive loads on the parameters of the cardiovascular system in patients with minor anomalies in the development of the heart and congenital sensorineural hearing loss", *Astrakhan Medical Journal*, No. 1 (15), pp. 28–35.

12. Way, K.L., Sultana, R.N., Sabag, A., Baker, M.K., and Johnson, N.A. (2018), "The effect of high-intensity interval training versus moderate intensity continuous training on arterial stiffness and 24 h blood pressure responses: A systematic review and meta-analysis", *Journal of Science and Medicine in Sport*, doi: 10.1016/j.jsams.2018.09.228.

Контактная информация: aleksandr.doroncev@rambler.ru

Статья поступила в редакцию 25.01.2022

УДК 376.23 + 796.894

СИЛОВАЯ ГИМНАСТИКА КАК СРЕДСТВО КОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЙ ОСАНКИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

***Антон Юрьевич Дронь**, кандидат биологических наук, доцент, **Юлия Андреевна Дронь**, преподаватель, Сургутский государственный педагогический университет, Сургут*

Аннотация

Введение - Появление неправильной осанки связано с ослабленностью мышц, удерживающих это положение. Силовая гимнастика, как одно из средств коррекции осанки направленное на развитие всех мышечных групп, также оказывают положительное влияние на развитие верхнего плечевого пояса и мышц спины, что является основой правильной осанки. Методы исследования - анализ научно-методической литературы по проблеме коррекции нарушений осанки детей младшего школьного возраста; педагогический эксперимент; метод пространственного сканирования позвоночника; метод математической статистики. Результаты - Результаты внедрения комплекса силовой гимнастики направленного на коррекцию функционального состояния позвоночника показало большую эффективность в сравнении с классической системой занятий в контрольной группе. Вывод - полученные результаты исследования свидетельствуют о том, что улучшение показателей функционального состояния позвоночника ведет к улучшению осанки занимающихся и уменьшению степени нарушений.

Ключевые слова: силовая гимнастика, физическая культура, нарушение осанки, обучающийся.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2022.2.p127-131

STRENGTH GYMNASTICS AS A MEANS OF CORRECTION OF POSTURE DISORDERS IN CHILDREN OF JUNIOR SCHOOL AGE

***Anton Yuryevich Dron**, the candidate of biological sciences, senior lecturer, **Julia Andreevna Dron**, the teacher, Surgut State Pedagogical University*

Abstract

Introduction - The appearance of the wrong posture is associated with weakening of the muscles holding this position. Force gymnastics, as one of the means of posture correction aimed at the development of all muscle groups, also have a positive effect on the development of the upper shoulder girdle and back muscles, which is the basis of correct posture. Research methods - analysis of scientific and methodological literature on the problem of correction of posture disorders of children of primary school age; pedagogical experiment; method of spatial scanning of the spine; method of mathematical statistics. Results - The results of the introduction of the complex of power gymnastics aimed at correcting the functional state of the spine showed greater effectiveness in comparison with the traditional method of classes