

Рис. 2. Влияние монотерапии метформин (сиофор) по 850 мг 2 раза в день на показатели углеводного обмена, * $p < 0,05$

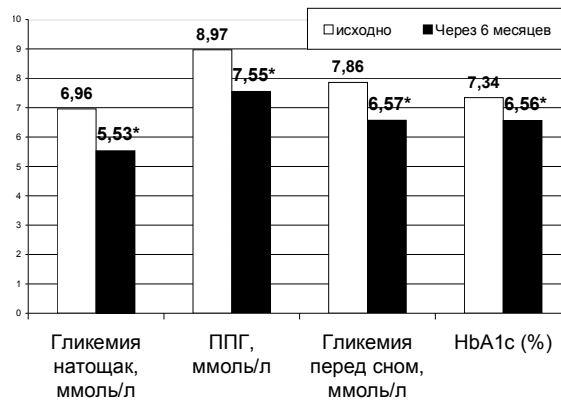


Рис. 3. Влияние комбинированной терапии СМД по 2 таблетки 4 раза в день + метформин по 850 мг 2 раза в день на показатели углеводного обмена, * $p < 0,05$

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Несмотря на то, что результаты курсовой шестимесячной терапии выявили достоверное снижение уровней основных показателей углеводного обмена во всех группах, были установлены существенные межгрупповые различия. Комбинированная терапия сверхмалых доз антител и метформин (пациенты третьей группы) оказалась наиболее эффективной по влиянию на углеводный обмен. Мы связываем данный результат с синергизмом гипогликемических эффектов обоих препаратов, то есть сочетанным их действием на различные этапы развития инсулинорезистентности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Галстян Г. Р. // Consilium Medicum. — 2008. — Т. 10, № 9 — С. 44—155.
2. Шестакова М. В. // Consilium Medicum. — 2009. — Т. 11, № 12 — С. 341—350.
3. Эпштейн О. И. Сверхмалые дозы. История одного исследования. — М., 2008. — 336 с.

Контактная информация

Куликова Инна Викторовна — аспирант кафедры клинической фармакологии и интенсивной терапии с курсами клинической фармакологии ФУВ, клинической аллергологии ФУВ ВолгГМУ, e-mail inkins2007@rambler.ru.

УДК 796:378

МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ РОССИЙСКИХ И ЗАРУБЕЖНЫХ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ

И. А. Ушакова, В. Б. Мандриков, Н. В. Замятина

Кафедра физической культуры и здоровья ВолгГМУ

Потребности и мотивы к занятиям физической культурой у российских и зарубежных студентов-медиков имеют разную направленность. Удовлетворение этих потребностей представляет высокую ценность как для физического благополучия, так и для формирования высококультурного специалиста-врача.

Ключевые слова: российские и зарубежные студенты-медики, физическая культура, ценности, мотивации.

MOTIVATION FOR PHYSICAL TRAINING OF RUSSIAN AND FOREIGN MEDICAL STUDENTS

I. A. Ushakova, V. B. Mandrikov, N. V. Zamyatina

Russian and foreign medical students have different motives and needs for physical training. Meeting these needs is very important for physical well-being and for training a well-educated medical specialist.

Key words: Russian and foreign medical students, physical culture, values, motivations.

Студенчество — это часть молодежи, представляющая собой будущую интеллигенцию общества, его интеллектуальный потенциал, который будет влиять на формирование ценностных ориентаций социальных общностей.

Таким образом, исследование этой группы социально значимо. Потребности молодежи и производные от них трансформации: мотивы, интересы, влечения, стремления, желания, убеждения, ценностные ориентации — представляют основу и движущую силу поведения молодого человека, его побуждения и цель. Физическая культура — один из факторов, формирующих здоровый образ жизни, а студенты медицинского вуза по роду своей будущей профессиональной деятельности уже изначально должны иметь мотивацию на поддержание здоровья [4]. Известно, что уровень социальной активности студенческой молодежи определяется степенью ее готовности к проявлению социальной деятельности и уровнем значимости мотивов этой деятельности, в том числе и в сфере физической культуры [3].

Физическая культура в вузах нефизкультурного профиля выступает активным преобразователем личности, утверждая лучшие ее качества, обогащая ее идейное, интеллектуальное, нравственное, эстетическое начало. Различные аспекты физического совершенствования молодежи, как необходимой стороны ее гармонического развития, выражают степень сознательного и целенаправленного воздействия общества на систему ее физических и духовных потенций. Поэтому функционирование и развитие физической культуры в обществе можно рассматривать как акт общественного производства специфических социальных ценностей [1, 2, 5].

