

*К. Ю. Романов*

## АНАЛИЗ ОТНОШЕНИЯ ВРАЧЕЙ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ КАК СРЕДСТВУ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

*УО «Белорусский государственный педагогический университет»*

*На основании проведенного анкетирования врачей по вопросам их отношения к занятиям физической культурой, наличия у медиков знаний и умений по профилактике заболеваний средствами физической культуры, оптимальной двигательной активности пациентов делается вывод, о том, что половина врачей мало внимания уделяют занятиям физической культурой и в недостаточной степени владеют знаниями профилактики заболеваний средствами физической культуры. Однако, подавляющее большинство медиков указывают на то, что работу по профилактике заболеваний средствами физической культуры проводить с пациентами необходимо, но при условии наличия наглядных материалов и времени. Более 60 % врачей хотели бы повысить свои знания в этой области. Большинство врачей считают, что формировать знания и умения по оптимальной двигательной активности пациентов необходимо во время обучения в учреждениях высшего медицинского образования, а также организации курсов повышения квалификации для врачей по указанной теме.*

**Ключевые слова:** *врачи, двигательная активность, занятия физической культурой, профессионально прикладная физическая культура.*

*K. Romanov*

## ANALYSIS OF THE ATTITUDE OF DOCTORS IN THE REPUBLIC OF BELARUS TO PHYSICAL EDUCATION AS A MEANS OF PROFESSIONAL TRAINING

*Based on the survey of doctors on their attitude to physical education, the availability of knowledge and skills in the prevention of diseases by means of physical culture, optimal motor activity of patients, it is concluded that half of the doctors pay little attention to physical education and have insufficient knowledge of disease prevention by means of physical culture. However, the overwhelming majority of doctors point out that it is necessary to carry out work on the prevention of diseases by means of physical culture with patients, but subject to the availability of visual materials and time. More than 60 % of doctors would like to improve their knowledge in this area. Most doctors believe that it is necessary to form knowledge and skills on optimal motor activity of patients during training in institutions of higher medical education, as well as the organization of advanced training courses for doctors on this topic.*

**Key words:** *doctors, motor activity, physical culture lessons, professionally applied physical culture.*

Специальность врача предполагает более высокую меру ответственности, как за собственное здоровье, так и своих пациентов. Постоянные контакты с больными и большая рабочая нагрузка требуют от специалиста-медика иметь высокий уровень физического здоровья.

Современный процесс подготовки дипломированного специалиста-врача предъявляет новые требования к организации его работы. В своей деятельности

врач использует, в основном, две группы лечебных средств: во-первых, медикаментозные, во-вторых (по необходимости) режимно-средовые, в число которых обязательно входят физические упражнения. Если врач плохо представляет влияние физических упражнений на организм человека, а также не знаком со средствами физической реабилитации и способами их реализации, то не может считать себя всесторонне подготовленным специалистом.

Таблица 1. Социально-профессиональный профиль врачей, участников анкетирования

| Возраст    |      | Профиль специальности   |      | Стаж работы  |      | Медицинская категория |      |
|------------|------|-------------------------|------|--------------|------|-----------------------|------|
| До 30 лет  | 23 % | Терапевтический         | 39 % | До 5 лет     | 22 % | Нет категории         | 24 % |
| 30–39 лет  | 26 % | Хирургический           | 15 % | 5–10 лет     | 18 % | 2 категория           | 30 % |
| 40–49 лет  | 18 % | Медико-профилактический | 4 %  | 11–15 лет    | 12 % | 1 категория           | 38 % |
| 50–59 лет  | 19 % | Медико-диагностический  | 5 %  | 16–20 лет    | 10 % | Высшая категория      | 8 %  |
| 60 и более | 14 % | Организационный         | 3 %  | 21–25 лет    | 11 % |                       |      |
|            |      | Педиатрический          | 18 % | 26–30 лет    | 9 %  |                       |      |
|            |      | Стоматологический       | 10 % | Более 30 лет | 18 % |                       |      |
|            |      | Другой                  | 6 %  |              |      |                       |      |

По мнению многих специалистов [1–8] будущий врач на фундаменте знаний основ физической культуры должен на себе апробировать способы проведения утренней гимнастики, занятий по оздоровительной, рекреативной, лечебной физической культуре и прочувствовать положительный результат, чтобы пропагандировать занятия физическими упражнениями, назначить требуемый двигательный режим пациенту. Врач обязан уметь праведно рекомендовать применение средств физической культуры при заболеваниях в зависимости от состояния здоровья, физической подготовленности, профессии и психоэмоционального состояния пациента.

