

УДК 378.17: [371.12:61-051]

Марущак Л.А.

**ТЕХНОЛОГИЯ
ИНИЦИИ
СМЫСЛООБРАЗОВАНИЯ
У СТУДЕНТОВ – БУДУЩИХ
МЕДИКОВ СРЕДСТВАМИ
ФИЗКУЛЬТУРНО-
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Ключевые слова: здоровье студента, смыслообразующий потенциал, физкультурно-оздоровительная деятельность, технология инициации смыслообразования.

Современное высшее профессиональное образование ориентировано на подготовку специалиста, обладающего достаточным профессиональным и личностным потенциалом для осуществления инновационной преобразующей деятельности. В связи с этим актуализируется проблема психологического и физического здоровья будущих специалистов. Учебная деятельность студента за последние годы настолько изменилась, что адаптационно-компенсаторные механизмы студентов не справляются со всеми нагрузками [1], что, в свою очередь, приводит к истощению и срыву адаптации и служит основой болезни [2–5].

Особую актуальность проблема здоровья приобретает в медицинских образовательных организациях. В исследованиях показано, что ежегодно среди поступающих в педагогические и медицинские вузы выпускников общеобразовательных школ более 30% отнесены по состоянию здоровья к специальной медицинской группе [6–8].

Педагогический аспект проблемы также состоит в том, что студенты медицинских вузов, в отличие от гуманитарных, обладают достаточным багажом знаний о здоровом образе жизни. Однако наличные знания не подкрепляются умениями заниматься своим здоровьем, физкультурно-оздоровительная деятельность в вузе не становится для студентов лично значимой, смысловой. Особую тревогу вызывают студенты специальной медицинской группы. В период 2010–2014 гг. количество обучающихся специальной медицинской группы в Ханты-Мансийской государственной медицинской академии увеличилось на 46,7%.

Все сказанное побуждает к постановке вопроса о том, как, каким образом в рамках физкультурно-оздоров-

вительной деятельности «включить» механизмы смыслообразования у студентов специальных групп в медицинских образовательных организациях. Проблема может быть снята, если разработать технологию, обеспечивающую «запуск» смыслообразования у студентов с использованием смыслообразующего потенциала физкультурно-оздоровительной деятельности.

Объект нашего исследования – физкультурно-оздоровительная деятельность в медицинской академии. Предмет исследования – технология, инициирующая смыслообразование у студентов специальных групп средствами физкультурно-оздоровительной деятельности. Цель исследования – раскрыть содержание технологии инициации смыслообразования студентов на основе физкультурно-оздоровительной деятельности.

Задачи исследования:

1. Охарактеризовать компоненты технологии инициации смыслообразования студентов на основе уточнения смыслообразующего потенциала физкультурно-оздоровительной деятельности.

2. Изложить некоторые результаты экспериментальной работы по реализации предложенной технологии в практике образовательного процесса медицинской академии.

Физкультурно-оздоровительная деятельность рассматривается нами как деятельность, потенциально «включающая» смыслообразование студентов. Смыслообразование – это окрашивание в сознании будущего медика личностным смыслом различных фрагментов образа мира, которые выступают как цели или условия осуществления деятельности [9]. Для запуска процессов смыслообразования необходимы минимум три условия: выбор, событие и переживание, которым удовлетворя-

ет физкультурно-оздоровительная деятельность. Во-первых, физкультурно-оздоровительная деятельность предоставляет возможность выбора студентом комплекса оздоровительных действий на основе его стартовых возможностей (физических и психологических). Во-вторых, физкультурно-оздоровительная деятельность содержательно включает несколько направлений, которые можно интерпретировать как события, лично значимые для каждого студента. Речь идет о диагностическом, коррекционном, консультативном, просветительском направлениях, что позволяет студенту выбирать то направление, которое для него более значимо. В-третьих, физкультурно-оздоровительная деятельность ориентирована на жизненную перспективу студента специальной группы, поскольку здоровый образ жизни – это одна из высших ценностей, к которой следует стремиться. Переживание высших чувств в этом стремлении усиливает смыслообразующий эффект физкультурно-оздоровительной деятельности.