Медицинские вузы имеют социальный заказ на подготовку специалистов, обладающих теоретическими знаниями и практическими навыками, компетенциями применения средств физической культуры в лечебно-профилактической деятельности. Мотивационные установки студентов-медиков на ведение здорового образа жизни и занятия физической культурой имеют приоритетное значение в приобретении профессионально значимых знаний и умений, так как их можно приравнять к профессиональным. При несформированности адекватных и устойчивых мотиваций к занятиям физической культурой и оздоровлением позитивные функции этой дисциплины в вузе вряд ли смогут реализоваться.

ЦЕЛЬ РАБОТЫ

Изучение мотиваций к занятиям физической культурой российских и зарубежных студентов-медиков.

МЕТОДИКА ИССЛЕДОВАНИЯ

В 2007/08 учебном году был проведен социологический опрос с участием российских и зарубежных студентов-медиков. В опросе участвовали 134 студента 1-го курса из Индии и Малайзии и 302 первокурсника из России лечебного и педиатрического факультетов Волгоградского государственного медицинского университета. Все поступившие в медицинский вуз студенты в школе занимались на уроках по физической культуре. Дополнительные занятия по различным видам спорта посещали 54 % человек из Индии, 26 % — из Малайзии и 41 % студентов из России.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Относятся «хорошо» к физической культуре в медицинском вузе 100 % первокурсников из Индии, 78 % из них готовы заниматься 3 раза в неделю по расписанию и еще 2 раза вне расписания. Среди малазийских студентов выявлено 10 % девушек и 13 % юношей, равнодушных к занятиям физическими упражнениями. Достаточность одноразовых обязательных уроков отмечают 80 % девушек и 52 % юношей из Малайзии, вместе с тем вне расписания они готовы заниматься 2—3 раза в неделю.

Большинство российских студентов (71 %) отмечают, что для поддержания и укрепления здоровья, повышения умственной и физической работоспособности недостаточно занятий физическими упражнениями в рамках только обязательного учебного процесса (2 часа в неделю). Выражающих мнение, что заниматься необходимо 6—8 часов (или 3—4 раза) в неделю, также немало — 23,1 %. Считают, что студентам-медикам нужно заниматься 9—12 часов в неделю (или 5—6 раз), 4 % студентов. Высказались за более чем 12 часов в неделю 1,9 % студентов. За эту позицию высказались студенты, активно занимающиеся спортом, повышающие свое мастерство и личные результаты в отдельных видах спорта. Реально занимаются физической культурой и спортом в свободное от учебы время 40,8 % российских первокурсников.

Состояние здоровья — основная объективная причина, не позволяющая зарубежным студентам заниматься физической культурой и спортом. Это подтвердили 66,7 % девушек и 90 % юношей из Индии, соответственно 90 и 82,6 % — из Малайзии. Отсутствие времени как главный субъективный фактор, не позволяющий заниматься физической культурой и спортом, отметили 88,9 % девушек и 70 % юношей из Индии, соответственно 85 и 78,3 % — из Малайзии. Для 30 % всех опрошенных девушек усталость в конце учебного дня явилась вторым значимым фактором. С ними согласны 25 % индийских и 56,5 % малазийских юношей.

При выяснении факторов риска, присутствующих в образе жизни российских студентов, опрошенные отмечают наличие вредных привычек (курят 38 % студентов, периодически употребляют алкоголь — 47,6 %), стрессы, вызванные большой загруженностью на учебных занятиях и утомляемость к концу учебного дня (испытывают 48 %), а также практическое отсутствие времени на оздоровительные мероприятия (58,4 %). Среди причин, вызывающих нежелание студентов заниматься физической культурой, в порядке значимости были названы: чрезмерная усталость от учебного процесса по другим дисциплинам; нерациональное расписание учебных занятий, работы секций и оздоровительных групп; нерациональное распределение бюджета времени; незапланированные обстоятельства; невыработанная потребность в занятиях физической культурой; непрестижность занятий физической культурой среди друзей, знакомых, в семье; отдаленное место жительства от спортивных баз; неудовлетворительное состо-

яние здоровья; тяжелое финансовое положение; семейные и бытовые проблемы; неадекватные физические нагрузки на занятиях; большая наполняемость групп; отсутствие индивидуального подхода; обязательность посещения занятий; недостаточная обеспеченность занятий инвентарем и оборудованием. Было установлено, что 68,8 % опрошенных студентов не находят поддержки в своей физической и спортивной деятельности со стороны как родителей, так и преподавателей, деканов, общественных организаций и т. д. Студенты также отметили факторы, которые, на их взгляд, больше всего препятствуют приобщению к активным занятиям физической культурой: укоренившиеся вредные привычки; недостаточный общий культурный уровень; отсутствие условий для занятий дома; низкий, неудовлетворительный уровень работы по физической культуре и спорту в средней школе; отсутствие примера со стороны родителей.