**Целью работы** явилось определение отношения врачей к занятиям физической культурой и спортом, а также профилактики заболеваний средствами физической культуры.

#### Материалы и методы

Определение отношения врачей к занятиям физической культурой и спортом, а также профилактики заболеваний средствами физической культуры проводилось методом анкетирования. Учитывались пол, возраст, образование, профиль специальности, стаж работы, медицинская категория.

Анкетирование проводилось в 2022 году в котором приняли участие 1141 врач учреждений здравоохранения г. Минска, в частности 83 % женщин и 17 % мужчин, 90 % которых имеют высшее и 10 % специальное медицинское образование. Возраст, профиль специальности, стаж работы, медицинская категория участников опроса представлены в таблице 1.

#### Результаты и обсуждение

Анализ представленных анкет показал, что свою двигательную активность (ДА) высокой и выше среднего считают 30 % врачей, средней 46 %, ниже средней и низкой 24 %. Надо иметь в виду, как показывают исследования (International physical activity question-

naire. URL: [www.ipaq.ki.se](http://www.ipaq.ki.se)) большая часть лиц с гиподинамией переоценивают свой уровень физической активности, тогда как физически активные лица наоборот, ее недооценивают.

Регулярно занимаются физической культурой в свободное от работы время 23 % врачей, не регулярно 50 % не занимается 27 % Из опрошенных занимаются физической культурой 5–6 – раз в неделю только 7 %, 3–4 – раза в неделю 17 %, 1–2 раза в неделю 32 %, от случая к случаю – 44 %.

Среди занимающихся физической культурой продолжительность 1 занятия до 20 мин. у 36 % опрошенных, от 21 до 30 мин. Занимается 28 %, от 31 до 60 мин. 17 %, от 41 до 60 мин. 12 % и более 60 мин. только 7 % медиков (таблица 2).

По вопросам сформированности знаний и умений по основам оздоровительной физической культуры, профилактике заболеваний посредством физических упражнений были получены следующие результаты (таблица 3). Хорошо знают рекомендации ВОЗ по двигательной активности 36 % опрошенных, у 49 % недостаточные знания, а 15 % не знакомы с данными рекомендациями. Методиками (тестами) первичной оценки уровня индивидуальной физической активности пациента владеют 25 % врачей, недостаточно владеют 32 % и не владеют – 43 %. Знают режимы двигательной активности (мин., часы в день, неделю) в зависимости от возраста пациента 28 % опрошенных, не знают – 40 %, недостаточные знания у 32 % врачей. У 30 % респондентов есть знание оптимальных зон тренирующего режима (по ЧСС) в зависимости от возраста пациента, 44 % такими знаниями не владеют и у 26 % эти знания не достаточны. Владением знаний по применению средств физической культуры для профилактики заболеваний и поддержания оптимальной двигательной активности пациентов обладает 22 % врачей, 22 % такими знаниями не владеют и у 56 % эти знания не достаточны. Специалисты медики указывают, что знания оздоровительной

Таблица 2. Отношение к занятиям физической культурой врачей, участников анкетирования

| Двигательная активность |      | Регулярность занятий физической культурой |      | Количество занятий в неделю |      | Продолжительность занятий физической культурой |      |
|-------------------------|------|-------------------------------------------|------|-----------------------------|------|------------------------------------------------|------|
| Высокая                 | 13 % | Занимаются регулярно                      | 23 % | От случая к случаю          | 44 % | До 20 мин.                                     | 36 % |
| Выше среднего           | 17 % | Занимаются не регулярно                   | 50 % | 1–2 раза в неделю           | 32 % | От 21 до 30 мин.                               | 28 % |
| Средняя                 | 46 % | Не занимаются                             | 27 % | 3–4 раза в неделю           | 17 % | От 31 до 40 мин.                               | 17 % |
| Ниже среднего           | 17 % |                                           |      | 5–6 раз в неделю            | 7 %  | От 41 до 60 мин.                               | 12 % |
| Низкая                  | 7 %  |                                           |      |                             |      | Более 60 мин.                                  | 7 %  |