Физкультурно-оздоровительная деятельность осуществляется по различным направлениям, среди которых: оздоровительно-рекреативное, общеподготовительное спортивное, профессионально-прикладное, лечебное. В рамках нашего исследования интерес представляет лечебное направление. Его смыслообразующий потенциал можно раскрыть через «цепочку ценностных механизмов» [10], среди которых: самообследование студентом своего состояния здоровья; самодиагностика психологических и физических стартовых ресурсов личности; самоосуществление выбора лечебных упражнений, закаливающих процедур, рационального питания и др.; самооценка индексов развития негативных

потребностей (курения, склонности к наркотической зависимости) и саморефлексия в плане оценки динамики изменений отношения к физкультурно-оздоровительной деятельности; усиление внутренней (смыслообразующих мотивов) мотивации в формировании здорового образа жизни.

С учетом сказанного нами предлагается технология, запускающая смыслообразование у студентов специальных групп медицинской академии на основе смыслообразующего потенциала физкультурно-оздоровительной деятельности. Технология включает три основных компонента: диагностический, информационный, содержательный и рефлексивно-оценочный. Диагностический компонент ориентирован на исследование стартовых психологических возможностей студентов (первый вектор). По результатам констатирующего эксперимента было установлено следующее: у 50% студентов обнаружен высокий уровень тревоги; у 40% студентов – повышенная раздражительность и неудовлетворенность учебой; у 38% – частое внутреннее напряжение; у 38% – рассеянное внимание и повышенный уровень утомляемости.

Другой вектор диагностического компонента направлен на исследование физического потенциала студентов. Как показали результаты констатирующего эксперимента, среди вегетативных нарушений на головную боль жалуются 42%, наличие боли в области живота отмечают 31% и у 32,5% студентов ухудшается соматическое состояние здоровья в период прохождения сессии. Корреляционный анализ показал связь факторов риска психоэмоциональных заболеваний, приводящих к психоэмоциональной дезадаптации и вегетативным расстройствам.

На основании соматоскопии, антропометрии, анкетирования были составлены индивидуальные карты обследования. В процессе исследования использованы: типовая карта методики самочувствия, активности, настроения; шкала самооценки; индекс Бернгарда; индекс пропорциональности развития грудной клетки Эрисмана; весо-ростовой индекс Кетле; индекс Рюфье; показатели частоты сердечных сокращений и артериального давления и т.д.

Информационный компонент направлен на систематизацию и обобщение теоретических знаний студентов по различным направлениям физкультурно-оздоровительной деятельности. По результатам эмпирического исследования, у 80% студентов специальных групп отмечается низкий уровень теоретических знаний о состоянии их здоровья.

Для разработки образовательной программы студенты в начале учебного года отвечали на вопросы, что позволило выделить смыслонесущие конструкции (ценностные ряды и проблемы) содержания, среди которых наиболее лично значимыми выступили: здоровый образ жизни; курение и связанные с ним проблемы; сердечно-сосудистые заболевания, мужская импотенция и кожные заболевания. Для девушек с низкой физической активностью значимыми оказались факторы, связанные с потребностью в улучшении телосложения, а для мужчин – психологическая разгрузка.

Содержание практических занятий, обусловленное личностным выбором студентов специальной группы, также было разработано с учетом актуальности того или иного заболевания для каждого студента, что потребовало использования активных, интерактив-

ных и диалоговых методов и форм обучения в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности. Среди них отметим в качестве иницирующих смыслообразование: удивление, эмпатический диалог, смысловую догадку, прогнозирование и др. [11]. Так, например, студентам предлагалось самостоятельно провести опрос студентов, затем проанализировать и оценить их ответы об отношении к курению. Как показал анализ результатов их исследования, больше 50% респондентов не ведут здоровый образ жизни и отдают себе отчет в опасности курения; 88% респондентов подтверждают, что курение способствует развитию различных заболеваний органов дыхания. При этом 82% студентов осознают негативное влияние никотина на организм беременной женщины, а 80% отмечают отрицательную реакцию организма со стороны сердечно-сосудистой системы. Влияние курения на развитие заболеваний крови и ухудшение пищеварения отмечают 50 и 52% опрошенных соответственно. В процессе исследования студентами был вычислен ИК – индекс курения, коэффициент, зависящий от частоты курения и обозначающий риск развития различных заболеваний, который составил 12,8% опрошенных.

