

Дата публикации: 01.06.2022  
DOI: 10.51871/2588-0500\_2022\_06\_02\_34  
УДК 796

Publication date: 01.06.2022  
DOI: 10.51871/2588-0500\_2022\_06\_02\_34  
UDC 796

## К ВОПРОСУ ОБ ОСНОВАХ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ВУЗАХ

Н.В. Губарева<sup>1</sup>, Н.С. Матвейчук<sup>2</sup>, М.Ю. Скворцова<sup>3</sup>, Т.А. Линдт<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Алтайский государственный педагогический университет, г. Барнаул, Россия

<sup>2</sup>Барнаульский юридический институт МВД, г. Барнаул, Россия

<sup>3</sup>Кузбасский государственный технический университет имени Т.Ф. Горбачева, г. Кемерово, Россия

<sup>4</sup>Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, г. Омск, Россия

**Аннотация.** В статье представлен анализ мониторинга знаний обучающихся об основах безопасного поведения на занятиях физической культурой. Нами были проанализированы результаты опроса педагогов физического воспитания, а также студентов, посещающих их занятия на тему профилактики травматизма, знаний основ самостраховки и оказания первой помощи при некоторых жизнеугрожающих состояниях полученных в процессе занятий физической культурой. Мониторинг проводился среди студентов физкультурного и нефизкультурного направлений обучения высших учебных заведений сибирского федерального округа. Также предложены перспективы работы в данном направлении.

**Ключевые слова:** мониторинг, безопасное поведение, профилактика, травматизм, первая помощь, физическая культура, самостраховка, студенты.

## ON THE QUESTION OF SAFE BEHAVIOR BASICS DURING PHYSICAL CULTURE CLASSES IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

N.V. Gubareva<sup>1</sup>, N.S. Matvejchuk<sup>2</sup>, M.Yu. Skvortsova<sup>3</sup>, T.A. Lindt<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Altaj State Pedagogical University, Barnaul, Russia

<sup>2</sup>Barnaul Law Institute of the Ministry of Internal Affairs, Barnaul, Russia

<sup>3</sup>Kuzbass State Technical University, Kemerovo, Russia

<sup>4</sup>Siberian State University of Physical Culture and Sports, Omsk, Russia

**Annotation.** The article presents an analysis of the monitoring of students' knowledge about the safe behavior basics during physical culture classes. We have analyzed the results of a survey of physical culture teachers and students, attending their classes, on the topic of injury prevention, knowledge of the self-protection and first aid basics in some life-threatening conditions during physical culture classes. The monitoring was carried out among students of physical culture and non-physical culture specialties in the Siberian Federal District universities. The prospects for work in this direction were suggested.

**Keywords:** monitoring, safe behavior, prevention, injury rate, first aid, physical culture, self-protection, students.

**Введение.** В настоящее время в высших учебных заведениях реализуются ряд мероприятий, посвященных вопросам оказания первой помощи, самостраховки и профилактике травматизма. Данные мероприятия проводятся: в рамках курсов повышения квалификации для профессорско-преподавательского состава; в виде обязательных дисциплин и курсов по выбору для обучающихся [1-3]. Однако, анализ причин возникновения несчастных случаев и жизнеугрожающих состояний, полученных в ходе

занятий физической культурой (основная, специально-медицинская группы и группа адаптивной физической культуры) свидетельствует о необходимости повышения степени усвоения студентами полученных знаний [1, 4]. При анализе научно-методической литературы под профилактикой травматизма понимают ряд мероприятий, направленных на предупреждение и устранение причин, которые способствуют возникновению травм у людей. Говоря о самостраховке, отмечается единообразие

определения данного термина, то есть само-страховка – это способность человека объективно оценить собственные возможности при конкретном двигательном действии. Говоря о первой помощи, ряд авторов поясняют, что это – простейшие мероприятия по спасению жизни человека в различных жизнеугрожающих и травмоопасных ситуациях [4-6].