Положительное отношение к физической культуре все опрошенные малазийские юноши и девушки, в первую очередь, связывают с возможностью много двигаться, затем — с хорошим настроением во время и после занятий. Для индийских девушек самое главное — хорошее настроение, затем усиленный двигательный режим. До 50 % студентов первого курса одной из немаловажных причин хорошего отношения к предмету выделяют общение с друзьями. Заниматься физической культурой 77,8 % индийских юношей побуждают, прежде всего, желание сбросить лишний вес и хорошее самочувствие после занятий. Считают, что физическими упражнениями они снимают стресс и столько же занимаются в силу приобретенной привычки, 11,4 % студентов. Для 70 % юношей из Малайзии самое главное — хорошее самочувствие и возможность снять стресс. Отмечают, что на занятиях по физической культуре они могут проявить себя, 40 %. Занимаются по привычке 22,5 %. Зачет побуждает заниматься физическими упражнениями 13 % девушек из Малайзии.

В сравнении с зарубежными, у российских студентов мотивации на ведение здорового образа жизни и к занятиям физической культурой и спортом несколько отличаются. Считают, что такие занятия необходимы — 13,5 % студентов, просто получают от этого удовольствие 29,2 %. Считают, что это полезно для здоровья большинство — 57,7 %, хотя повысить работоспособность и быть в хорошей форме 26,1 и 45,8 % соответственно. Отмечают, что это важно для успешной карьеры всего 3,85 % опрошенных. При помощи занятий физической культурой и спортом хотят хорошо выглядеть 46,2 %; занимаются ради общения с единомышленниками 6,5 %; думают, что это просто модно, 5,1 %. Стремятся добиться спортивных успехов 2,8 % опрошенных. А мотивацию к занятиям физической культурой оценили только как средство для получения зачета по предмету 21,9 % российских студентов.

В результате проведенного исследования были выявлены различия в мотивациях к занятиям физической культурой у российских и зарубежных студентов. Зарубежные студенты рассматривают такие занятия, в первую очередь, как дополнительную возможность адаптироваться к усло-

виям жизни в «неродной» среде: возможность проявить себя, улучшить самочувствие после учебного дня, снять стресс, тем самым подчеркивая рекреационную направленность занятий. Российские же студенты чаще выражают мнение, что занятия физической культурой способствуют повышению работоспособности, они — залог внешней привлекательности и высокого уровня здоровья, что подчеркивает социальную значимость мотивации интереса.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Врачу больше, чем кому-либо, необходимо знать о физической культуре и ее средствах. Таким образом, направленность мотиваций к занятиям оздоровлением и физической культурой будущих врачей имеют огромное значение в деле воспроизводства здоровья нации. Одной из главных задач в подготовке медицинских специалистов является развитие у студентов физкультурно-спортивных интересов, которое должно осуществляться на основе учета их желаний и склонностей, усиления социально значимой мотивации интереса самого студента. Но подход к исследованию должен быть дифференцированным, так как выпускники медицинских вузов, в сравнении с другими, будут вовлечены в особую отраслевую группу или область деятельности, представлять такую часть интеллигенции, от которой в полной мере зависит жизнедеятельность и физическое благополучие огромной общности людей. С этой целью необходимо вооружить личность студента средствами и способами удовлетворения тех его потребностей в физкультурной деятельности, которые представляют высокую ценность как для формирования высококультурного молодого специалиста-врача, так и для прогрессивного роста общей культуры всего социума в целом.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Выдрин В. М.* Современные проблемы теории физической культуры как вида культуры: Учеб. пос. — СПб.: ГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 2001. — 76 с.
2. *Лубышева Л. И.* // Физ. культ.: воспитание, образование, тренировка. — 1996. — № 1. — С. 11—17.
3. *Лубышева Л. И.* Социология физической культуры и спорта: Учеб. пос. — М.: Издательский центр «Академии», 2001. — 240 с.
4. *Мандриков В. Б., Ушакова И. А.* // www.ncras.ru: Электронный журнал «В мире научных открытий», 2010. — № 4 (10). — Часть 14. — С. 62—63.
5. *Ушакова И. А., Мандриков В. Б.* Здоровьесбережение — необходимое условие успешного профессионального обучения иностранных студентов-медиков / Сборник научных трудов «Вестник Волгоградского медицинского университета». — № 4 (36). — Волгоград, 2010. — С. 22—24.

Контактная информация

Мандриков Виктор Борисович — д. пед. н., профессор, заслуженный работник физической культуры РФ, академик Международной академии наук педагогического образования, заведующий кафедрой физической культуры и здоровья ВолгГМУ, тел.: 8 (8442) 97-53-44