

3. Организация контроля качества и безопасности медицинской деятельности: Учебно-методическое пособие для самостоятельной подготовки и решения ситуационных задач для интернов, ординаторов / Н.В. Ножкина, Е.Э. Лайковская, Т.В. Коньшева – Екатеринбург: 2014. – 33 С.

4. Гусева Н.К., Бердутин В.А. Некоторые вопросы оценки качества медицинской помощи в системе здравоохранения Российской Федерации// Организация здравоохранения. 2016. – №60. – С. 228-233.

УДК 371.7

О.Ю. Малозёмов, И.Ю. Лапиньш

**К ПРОБЛЕМЕ ОЗДОРОВЛЕНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЁЖИ ЧЕРЕЗ
КАЧЕСТВО ФИЗКУЛЬТУРНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Уральский государственный лесотехнический университет

Уральский государственный медицинский университет

г. Екатеринбург, Российская Федерация

O.Yu. Malozemov, I.J. Lapins

**THE PROBLEM OF IMPROVEMENT OF STUDENTS THROUGH
QUALITY PHYSICAL EDUCATION ACTIVITIES**

Ural state forest engineering University

Ural state medical University

Ekaterinburg, Russian Federation

E-mail: malozemov196@mail.ru, ilona.lapinsh@mail.ru

Аннотация: в статье рассматриваются проблемы активизации самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности учащейся молодёжи. Показано, что двигательная деятельность на базе учебной дисциплины «Физическая культура» должна учитывать эмоционально-мотивационный компонент

данной деятельности и ориентироваться в основе на развитие личностно значимых социально-психологических качеств обучающихся.

Ключевые слова: здоровье учащейся молодёжи, двигательная деятельность.

Annotation: the article deals with the problems of activation of independent physical-health activity of students. It is shown that motor activity on the basis of the discipline "Physical culture" should take into account the emotional and motivational component of this activity and focus on the development of personally significant social and psychological qualities of students.

Key words: health of students, motor activity.

Введение

В настоящее время в России наблюдаются быстро меняющиеся социально-экономические условия на фоне объективных общемировых процессов: глобализации, информатизации. В данной ситуации важно, чтобы российское образование не только не потеряло своего мирового статуса, но и не утратило своего первоначального предназначения – формирование личности, благополучной в физическом, духовном, социальном аспектах, так как нарушения здоровья, сопровождающие образование, являются одним из главных факторов деформации, разрушения личности.

Принято считать, что в молодом возрасте восприятие проблем индивидуального здоровья не столь актуально в сравнении со старшими возрастными категориями. Поэтому для молодёжи в целом проблема состояния и улучшения двигательного потенциала непосредственно для целей поддержания и укрепления своего здоровья менее значима в сравнении с развитием социально-психологических качеств, приоритетных в данном возрастном периоде. Связь эмоций и мотивации непосредственная и достаточно изучена в психологии [1]. Эмоциональная и мотивационная составляющие двигательной деятельности на этапе студенческой молодости у многих снижаются, поскольку жизнь чрезвычайно многообразна, привлекательных близких и перспективных целей и задач (в основном социально-психологического, экономического характера) много, а время

и силы для их реализации ограничены. Это проявляется в снижении у многих студентов (нефизкультурных вузов и специальностей) интереса к себе в плане двигательных возможностей (их реализации, поддержания и развития). Кроме того, в данном возрасте, как правило, имеются сформированные предпочтения в двигательной деятельности, и если они не находят подкрепления в учебно-программной деятельности по дисциплине «Физическая культура», то снижение эмоционально-мотивационного комплекса у обучающихся ещё более заметно.

Результатом пренебрежения к физкультурной деятельности становится молодой человек (девушка) с небольшим потенциалом физического здоровья, низкой степенью психологической устойчивости, который не всегда способен самостоятельно выдержать и адекватно реагировать на те жизненные изменения в открытом социуме, с которыми ему предстоит столкнуться за стенами учебного заведения, на следующих возрастных этапах.

Цель исследования - для начала необходимо попытаться разобраться с восприятием феномена здоровья человека, мотивами оздоровления и основными факторами его снижения, связывая это со сферой физической культуры. Для этого нами на обширной молодёжной выборке (более 2500 человек) были проведены социально-педагогические исследования в форме анкетирования. К нему привлекались различные социально-возрастные категории учащейся молодёжи (старшие школьники, курсанты военизированных учебных заведений, студенты гражданских вузов) [2].

Результаты и обсуждение

По методике определения ценностных ориентаций М.Рокича выявлено, что здоровью с позиций основных общечеловеческих ценностей молодёжь уделяет первостепенное значение. Далее по значимости идут ценности социального, коммуникативно-адаптивного плана. Рассматривая здоровье как сложный социокультурный феномен, с аксиологической позиции такое отношение молодёжи к нему как к универсальной человеческой ценности факт, безусловно, положительный и обнадеживающий. Однако, при исследовании «имиджа» современ-

ного юноши и девушки обнаруживается, что его основу составляют не физические качества, а социально-психологические. Выявлено интересное обстоятельство – во всех исследованных категориях учащейся молодёжи для лиц обоего пола личностное качество «уверенность в себе» оценивается выше других (первый ранг значимости). Далее (2-3 места) находятся такие качества, как «самостоятельность, независимость» и «общительность, коммуникабельность». Более того, все представительницы женского пола из предложенных на рассмотрение имиджеобразующих качеств «физическую силу, выносливость» поставили на последнее место.