Таблица 3. Сформированность знаний и умений по оздоровительной физической культуре врачей, участников анкетирования

| Знание рекомендаций ВОЗ по ДА |      | Владение методиками первичной оценки уровня ДА |      | Знание режимов ДА в зависимости от возраста |      | Знание оптимальных зон тренирующего режима занятий (по ЧСС) |      | Знание применения средств ФК для профилактики заболеваний и оптимальной ДА |      |
|-------------------------------|------|------------------------------------------------|------|---------------------------------------------|------|-------------------------------------------------------------|------|----------------------------------------------------------------------------|------|
| Знаю                          | 36 % | Владею                                         | 25 % | Знаю                                        | 28 % | Знаю                                                        | 30 % | Знаю                                                                       | 22 % |
| Знаю, но недостаточно         | 49 % | Не владею                                      | 43 % | Не знаю                                     | 40 % | Не знаю                                                     | 44 % | Не знаю                                                                    | 56 % |
| Не знаю                       | 15 % | Владею, но недостаточно                        | 32 % | Знаю, но недостаточно                       | 32 % | Знаю, но недостаточно                                       | 26 % | Знаю, но недостаточно                                                      | 22 % |

и профилактической физической культуры 33 % получили в медицинском университете, 43 % самообразованием, 18 % на курсах повышения квалификации и 6 % в др. местах.

Результаты анкетирования врачей по применению знаний и умений основ оздоровительной физической культуры, профилактике заболеваний средствами физических упражнений в профессиональной деятельности представлены в таблице 4.

Рекомендовать пациентам (во время приема) средства физической культуры для профилактики заболеваний и поддержания оптимальной физической активности считают необходимым 54 % врачей, 8 % так не считают и 31 % по мере необходимости. Во время приема рекомендуют своим пациентам средства физической культуры для профилактики заболеваний и поддержания оптимальной двигательной активности 43 % медиков, 11 % не считают это нужным, у 10 % это не входит в служебные обязанности, иногда дают рекомендации 17 % и по мере необходимости 19 %. 48 % врачей указывают, что нехватка времени не позволяет им во время приема рекомендовать пациентам средства физической культуры для профилактики заболеваний и поддержания оптимальной двига-

тельной активности, у 31 % недостаточные знания по этому вопросу, 21 % не хватает наглядной информации. Желание повысить свои знания по этому вопросу высказал 61 % опрошенных, 14 % считают свои знания достаточными и 25 % указали, что им это не нужно в работе.

Анкетирование позволило выявить мнение врачей по формированию знаний и умений оздоровительной и профессионально-прикладной физической культуры у студентов-медиков (таблица 5).

73 % практикующих врачей считают, что студент-медик должен владеть знаниями по профилактике заболеваний средствами физической культуры, оптимальной двигательной активности пациентов, 14 % считают, что такими компетенциями должны владеть не все врачи, 6 % не считают это необходимым и 7 % затруднились ответить. На вопрос «Студенты какого профиля специальности должны владеть знаниями профилактики заболеваний средствами физической культуры – 31 % опрошенных считает, что только студенты терапевтического профиля 12 % – хирургического, 23 % – медико-профилактического, 7 % – медико-диагностического, 6 % – организационного и 4 % стоматологического. 32 % опрошенных

Таблица 4. Применение знаний и умений основ оздоровительной физической культуры в профессиональной деятельности врачей, участников анкетирования