Так, по данным ряда авторов, причиной создания травмоопасных ситуаций и риск получения травм обучающимися на занятиях физической культурой в ВУЗах, могут быть:

1. недисциплинированность обучающихся;
2. неумение распознавать травмоопасную ситуацию;
3. необученностью необходимым навыкам самостраховки;
4. недооценкой степени опасности внезапно возникшей ситуации;
5. слабой физической подготовленностью;
6. наличием определенных особенностей в развитии [1, 6].

В настоящее время режим двигательной активности в среде студенческой молодежи как в физкультурных, так и не физкультурных вузах находится на высоком уровне, так как прогрессивное руководство ВУЗов содействует реализации мероприятий в рамках Национальных проектов, таких как «Здоровье Нации» и др. [4-5]. Идет популяризация здорового образа жизни, одно из его направлений – это повышение режима двигательной активности. В связи с этим учебные планы высших учебных заведений вводят курсы «Элективные дисциплины по физической культуре», спортивные секции по видам спорта, проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия во внеучебное время. Но у этого прогрессивного процесса есть и обратная сторона – это травмы, полученные в процессе занятий физической культурой. Характер травм может быть, как показывает практика, довольно разнообразен: от ссадин до тяжелых повреждений.

К сожалению, получение знаний по обозначенной проблеме не всегда отличается системностью и оптимальным подбором средств и методов обучения. Некоторые жизнеугрожающие состояния могут препятствовать качественному освоению компетенций в процессе обучения, так как выводят из нормального ритма жизни травмированных на неопределенное время.

В связи с вышесказанным мы сформулировали цель нашего исследования: изучить осведомленность студентов и педагогов о мерах профилактики травматизма, основах самостраховки и оказания первой помощи, то есть вопросов безопасного поведения при занятиях физической культурой. Для реализации поставленной цели мы обозначили ряд задач нашего исследования:

1. выявить уровень осведомленности у студентов физкультурных и не физкультурных ВУЗов по вопросам безопасности при занятиях физической культурой.
2. определить оптимальный формат преподавания универсальных учебных действий в рамках реализующихся в ВУЗах дисциплин, направленных на профилактику травматизма, самостраховки и оказания первой помощи.

**Методы и организация исследования.** Для решения обозначенных задач нами были использованы следующие методы: исследование научно-методической литературы по интересующей нас теме, социологическое исследование и методы математической статистики. Исследование проводилось с ноября 2021 по январь 2022 года. В исследовании приняли участие 12 преподавателей по физическому воспитанию (по три педагога от каждого ВУЗа) и 98 юношей-студентов. Возраст исследуемых – 21-22 года. 32 респондента были студентами первого вуза Алтая – Алтайский государственный педагогический университет (АГПУ, (ИФКиС – физкультурное направление обучения, г. Барнаул)), 23 – обучаются в Сибирском государственном университете физической культуры и спорта (СибГУФК, г. Омск – физкультурное направление обучения), 20 – обучаются в

Барнаульском юридическом институте МВД (БЮИ МВД, г. Барнаул – не физкультурное направление обучения), 23 – обучаются в Кузбасском государственном техническом университете имени Т.Ф. Горбачева (КузГТУ, г. Кемерово – не физкультурное направление обучения). Все обучающиеся были студентами (юноши) 2 курса городов сибирского федерального округа.

**Результаты исследования и их обсуждение.** В процессе исследования нами получены результаты, которые свидетельствуют о неоднозначности сложившейся ситуации в физкультурных и не физкультурных ВУЗах относительно сформулированной проблемы. В рамках нашего исследования проведен опрос преподавателей и анкетирование обучающихся. Анализ ответов респондентов представлены в статье.

Для решения первой задачи нашего исследования был проведен не только анализ научно-методической литературы, но и социологическое исследование для выявления осведомленности преподавателей и студентов в отношении безопасности на занятиях физической культурой.

