

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ПРЕДСТАВЛЕНИИ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА

Гайчук Юлия Павловна

студент,

Гродненский государственный медицинский университет

Республика Беларусь, г. Гродно

Снежицкий Павел Владимирович

научный руководитель, канд. пед. наук, доцент

Гродненский государственный медицинский университет

Республика Беларусь, г. Гродно

PHYSICAL EDUCATION IN THE PERCEPTION OF MEDICAL UNIVERSITY STUDENTS

Haichuk Yuliya Pavlovna

student,

Grodno State Medical University

Republic of Belarus, Grodno

Snezhitskiy Pavel Vladimirovich

Scientific Supervisor, Candidate of Pedagogical Sciences,

Associate Professor

Grodno State Medical University

Republic of Belarus, Grodno

Abstract

The article examines the attitudes of medical university students toward physical education and physical activity. An analysis of the results of a survey devoted to understanding the significance of physical education, its functions, and the influence of physical activity on the professional activity of future physicians was conducted. It was found that most students primarily associate physical education with health promotion, the development of physical abilities, and the maintenance of working capacity. The main factors limiting students' physical activity were also identified, among which high academic workload, fatigue, and lack of free time predominated. The obtained results confirm the importance of physical education in the formation of a healthy lifestyle and professional resilience of future medical professionals.

Keywords: physical education, students, medical university, physical activity, health, healthy lifestyle, working capacity.

Аннотация

В статье рассматривается отношение студентов медицинского университета к физической культуре и физической активности. Проведён анализ результатов анкетирования, посвящённого пониманию значения физической культуры, её функций, а также влияния физической активности на профессиональную деятельность будущего врача. Установлено, что большинство студентов связывают физическую культуру прежде всего с укреплением здоровья, развитием физических качеств и поддержанием работоспособности. Также выявлены основные факторы, ограничивающие физическую активность обучающихся, среди которых преобладают высокая учебная нагрузка, усталость и недостаток свободного времени. Полученные результаты подтверждают значимость физической культуры в формировании здорового образа жизни и профессиональной устойчивости будущих медицинских работников.

Ключевые слова: физическая культура, студенты, медицинский университет, физическая активность, здоровье, здоровый образ жизни, работоспособность.

Для студентов медицинского университета физическая культура имеет особое значение, так как напрямую связана с сохранением здоровья, поддержанием работоспособности и подготовкой к будущей профессиональной деятельности. Кроме того, современное образование направлено не только на профессиональную подготовку специалиста, но и на развитие личностных качеств, культуры здоровья и ответственного отношения к образу жизни [1, с.110]. Важно понимать, что физическая культура как фундаментальная часть общей культуры предопределяет ряд взаимосвязанных целей: укрепление здоровья, физическое развитие, воспитание и формирование здорового образа жизни [2, с.69].

В ходе исследования было проведено анкетирование среди 174 студентов медицинского университета с целью изучения их отношения к физической культуре и её роли в жизни будущих медицинских работников. Исследование носило описательный характер и проводилось методом анонимного анкетирования. Анкета включала вопросы, касающиеся понимания студентами сущности физической культуры, её функций, отношения к физической активности врача, оценки организации занятий по физической культуре в университете, а также влияния физической активности на состояние здоровья, уровень стресса и развитие профессионально значимых качеств.

Полученные результаты показали, что большинство обучающихся воспринимают физическую культуру прежде всего как важный компонент сохранения здоровья и поддержания физической работоспособности.

Так, 71 человек (40,8%) определяют физическую культуру как часть общей культуры, направленную на физическое развитие и укрепление здоровья. Ещё 56 респондентов (32,2%) рассматривают её как деятельность, способствующую укреплению здоровья и развитию физических качеств. Вероятно, подобные результаты связаны с тем, что студенты медицинского университета уже в процессе обучения сталкиваются с необходимостью понимания значимости профилактики заболеваний и ведения здорового образа жизни. Кроме того, специфика медицинского образования предполагает высокую интеллектуальную нагрузку, при которой сохранение физического здоровья приобретает особую актуальность. При этом 29 студентов (16,7%) связывают физическую культуру с системой ценностей и здоровым образом жизни, а 17 человек (9,7%) рассматривают её как социальную деятельность, направленную на развитие физических качеств. Только 1 респондент (0,6%) выбрал вариант, связанный с совокупностью общественных ценностей для физического совершенствования человека.