Выполнение студентами самостоятельных исследований по проблеме здорового образа жизни, приобретение ими практических навыков в области осознания состояния своего здоровья и возможностей его улучшения способствуют самораскрытию смыслообразующего потенциала физкультурно-оздоровительной деятельности, поскольку, по мнению Е.Н. Сухомлиновой, «ценностное отношение к здоровью представляет собой внутренний механизм регуляции поведения, основанный на высокой субъективной

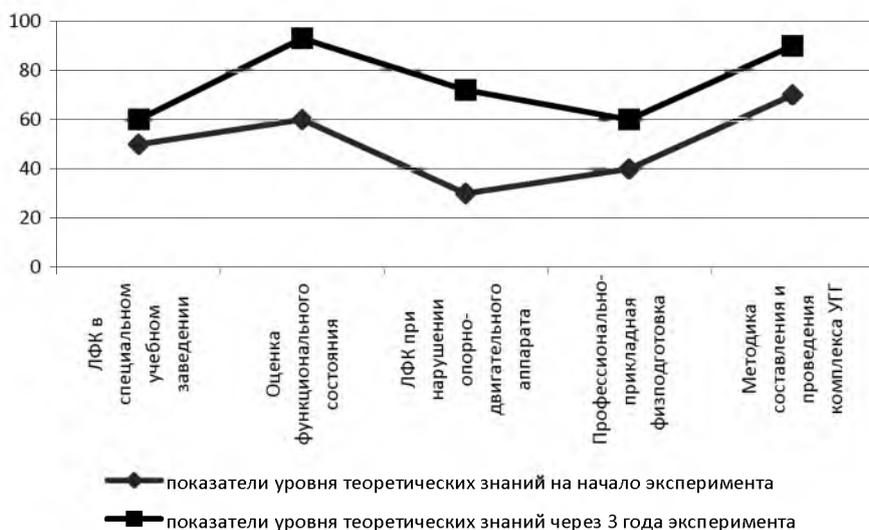
значимости здоровья и его осознании в качестве предпосылки реализации своих жизненных задач» [12].

Содержательный компонент, направленный на практическое действие, предполагает разработку системы физкультурно-оздоровительных мероприятий с учетом стартовых возможностей каждого студента. На занятиях по лечебной физической культуре по показателям артериального давления и частоты сердечных сокращений после нагрузки можно судить о ее величине и приспособляемости сердечно-сосудистой системы к ней, что позволяет корректировать комплексы физических упражнений.

Оценочный компонент технологии непосредственно связан с рефлексией студентов на процесс и результат физкультурно-оздоровительных мероприятий. Согласно содержанию образовательной программы в конце семестра студенты самостоятельно выполняли лабораторные работы и анализировали динамику своих показателей для дальнейшей коррекции и осознанного отношения к занятиям лечебной физической культурой.

Разработанная нами технология инициации смыслообразования средствами физкультурно-оздоровительной деятельности была апробирована в практике образовательного процесса на базе Ханты-Мансийской государственной медицинской академии.

Приведем некоторые результаты формирующего эксперимента (рисунок). По информационному компоненту к третьему году обучения теоретические знания улучшились на 57%. По диагностическому компоненту технологии 82% планируют бросить курить. Не удалось снизить тенденцию алкоголизации студентов. Данный показатель остается все еще высоким и составляет 60%. По оценочному компоненту сту-



Показатели уровня теоретических знаний у студентов специальной медицинской группы до и после эксперимента

денты адекватно оценивают свое отношение к основным факторам никотиновой зависимости, среди которых: интерес, проблемы в учебе, влияние моды, компаний, примера родителей. Приоритетным мотивом оказалось получение зачета по дисциплине «Физическая культура».

Сформулируем выводы, которые могут быть рассмотрены в качестве перспективы дальнейшего исследования:

1. Необходимо продолжить реализацию разработанной технологии в практике физкультурно-оздоровительной деятельности в плане развития адекватной самооценки состояния здоровья у студентов специальной медицинской группы, формирования на основе выбора собственных программ лечебно-физкультурной деятельности.

2. Необходимо продолжение работы по разработке наиболее адаптированных программ, методик по совершенствованию практических занятий, комплексов, рекомендаций, индивидуальных занятий для студентов специального отделения.

Научная новизна, теоретическая и практическая значимость исследования состоят, во-первых, раскрытии смыслообразующего потенциала физкультурно-оздоровительной деятельности; во-вторых, в выделении и описании компонентов технологии, запускающей процессы смыслообразования студентов – будущих медиков.