По нашему мнению, одним из профессионально значимых характеристик будущего выпускника как физкультурного, так и не физкультурного направления обучения – это обеспечение своей безопасности и умение помочь другим, в том числе своим подопечным при жизнеугрожающих ситуациях. Особенно это касается специалистов в сфере физической культуры и спорта. По мнению ряда авторов [4-6], а также согласно ст. 31 ф3 РФ от 21.11.2011 № 323 «Об основах охраны здоровья граждан», каждый человек в России вправе оказать первую помощь пострадавшему в случае экстренной ситуации при наличии у него специальной подготовки и (или) навыков. Однако, проведенное анкетирование преподавателей и студентов свидетельствует о недостаточной методической и практической проработке актуального, по нашему мнению, материала.

В результате опроса преподавателей выявлено, что существует реальная проблема, связанная с получением и усвоением знаний, умений и навыков профилактики травматизма, основ самостраховки и оказания первой помощи в среде студенческой молодежи. Порой, некоторые преподаватели ограничиваются формальным сбором подписей под инструктажем по технике безопасности в учреждении и при занятиях физической культурой. Но многие педагоги имеют активную жизненную позицию, качественно проводят инструктаж и постоянно призывают студентов на занятиях физической культурой быть внимательными при выполнении различных двигательных действий (основы самостраховки) и тем самым минимизируют получение травм различного характера на своих занятиях. Также в вузах, которые участвовали в нашем исследовании, реализуются следующие дисциплины: «Основы медицинских знаний», «Профилактика травматизма в спорте», «Безопасность жизнедеятельности» и др. На этих курсах осваивается такая компетенция, как способность обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.

Однако, по результатам опроса педагогов, количество часов, отводимых на практическое освоение полученного материала, является крайне малым, что в свою очередь повышает риск возникновения травм в процессе профессиональной деятельности будущих выпускников, вне зависимости от того, учатся они на физкультурном или на не физкультурном направлении обучения. С данным утверждением согласились 100% опрошенных преподавателей. Ведь быть активным, равнодушным, обладающим знаниями в области самостраховки и оказания первой помощи в жизнеугрожающей ситуации позволит не только предотвратить получение травмы, но и спасти жизнь.

Также преподавателей вузов обязывают пройти курсы повышения квалификации на предмет обучения по оказанию первой помощи. По результатам опроса, педагоги прекрасно усвоили пройденный материал и легко могли ответить нам на тематические вопросы. Однако, ответы юношей 2 курса, обучающихся в физкультурном и не физкультурном ВУЗах города Барнаула, Омска и Кемерово, среди которых было проведено

наше анкетирование, были не так однозначны.

Так, на вопрос «Считаете ли вы необходимым наличие знаний, умений и навыков в области профилактики травматизма в своей профессиональной деятельности» 55% опрошенных студентов нефизкультурного направления (БЮИ МВД – 80%, КузГТУ – 30%) обучения ответили, что это не является их обязанностью (рис. 1).

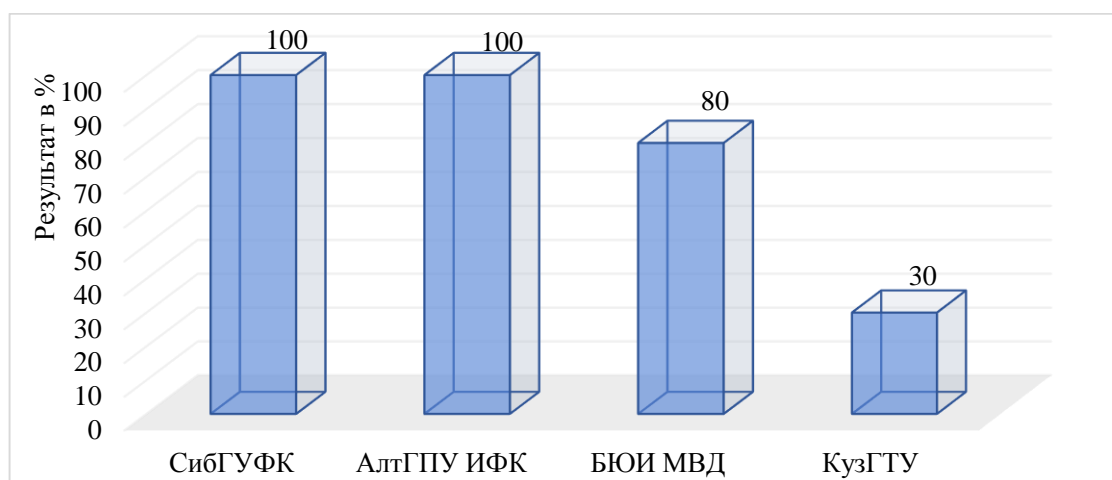


Рис. 1. Процентное соотношение ответов студентов 2 курса физкультурного и не физкультурного ВУЗов на вопрос «Считаете ли вы необходимым наличие знаний, умений и навыков в области профилактики травматизма в своей профессиональной деятельности?», %