Полученные данные позволяют предположить, что большинство студентов воспринимают физическую культуру преимущественно в практическом аспекте, связывая её прежде всего с укреплением здоровья и физическим развитием, тогда как её социальное и культурное значение осознаётся в меньшей степени.

Интересно, что более половины опрошенных — 93 человека (53,4%) — считают, что будущий врач должен быть физически активным. Вместе с тем достаточно большое количество студентов — 76 человек (43,7%) — выбрали вариант ответа «50/50», а отрицательно ответили только 5 респондентов (2,9%). Подобное распределение ответов может объясняться неоднозначным отношением студентов к вопросу обязательной физической активности врача. С одной стороны, обучающиеся понимают важность сохранения собственного здоровья и поддержания работоспособности, особенно в профессии, связанной с высокими эмоциональными и интеллектуальными нагрузками. С другой стороны, значительная учебная нагрузка и дефицит свободного времени нередко затрудняют регулярные занятия спортом, вследствие чего часть студентов не считает физическую активность обязательной характеристикой врача. Тем не менее физическая активность способствует повышению работоспособности, развитию выносливости и устойчивости к стрессу, что особенно важно для медицинских работников [3, с.759].

Мнения студентов о влиянии физической активности врача на доверие пациентов также оказались неоднозначными. Большинство респондентов

считают, что это либо не оказывает существенного влияния, либо выбрали промежуточный вариант «50/50».

Положительно на данный вопрос ответили 15,6% студентов, а 11,6% затруднились с ответом. Вероятно, такие результаты связаны с тем, что для большинства обучающихся определяющее значение имеют профессиональные качества врача, уровень его компетентности и способность оказывать медицинскую помощь, тогда как особенности образа жизни воспринимаются как второстепенный фактор.

Наиболее важной функцией физической культуры студенты считают оздоровительную — данный вариант выбрали 87,9% респондентов. Значительно реже отмечались образовательная (17,3%) и социальная (22%) функции. Это может быть связано с тем, что современная молодёжь чаще рассматривает физическую культуру как средство поддержания здоровья и профилактики заболеваний, а не как элемент воспитания личности или социальной адаптации. Кроме того, в условиях интенсивного учебного процесса вопросы сохранения физического и психоэмоционального состояния становятся особенно значимыми для студентов медицинского университета.

Большинство опрошенных положительно оценивают организацию занятий по физической культуре в университете: 53,2% студентов поставили оценку «отлично», а 38,7% — «хорошо». Это свидетельствует о достаточно высокой удовлетворённости обучающихся условиями проведения занятий и организацией учебного процесса. Однако влияние занятий на состояние здоровья оценивается студентами неоднозначно. Так, 36% респондентов отмечают незначительное улучшение самочувствия, 29,7% говорят о значительном улучшении, тогда как 33,1% не наблюдают выраженного эффекта. Лишь 1,2% считают, что занятия могут ухудшать состояние здоровья. Подобные различия могут быть обусловлены индивидуальными особенностями организма, уровнем физической подготовки студентов, а также регулярностью физической активности вне учебных занятий.

Оптимальной формой организации физической культуры большинство студентов считают два занятия в неделю (37,8%). Также многие респонденты отдают предпочтение умеренной продолжительности занятий — около двух часов. Вероятно, такой выбор связан с высокой учебной нагрузкой, характерной для медицинского образования, при которой студентам приходится рационально распределять время между учебной деятельностью, самостоятельной подготовкой и отдыхом. Это подтверждается и тем, что среди основных

факторов, ограничивающих физическую активность, обучающиеся чаще всего называли нехватку времени, усталость и интенсивный учебный процесс.