| Необходимо ли врачу рекомендовать пациентам средства физической культуры для профилактики заболеваний |      | Рекомендуете ли Вы как врач пациентам средства физической культуры для профилактики заболеваний |      | Что не позволяет врачу во время приема рекомендовать пациентам средства физической культуры для профилактики заболеваний |      | Желание повысить свои знания по профилактике заболеваний средствами физической культуры, оптимальной ДА пациентов |      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| Да                                                                                                    | 54 % | Да                                                                                              | 43 % | Нехватка времени                                                                                                         | 48 % | Есть желание                                                                                                      | 61 % |
| Нет                                                                                                   | 8 %  | Не считают это нужным                                                                           | 11 % | Недостаточные знания                                                                                                     | 31 % | Владеют достаточными знаниями                                                                                     | 14 % |
| По мере необходимости                                                                                 | 31 % | Это не входит в обязанности                                                                     | 10 % | Недостаток наглядной информации                                                                                          | 21 % | Это не нужно работе                                                                                               | 25 % |
| Затрудняюсь ответить                                                                                  | 7 %  | Иногда                                                                                          | 17 % |                                                                                                                          |      |                                                                                                                   |      |
|                                                                                                       |      | По мере необходимости                                                                           | 19 % |                                                                                                                          |      |                                                                                                                   |      |

Таблица 5. Необходимость в формировании знаний и умений основ оздоровительной физической культуры, профессионально-прикладной физической культуры студентов-медиков

| Должен ли студент-медик владеть знаниями по профилактике заболеваний средствами физической культуры, оптимальной ДА пациентов |      | На какой кафедре университета студент-медик должен получать знания по профилактике заболеваний средствами физической культуры |      | Во время обучения в университете в достаточном ли объеме были получены знания по профилактике заболеваний средствами физической культуры |      | Применяются ли врачами знания по профилактике заболеваний средствами физической культуры, оптимальной двигательной активности полученные в университете |      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| Да                                                                                                                            | 73 % | Физического воспитания                                                                                                        | 32 % | Да                                                                                                                                       | 29 % | Да                                                                                                                                                      | 39 % |
| Да, но не для всех специальностей                                                                                             | 14 % | Медицинской реабилитации и физиотерапии                                                                                       | 36 % | Нет                                                                                                                                      | 43 % | Нет                                                                                                                                                     | 28 % |
| Нет                                                                                                                           | 6 %  | На обеих кафедрах                                                                                                             | 32 % | Затрудняюсь ответить                                                                                                                     | 28 % | Затрудняюсь ответить                                                                                                                                    | 33 % |
| Затрудняюсь ответить                                                                                                          | 7 %  |                                                                                                                               |      |                                                                                                                                          |      |                                                                                                                                                         |      |

считают, что вышеуказанные знания должны преподаваться на кафедре физического воспитания и спорта, 36 % указали кафедру медицинской реабилитации и 32 % – на обоих кафедрах.

Опрос показал, что 29 % врачей в достаточном объеме получили знания по профилактике заболеваний средствами физической культуры в учреждении высшего образования, 43 % получили недостаточный объем знаний, 28 % затруднились ответить. Применяют знания по профилактике заболеваний средствами физической культуры, оптимальной физической активности полученные в университете 39 %, не применяют – 28 %, затруднились ответить 33 %.

### Выводы

На основании проведенного исследования можно сделать следующие выводы.

1. Регулярно занимаются физической культурой в свободное от работы время только 22 % врачей, 64 % опрошенных занимаются менее 30 мин., что недостаточно для поддержания оптимальной физической подготовленности.

2. Более 40 % врачей не владеют или не знают методики первичной оценки уровня ДА пациента, режимов ДА в зависимости от возраста, оптимальных зон тренирующего режима занятий, у 56 % нет знаний по применению средств физической культуры для профилактики заболеваний и оптимальной ДА пациентов.

3. Более 50 % врачей считают необходимым во время приема рекомендовать пациентам средства физической культуры для профилактики заболеваний и поддержания оптимальной физической активности и более 40 % дают такие рекомендации, однако половина опрошенных указывают, что у них не хватает время на эту работу и 52 % указывают на недостаточность знаний и наглядных материалов. Следует отметить большое количество врачей (61 %) желающих повысить свои знания в этой области.

4. Также подавляющее большинство врачей (73 %) считают, что студент-медик должен владеть знаниями по профилактике заболеваний средствами физической культуры, оптимальной двигательной активности пациентов, 43 % указали, что в недостаточном объеме получали эти знания в университете и только 39 % медиков применяют полученные в университете знания на практике.