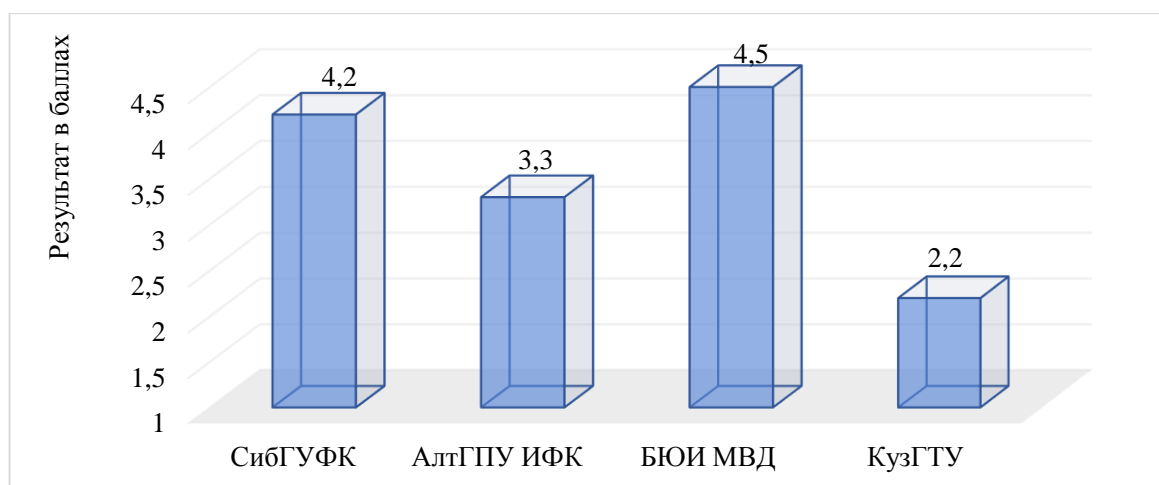


Рис. 2. Анализ анкетирования юношей 2 курса физкультурного и нефизкультурного направления обучения (вопрос: «Как вы оцениваете по 5-бальной шкале свои знания основ оказания первой помощи нуждающимся в жизнеугрожающей ситуации?», балл)

При анализе ответов студентов, обучающихся на физкультурном направлении, выявлено, что все (100%) респонденты (СибГУФК – 23 студента и АГПУ ИФК – 32 студента), считают необходимым знать основы профилактики травматизма. Возможно, данное распределение ответов связано с наличием дисциплин, реализуемых в учебных заведениях и наличием спортивного стажа у самих обучающихся. Наличие спортивного стажа дает определенное преимущество студентам физкультурного направления, так как они уже эмпирическим путем за годы своих тренировок познали важность и актуальность данного вопроса.

Неоднозначным было распределение ответов студентов на вопрос «Как вы можете оценить по 5-бальной шкале свои знания основ оказания первой помощи нуждающимся в жизнеугрожающей ситуации?» (где 5 баллов – это высокий уровень знаний, 1 балл – это низкий уровень знаний) (рис. 2).

Анализ полученных ответов на данный вопрос был неоднозначным. Так, в средний балл (4,5) оценили свои знания обучающиеся не физкультурного направления (БЮИ МВД), в 2,2 балла оценили свои знания студенты КузГТУ, 3,8 балла – результат самоанализа студентов физкультурного направления (СибГУФК – 4,2 балла,

АлтГПУ ИФК – 3,3 балла) своих возможностей по основам оказания первой помощи.

