

ISSN: 2713–2838 (online)



**Наука и практика в образовании:
электронный научный журнал**

**Science and Practice in Education:
Electronic Scientific Journal**

**Том
Vol. 3 № 4 (2022)**

izdanie-nauka.ru

Наука и практика в образовании: электронный научный журнал

Nauka i praktika v obrazovanii: elektronnyi nauchnyi zhurnal

Том 3. № 4. 2022

Журнал основан в 2020 году и является научным рецензируемым изданием, содействующим обсуждению актуальных проблем в сфере образования.

Цель журнала – поддержка единого информационного пространства научных и прикладных исследований в сфере образования, освещение результатов научно-исследовательской, научно-практической и инновационной деятельности, распространение новых идей и опыта образовательной практики.

Научная концепция издания предполагает публикацию материалов по специальностям области науки 5.8. Педагогика (5.8.1.; 5.8.2.; 5.8.3.; 5.8.7.).

К публикации в журнале приглашаются отечественные и зарубежные ученые, преподаватели высших и среднеспециальных учебных заведений, магистранты, аспиранты.

Журнал придерживается стандартов редакционной этики в соответствии с международной практикой редактирования, рецензирования, издания и авторства научных публикаций и рекомендациями Комитета по этике научных публикаций.

Все включенные в журнал статьи прошли научное рецензирование («двойное слепое»).

Электронная версия журнала находится в свободном доступе на сайте <https://izdanie-nauka.ru>

Наименование органа, зарегистрировавшего издание	Журнал зарегистрирован в Федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. Регистрационный номер СМИ ЭЛ № ФС 77 – 78785 от 20.07.2020
Периодичность	5 выпусков в год
Языки	Русский, английский
Префикс DOI	10.54158
ISSN	2713-2838 (online)
Знак информационной продукции	16+
Учредитель	Гам Антон Владимирович
Издатель	Автономная некоммерческая профессиональная образовательная организация «Многопрофильная Академия непрерывного образования», 644043, г. Омск, ул. Фрунзе, д. 1, корп. 4, оф. 407. Тел./факс: +7 (3812) 66-20-89, https://mano.pro/
Редакция	644043, г. Омск, ул. Фрунзе, д. 1, корп. 4, оф. 407 Тел. +7 (3812) 79-03-19, https://izdanie-nauka.ru Email: redactor@mano.pro
Индексация	Elibrary, Соционет, КиберЛенинка, Google Scholar, Crossref



Материалы журнала доступны по лицензии Creative Commons «Attribution» («Атрибуция») 4.0 Всемирная (CC BY 4.0)

© АНПОО «Многопрофильная Академия непрерывного образования», 2022

Science and Practice in Education: Electronic Scientific Journal

Nauka i praktika v obrazovanii: elektronnyi nauchnyi zhurnal

Vol. 3. No. 4. 2022

The journal was founded in 2020 and is a scientific peer-reviewed publication that contributes to the discussion of current problems in the field of education.

Electronic Scientific Journal supports a single information space of scientific and applied research in the field of education, highlights the results of scientific research, scientific, practical and innovative activities, disseminates new ideas and experience in educational practice.

The scientific concept of the publication involves the publication of materials in the specialties of the field of science 5.8. Pedagogy (5.8.1.; 5.8.2.; 5.8.3.; 5.8.7.).

The Journal invites for publication the Russian and foreign scientists, teachers of higher and secondary specialized educational institutions, undergraduates, graduate students.

The journal adheres to standards of editorial ethics in accordance with the international practice of editing, reviewing, publishing and authoring scientific publications and the recommendations of the Committee on the Ethics of Scientific Publications.

The journal conducts a double-blind peer review of manuscripts received.

The magazine is publicly available on the Internet information and telecommunications network on the website <http://izdanie-nauka.ru>

Mass Media Registration Certificate	The journal is registered with the Federal Service for Supervision of Communications, Information Technology, and Mass Media. Certificate on registration of mass media EL No. FS 77 - 78785 of 20.07.2020
Frequency	5 times a year
Languages	English, Russian
DOI Prefix	10.54158
ISSN	2713-2838 (online)
Information product mark	16+
Founder	Anton V. Gam
Publisher	Multidisciplinary Academy of Continuing Education, 1 bld. 4 Frunze Str., Off. 407, Omsk 644043, Russia Phone number: +7 (3812) 66-20-89 https://mano.pro/
Editorial Office	1 bld. 4 Frunze Str., Off. 407, Omsk 644043, Russia Phone number: +7 (3812) 79-03-19, https://izdanie-nauka.ru Email: redactor@mano.pro
Indexation	Elibrary, Socionet, Cyberleninka, Google Scholar, Crossref



All the materials of the "Science and Practice in Education: Electronic Scientific Journal" are available under Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

© Multidisciplinary Academy of Continuing Education, 2022

РЕДАКЦИЯ

Гам Владимир Иванович – главный редактор, д-р пед. наук, академик РАЕ, проф., Заслуженный учитель РФ, ректор АНПОО «Многопрофильная академия непрерывного образования»;

Михайлова Валерия Евгеньевна – научный редактор, канд. пед. наук;

Гам Антон Владимирович – технический редактор.