Если сопоставить результаты исследований «имиджа» и основных жизнеобеспечивающих ценностей молодёжи на предмет выяснения места здоровья, то обнаружилось явное снижение его значимости при переходе с теоретико-идеализированного, философского уровня на реальный социально-бытовой уровень. Быть уверенным в себе, чувствовать себя активным, самостоятельным, коммуникабельным, независимым, успешным для молодого человека (девушки) в реальных жизненных условиях важнее, нежели иметь хорошее здоровье. Представляется, что физическая компонента здоровья больше воспринимается как некоторая отстранённо-независимая, абстрактно-фоновая, не имеющая чётких ориентиров, «параллельная» повседневной реальной действительности инстанция.

Проводилось также анкетирование по выявлению факторов, критериев важных для здоровья, и факторов, важных для повседневной жизнедеятельности, причём список был один и тот же. В него входило по десять критериев, относящихся к физической, психологической и социальной компонентам феномена здоровья. Результаты показали, что в списке наиболее репрезентативных критериев, важных для здоровья, находятся в основном относящиеся к физической (соматической) стороне данного феномена. Это – «полноценный сон», «сбалансированное питание», «отсутствие хронических заболеваний», «хорошие экологические условия», «высокая двигательная активность», «закаливание организма», «физическая сила, выносливость». В ряду наиболее значимых критериев (из того же списка), важных для повседневной жизни, во всех исследованных

выборках (независимо от половой принадлежности) выявились критерии, относящиеся к социально-психологическим компонентам здоровья: «хорошее материальное положение», «хорошее образование», «уверенность в себе», «коммуникабельность, умение общаться», «хорошие отношения в семье», «психологическая, эмоциональная устойчивость», «работа, хобби, приносящее удовольствие». Таким образом, доминанта восприятия феномена здоровья смещена в область телесной, соматической её составляющей, а в реальных жизненных условиях снова актуализируется комплекс критериев, относящихся к социально-психологическим компонентам здоровья.

Обучающимся было также предложено проанализировать список из 40 различных мотивов иметь здоровье. Наиболее предпочитаемыми оказались мотивы: «для полноценной жизни», «чтобы не болеть», «для счастья», «чтобы долго жить», «чтобы собственные дети были здоровы», «чтобы добиться успеха», «для достижения своих целей», «чтобы быть уверенным», «чтобы ни от кого не зависеть». И в данном случае просматривается, что здоровье для молодёжи (воспринимаемое ими в основном как физическое благополучие!) не самоцель, а лишь средство достижения полноценной жизни, реализации актуальных социально-психологических мотивов жизнедеятельности.

Если обратиться к выяснению значимых неблагоприятных для здоровья стресс-факторов, то большинство их также относится к социальным и психическим стрессорам. Так, открытый список из 52 предложенных на рассмотрение стресс-факторов (включающий физические, химические, социальные и психические), в конечном итоге сводится респондентами к следующим основным: недостаточный сон, дефицит времени, материальные недостатки (данный фактор является значимым только для студентов), зачёты, экзамены, недостаточность свободного времени.

Выводы:

1. Приведённые выше обобщённые результаты наших исследований показывают, что физкультурная деятельность, изначально предназначенная для под-

держания и повышения резервов здоровья, эффективного выполнения психофизических функций, гармонизации человеческого бытия, в среде современной молодёжи должна быть ориентирована, прежде всего, на удовлетворение их личностно-значимых потребностей и запросов.

2. Если молодой человек не будет успешен хотя бы в каком-то виде двигательной деятельности, не «найдёт» себя в ней, то последняя будет им отторгаться не на физическом уровне, а на эмоционально-психологическом, заменяясь другими видами деятельности. В лучшем случае молодой человек будет иметь пассивно-положительное отношение к двигательной деятельности.

3. Двигательная деятельность должна повышать уверенность, успешность, самостоятельность, независимость, социальную активность, давать возможность быть не только физически здоровым, сильным и не болеть, но также развивать личность в рамках выявленных значимых качеств и критериев, важных для реальной жизни.

4. Развитие личности по-настоящему начинается там и тогда, где и когда проявляется самостоятельность. Без этого все призывы и попытки к активизации самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности (что является основной целью всех педагогических воздействий в данной сфере!), наполненность учебных программ знаниевой составляющей по физической культуре, валеологии, нормативно-двигательным показателям, здоровому образу жизни останутся лишь призывами, слабо связанными с реальной жизнью. Следовательно, сфера образовательных услуг в данном направлении не будет успевать за требованиями общественного развития, будет невысокого качества.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Вилюнас В. К. Психология развития мотивации / В. К. Вилюнас. – СПб.: Речь, 2006. – 458 с.

2. Малозёмов О. Ю. Актуализация физкультурно-оздоровительной деятельности учащейся молодёжи: монография / О. Ю. Малозёмов. – Екатеринбург: УГЛТУ, 2016. – 246 с.