Таким образом, проведенное анкетирование позволяет нам сделать вывод о неодинаковом уровне осведомленности студентов физкультурного и не физкультурного направления обучения по вопросам безопасного поведения на занятиях физической культурой. Это вполне закономерный процесс, так как есть и разница в учебных планах ВУЗов, и прежний жизненный опыт студентов-юношей, также очень разноплановый (спортивный стаж, военная служба и т.д.). Но повысить и качественно улучшить такие жизненно важные навыки, как профилактика травматизма в процессе занятий физической культурой, знание основ самоотраховки и оказание первой помощи, по нашему мнению, позволят структурировать и расширить знания, умения и навыки в области безопасности жизнедеятельности.

Для улучшения выявленной ситуации и для решения второй задачи нашего исследования были проанализированы доступные наглядные средства по интересующей нас проблеме. Оптимальным наглядным руководством по одному из интересующих нас направлений (оказание первой помощи) мы предлагаем материал, разработанный нашими коллегами.



Рис. 3. Пример наглядного оформления теоретического материала из пособия по оказанию первой помощи (КАУ ДПО «Алтайский институт развития образования имени А.М. Топорова»)

Так, например, сотрудниками КАУ ДПО «Алтайский институт развития образования имени А.М. Топорова» разработана памятка по оказанию первой помощи (рис. 3). Текст разработанного пособия снабжен QR-кодами – двухмерными штрих-кодами, которые позволяют в режиме реального времени посмотреть видеоролики по оказанию первой помощи с любого мобильного устройства. Видеоролики с демонстрацией мероприятий по оказанию первой помощи размещены на youtube-канале (<https://www.youtube.com/watch?v=kVR4Kas84zA>) в общем доступе.

По нашему мнению, подобное оформление теоретического материала дает прекрасную возможность для применения разработанного материала педагогами вузов в учебном процессе. Распространение

подобного материала позволит активному населению сибирского федерального округа расширить свои знания для обеспечения своевременной безопасности своим близким и окружающим, привить активную жизненную позицию подрастающему поколению.

**Заключение.** Таким образом, именно системный и компетентностный подход при выборе средств обучения студентов, своевременный мониторинг знаний по вопросам безопасности, использование качественного наглядного материала по основам безопасного поведения и оказанию первой помощи в различных жизнеугрожающих ситуациях позволит повысить профессиональную компетентность выпускников физкультурных и не физкультурных ВУЗов.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Калашникова, Р. В. Оказание первой медицинской помощи при опасных состояниях возникающих при повышенной физической нагрузке в тренировочный период / Р. В. Калашникова, Т. В. Променашева // В сборнике: Проблемы и перспективы формирования здорового образа жизни в информационном обществе. Сборник статей Международной научно-практической конференции, 2017. – С. 89-92.
2. Мартыненко, А. Н. Дополнение программного содержания дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта (хоккей)» вопросами обучения приёмам самостраховки / А. Н. Мартыненко // В сборнике: Физическая культура и спорт в жизни студенческой молодежи. Материалы 3-й Международной научно-практической конференции: Омск, 2017. – С. 123-128.
3. Хромов, В. А. Травматизм, профилактика, оказание первой медицинской помощи / В. А. Хромов, О. Н. Юртаев, П. С. Ермолов // Актуальные проблемы борьбы с преступлениями и иными правонарушениями. – 2018. – № 18-20. – С. 118-120.
4. Наставление по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации: приказ МВД России от 13.11.2012 № 1025 деп.
5. Программа симуляционного обучения медицинской помощи при различных жизнеугрожающих состояниях / Калинина И. Н., Намиток

Х. А., Прутько О. Л. [и др.] // Виртуальные технологии в медицине. – 2019. – № 2(22). – С. 31-32.

6. Patients with ice hockey injuries presenting to US emergency departments, 1990-2006 / Deits J., Yard E. E., Collins C. L. [et al] // Journal of Athletic Training. – 2010. – Vol. 45. – № 5. – pp. 467-474.