Несмотря на существующие трудности, подавляющее большинство студентов (90,1%) признают, что физическая культура способствует развитию выносливости. Данный показатель имеет особое значение для будущей профессиональной деятельности врача, поскольку медицинская профессия требует устойчивости к длительным интеллектуальным и эмоциональным нагрузкам, высокой концентрации внимания и способности сохранять работоспособность в условиях стресса.

Эмоциональное восприятие занятий физической культурой также оказалось неоднозначным. Часть студентов отмечают, что занятия приносят удовольствие, другие относятся к ним безразлично, а некоторые испытывают чувство усталости. Подобные результаты могут свидетельствовать о различном уровне мотивации и вовлечённости обучающихся в физическую активность. Для части студентов занятия спортом являются способом эмоциональной разгрузки и поддержания здоровья, тогда как другие воспринимают их как дополнительную нагрузку, требующую времени и физических усилий. Значительная часть опрошенных считает, что это время могло бы быть использовано для учёбы или реализации других интересов.

В связи с этим 56,1% респондентов считают, что занятия физической культурой должны носить выборочный характер. Кроме того, почти половина студентов (42,7%) не отмечают выраженного влияния физической активности на снижение уровня стресса в процессе обучения. Вероятно, это связано с высокой академической нагрузкой, эмоциональным напряжением и недостаточной регулярностью занятий, вследствие чего положительный эффект физической активности может ощущаться не всеми обучающимися в одинаковой степени.

Заключение. Результаты исследования показали, что студенты медицинского университета в первую очередь воспринимают физическую культуру как средство укрепления здоровья, поддержания работоспособности и развития физических качеств. Большинство респондентов осознают важность физической активности для будущей профессиональной деятельности врача. Вместе с тем развитию физической культуры и спорта среди студентов препятствуют высокая учебная нагрузка, стресс, усталость и недостаток свободного времени, что снижает интерес к занятиям спортом. Дополнительными факторами являются финансовые трудности, недостаточная

мотивация и слабая поддержка со стороны учебных заведений [4,с.1]. Полученные данные подтверждают необходимость дальнейшего формирования мотивации студентов к ведению здорового и физически активного образа жизни.

Литература

1. Зотова А. П., Чимитова Ю. З. Физическая культура глазами студентов медицинской академии [Электронный ресурс]. 2022. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fizicheskaya-kultura-glazami-studentov-meditsinskoj-akademii/viewer> (дата обращения: 20.05.2026).
2. Кобзарь А. Н., Подвойская Н. Л. Анализ мотивации и ценностных ориентаций будущих специалистов в процессе изучения непрофильных дисциплин в вузе [Электронный ресурс]. 2021. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-motivatsii-i-tsennostnyh-orientatsiy-buduschih-spetsialistov-v-protssesse-izucheniya-neprofilnyh-distsiplin-v-vuze/viewer> (дата обращения: 20.05.2026).
3. Петрекова А. В. Физическая активность в профессиональной деятельности врача [Электронный ресурс]. 2022. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fizicheskaya-aktivnost-v-professionalnoy-deyatelnosti-i-vracha/viewer>](<https://cyberleninka.ru/article/n/fizicheskaya-aktivnost-v-professionalnoy-deyatelnosti-vracha/viewer>) (дата обращения: 20.05.2026).
4. Пожималин В. Н., Родионова В. О. Физическая культура, спорт и здоровье студенческой молодежи в современных условиях: проблемы и перспективы развития [Электронный ресурс]. 2024. URL:

<https://cyberleninka.ru/article/n/fizicheskaya-kultura-sport-i-zdorovie-studencheskoy-molodezhi-v-sovremennyh-usloviyah-problemy-i-perspektivy-razvitiya/viewer> (дата обращения: 15.05.2026).