Таким образом, можно констатировать, что формирования знаний и умений профилактики заболеваний средствами физической культуры, оптимальной двигательной активности пациентов с учетом возраста и индивидуальной физической подготовленности является актуальной тематикой в рамках профессиональной деятельности врачей. Для решения данной проблемы необходимо организация курсов повышения квалификации для врачей по вышеуказанной теме, также оснащение поликлиник наглядными материалами, выделении больше времени на прием пациентов для их консультирования по вопросам индивидуальных занятий пациентов физической культурой. Вышеуказанные меры позволят более эффективно

проводить профилактику заболеваний не медикаментозными средствами, что в свою очередь будет способствовать сохранения здоровья населения страны.

### Литература

1. Беляева, Е. К. Творческо-педагогический аспект в профессиональной подготовке студентов-медиков: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01. – М., 2006. – 204 с.
2. Брейкина, О. А. Анализ отношения практикующих врачей и студентов медицинских специальностей к физической культуре как средству профессиональной подготовки / О. А. Брейкина // Актуальные проблемы медицины. – № 16 (22 (117)). – С. 174–181.
3. Замятина, Н. В. Интеграция физического воспитания в систему подготовки врача / Н. В. Замятина, В. Б. Мандриков // Вестник ВолГМУ. – 2007 – № 2(22) – С. 13–16.
4. Замятина, Н. В. Проблемы формирования физической культуры личности будущего врача / В. Б. Мандриков, Н. В. Замятина // Труды Международной науч.-практ. конференции «Современное профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта: актуальные проблемы и пути совершенствования». – Волгоград, 2006. – С. 440–442.
5. Мандриков, В. Б. Технология оптимизации здоровья, физического воспитания и образования студентов медицинских вузов / В. Б. Мандриков; М-во здравоохранения Рос. Федерации. Волгогр. мед. акад. – Волгоград: Политехник, 2001. – 321 с.
6. Медицинская валеология / Г. Л. Апанасенко, Л. А. Попова. – Ростов н/Д: Феникс; Киев: Здоровье, 2000. – 243 с.
7. Пономарёва, В. В. Новые подходы к преподаванию физической культуры в медицинских вузах // Физической культуре в вузах 75 лет: сборник статей. – М.: ГОУ ВУНМЦМЗ РФ, 2005. – С. 116–119.
8. Селуянов, В. Н. Технология оздоровительной физической культуры [текст]: В. Н. Селуянов. – 2-е изд. – М.: ТВТ Дивизион, 2014. – 188 с.

### References

1. Belyaeva, E. K., Creative and pedagogical aspect in the professional training of medical students: dis. ... candidate of Pedagogical Sciences: 13.00.01. – M., 2006. – 204 p. RGB OD, 61:06-13/976.
2. Breikina, O. A. Analysis of the attitude of practicing doctors and students of medical specialties to physical culture as a means of professional training / O. A. Breikina // Actual problems of medicine. – 16 (22 (117)). – P. 174–181.
3. Zamyatina, N. V., Integration of physical education into the system of doctor training / N. V. Zamyatina, V. B. Mandrikov // Bulletin of VolGМУ. – 2007 – № 2(22). – P. 13–16.
4. Zamyatina, N. V., Problems of formation of physical culture of the personality of the future doctor / V. B. Mandrikov, N. V. Zamyatina // Proceedings of the International Scientific and Practical Conference «Modern international education in the field of physical culture and sports: actual problems and ways of improvement». – Volgograd, 2006. – P. 440–442.
5. Mandrikov, V. B. Technology of optimization of health, physical education and education of medical university students / V. B. Mandrikov; Ministry of Health of the Russian Federation. Volgogr. med. acad. – Volgograd: Polytechnic, 2001. – 321 p.
6. Medical valeology / G. L. Apanasenko, L. A. Popova. – Rostov n/A: Phoenix; Kiev: Zdorovye, 2000. – 243.
7. Ponomareva, V. V. New approaches to teaching physical culture in medical universities // Physical culture in universities 75 years: Collection of articles. – Moscow: GO VUNMTSMZ RF, 2005. – P. 116–119.
8. Seluyanov, V. N. Technology of health-improving physical culture [Text]: V. N. Seluyanov. – 2nd ed. – M.: TVT Division, 2014. – 188 p.

Поступила 01.02.2023 г.