Библиография

1. Абакумова И.В., Ермаков П.Н., Рудакова И.А. Смыслоцентризм в педагогике: новое понимание дидактических методов. Ростов н/Д: Изд-во Рост. ун-та, 2006.
2. Марущак Л.А. Отношение к состоянию здоровья студентов специального отделения в современных условиях // Психолого-педагогические технологии в условиях инновационных процессов в медицине и образовании: материалы 4-й Международной междисциплинарной науч.-практ. конф. (Кемер, Турция, 29 апреля – 7 мая 2013 г.) / под науч. ред. М.Г. Чухровой. Новосибирск: Архивирус-Н, 2013. С. 334–338.
3. Eisenberg, D., 2007. Prevalence and correlates of depression, anxiety, and suicidality among university student. *Am. J. Orthopsychiatry*, 77 (4): 534–542.
4. Ames, R., 1984. Research on motivation in education. Vol. 1 Student Motivation. Florida: Academic Press.
5. Jacobs, S.R. and D.K. Dodd, 2003. Student Burnout as a Function of Personality, Social Support, and

- Workload. *Journal of College Student Development*, 2: 23–28.
6. *Галай О.И.* Физическое воспитание студентов специального отделения в Югорском государственном университете // *Международный журнал экспериментального образования*. 2011. № 4. С. 51–54.
 7. *Зеленская Н.А.* Нозологическая характеристика заболеваний студентов младших курсов медицинских вузов (на примере РГМУ) // *Журнал Российской ассоциации по спортивной медицине и реабилитации больных и инвалидов*. 2007. № 1 (21). С. 10–13.
 8. *Марущак Л.А.* Указ. соч.
 9. *Абакумова И.В., Ермаков П.Н., Рудакова И.А.* Указ. соч. С. 230.
 10. *Зеленов Е.В.* Педагогические условия становления ценностно-смысловых ориентаций старшеклассников в процессе художественно-эстетической деятельности: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 2012. С. 7.
 11. *Рудакова И.А., Зильбербранд Н.Ю.* Система работы учителя по реализации задач на смысл в учебном процессе // *Теория и практика общественного развития*. 2014. № 4. С. 112–115.
 12. *Сухомлинова Е.Н.* Ценностное отношение к здоровью как предмет научной рефлексии в отечественной психологии // *Известия Южного федерального университета. Педагогические науки*. 2012. № 6. С. 89–96.
- Bibliography**
1. *Abakumova, I.V., P.N. Ermakov and I.A. Rudakova*, 2006. Sense-centeredness in pedagogy: new understanding of didactic methods. Rostov-on-Don: Publishing house of Rostov University. (rus)
 2. *Marushchak, L.A.*, 2013. Attitude to the state of health of students of special branch in modern conditions. In: Chukhrova, M.G. (Ed.). *Psychological and pedagogical technologies in conditions of innovative processes in medicine and education: proceedings of the 4-th International Interdisciplinary Scientific Conference (Kemer, Turkey, April 29–May 7, 2013)* (pp. 334–338). Novosibirsk: published by Arkhivarius-N. (rus)
 3. *Eisenberg, D.*, 2007. Prevalence and correlates of depression, anxiety, and suicidality among university student. *Am. J. Orthopsychiatry*, 77 (4): 534–542.
 4. *Ames, R.*, 1984. Research on motivation in education. Vol. 1 *Student Motivation*. Florida: Academic Press.
 5. *Jacobs, S.R. and D.K. Dodd*, 2003. Student Burnout as a Function of Personality, Social Support, and Workload. *Journal of College Student Development*, 2 : 23–28.
 6. *Galay, O.I.*, 2011. Physical education of students of special branch in Yugra State University. *International Journal of Experimental Education*, 4: 51–54. (rus)
 7. *Zelenskaya, N.A.*, 2007. Nosological characteristic of diseases of junior students of medical higher schools (exemplified by Rostov State medical University). *Journal of the Russian Association on Sports, Medicine and Rehabilitation of Patients and Disabled*, 1 (21): 10–13. (rus)
 8. *Marushchak, L.A.* Op. cit.
 9. *Abakumova, I.V., P.N. Ermakov and I.A. Rudakova*. Op. cit.: 230. (rus)
 10. *Zelenov, E.V.*, 2012. Pedagogical conditions of developing value-notional orientations of senior pupils during art-aesthetic activity: abstract of Candidate's thesis in Pedagogy. Moscow: 7. (rus)
 11. *Rudakova, I.A. and N.Yu. Zilberbrandt*, 2014. System of teacher's work on realization of sense-related problems in educational process. *Theory and practice of social development*, 4: 112–115. (rus)
 12. *Sukhomlinova, E.N.*, 2012. Attitude to health as a value as the subject of scientific reflection in national psychology. *News-Bulletin of Southern Federal University. Pedagogical Sciences*, 6: 89–96. (rus)