#### REFERENCES

1. Kalashnikova R.V., Promenasheva T.V. First aid treatment in case of dangerous states, occurring due to increased physical loads during the training period. From the collection: Issues and Prospects of forming a healthy life style in the Information Society. Materials of the International Scientific and Practical Conference, 2017, pp. 89-92. (in Russ.)
2. Martynenko, A.N. Addition to the program content of the “Theory and Method of Chosen Sport (Hockey)” discipline with questions of learning self-protection. From the collection: Physical Culture and Sports in the Life of Students. Materials of the 3<sup>rd</sup> International Scientific and Practical Conference, Omsk, 2017. pp. 123-128. (in Russ.)
3. Khromov V.A., Yurtayev O.N., Yermolov P.S. Injury rate, prediction, first aid treatment. *Relevant Issues of Fighting Crime and Other Violations*, 2018, no. 18-2, pp. 118-120. (in Russ.)
4. Instruction on the organization of physical training in the internal affairs bodies of the Russian Federation: Order of the Ministry of Internal Affairs of Russia no. 1025, dated 13.11.2012. (in Russ.)

5. Kalinina I.N., Namitokov Kh.A., Prut'ko O.L., Bushuj Ye.S., Odarich A.A. Simulation training program of medical care in case of various life-threatening conditions. *Virtual Technologies in Medicine*. 2019, no. 2 (22), pp. 31-32. (in Russ.)

6. Deits J., Yard E.E., Collins C.L., Fields S.K., Comstock R.D. Patients with ice hockey injuries presenting to US emergency departments, 1990-2006. *Journal of Athletic Training*, 2010, vol. 45, no.5, pp. 467-474.

#### СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ:

**Наталья Владимировна Губарева** – кандидат педагогических наук, доцент кафедры теоретических основ физического воспитания, Алтайский государственный педагогический университет, Барнаул, e-mail: [n.gubareva@mail.ru](mailto:n.gubareva@mail.ru).

**Николай Станиславович Матвейчук** – старший преподаватель Барнаульского юридического института МВД России, Барнаул, e-mail: [matvechuk@mail.ru](mailto:matvechuk@mail.ru).

**Марина Юрьевна Скворцова** – кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физического воспитания Кузбасского государственного технического университета имени Т. Ф. Горбачева, Кемерово, e-mail: [gma.f@kuzstu.ru](mailto:gma.f@kuzstu.ru).

**Татьяна Александровна Линдт** – старший преподаватель кафедры естественно-научных дисциплин, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск, e-mail: [lta@mail.ru](mailto:lta@mail.ru).

#### INFORMATION ABOUT THE AUTHORS:

**Natal'ya Vladimirovna Gubareva** – Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Theoretical Foundations of Physical Education, Altaj State Pedagogical University, Barnaul, e-mail: [n.gubareva@mail.ru](mailto:n.gubareva@mail.ru).

**Nikolaj Stanislavovich Matvejchuk** – Senior Lecturer, Barnaul Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia, Barnaul, e-mail: [matvechuk@mail.ru](mailto:matvechuk@mail.ru).

**Marina Yur'evna Skvortsova** – Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Physical Education of the Kuzbass State Technical University, Kemerovo, e-mail: [gma.f@kuzstu.ru](mailto:gma.f@kuzstu.ru).

**Tat'yana Aleksandrovna Lindt** – Senior Lecturer of the Department of Natural Science Disciplines, Siberian State University of Physical Culture and Sports, Omsk, e-mail: [lta@mail.ru](mailto:lta@mail.ru).

**Для цитирования:** К вопросу об основах безопасного поведения на занятиях физической культурой в вузах / Н.В. Губарева, Н.С. Матвейчук, М.Ю. Скворцова, Т.А. Линдт // Современные вопросы биомедицины. – 2022. – Т. 6. – № 2. DOI: 10.51871/2588-0500\_2022\_06\_02\_34

**For citation:** Gubareva N.V., Matvejchuk N.S., Skvortsova M.Yu., Lindt T.A. On the question of safe behavior basics during physical culture classes in higher education institutions. *Modern Issues of Biomedicine*, 2022, vol. 6, no. 2. DOI: 10.51871/2588-0500\_2022\_06\_02\_34