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ

Гам Владимир Иванович, д-р пед. наук, академик РАЕ, проф., Заслуженный учитель РФ, ректор, АНПОО «Многопрофильная академия непрерывного образования» (г. Омск, Россия)

Вишняков Игорь Августович, д-р. псих. наук., проф., заведующий кафедрой практической психологии, ФГБОУ ВО «Омский государственный педагогический университет» (г. Омск, Россия)

Дубенский Юрий Петрович, д-р пед. наук, проф. кафедры социальной работы, педагогики и психологии, ФГБОУ ВО «Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского» (г. Омск, Россия)

Масягин Владимир Павлович, д-р пед. наук., проф., проф. профессор кафедры военно-политической работы, ФГКВУ ВО «Военный университет» имени князя Александра Невского МО РФ (г. Москва, Россия)

Матюшенко Светлана Владимировна, д-р пед. наук, доцент, старший преподаватель кафедры уголовного процесса, Омская академия МВД России (г. Омск, Россия)

Михайлова Валерия Евгеньевна, канд. пед. наук, начальник отдела научно-методического сопровождения, АНПОО «Многопрофильная академия непрерывного образования», (г. Омск, Россия)

Насырова Эльмира Фанилевна, д-р пед. наук, проф., проф. кафедры «Педагогики профессионального и дополнительного образования», Сургутский государственный университет (г. Сургут, Россия)

Парц Ольга Степановна, канд. пед. наук, доцент, доцент кафедры педагогики, ФГБОУ ВО «Омский государственный педагогический университет» (г. Омск, Россия)

Петрусевич Аркадий Аркадьевич, д-р пед. наук, проф., проф. кафедры педагогики, ФГБОУ ВО «Омский государственный педагогический университет» (г. Омск, Россия)

Прикот Олег Георгиевич, д-р пед. наук., проф., проф. департамента государственного администрирования, ФГАОУ Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (г. Санкт-Петербург, Россия)

Самсонова Надежда Владиславовна, д-р пед. наук., проф., проф. кафедры теории и методики физической культуры и спорта института рекреации, туризма и физической культуры, Балтийский федеральный университет имени Иммануила Канта (г. Калининград, Россия)

Шарапов Шаекатджон Ахмадович, д-р пед. наук, проф., директор Научно-исследовательского института педагогических наук, Худжандский государственный университет имени академика Бободжона Гафурова (г. Худжанд, Республика Таджикистан)

EDITORS

Vladimir I. Gam – Editor-in-Chief, Dr. Sci. (Pedagogy), Academician of the Russian Academy of Natural Sciences, Prof., Honored Teacher of the Russian Federation, Rector of Multidisciplinary Academy of Continuing Education;

Valeriia E. Mikhailova – Scientific Editor, Cand. Sci. (Pedagogy);

Anton V. Gam – Layout Editor.

EDITORIAL BOARD

Vladimir I. Gam (Editor-in-Chief), Dr. Sci. (Pedagogy), Academician of the Russian Academy of Natural Sciences, Prof., Honored Teacher of the Russian Federation, Rector, Multidisciplinary Academy of Continuing Education (Omsk, Russia)

Igor A. Vishniakov, Dr. Sci. (Psychology), Prof., Head of the Department of Practical psychology, Omsk State Pedagogical University (Omsk, Russia)

Iurii P. Dubenskii, Dr. Sci. (Pedagogy), Prof., Prof. of the Department of Social Work, Pedagogy and Psychology, Dostoevsky Omsk State University (Omsk, Russia)

Vladimir P. Masyagin, Dr. Sci. (Pedagogy), Prof., Prof. Department of the Department of Military-Political Work, Military University (Moscow, Russia)

Svetlana V. Matiushenko, Dr. Sci. (Pedagogy), Associate professor, Senior Lecturer of the Department of Criminal Procedure, Omsk Academy of the Ministry of the Interior of Russia (Omsk, Russia)

Valeriia E. Mikhailova, Cand. Sci. (Pedagogy), Head of the Chair of Scientific and Methodological Support, Multidisciplinary Academy of Continuing Education (Omsk, Russia)

Ehlmira F. Nasyrova, Dr. Sci. (Pedagogy), Prof., Prof. of the Department of Pedagogy, Professional and Extracurricular Education, Surgut State University (Surgut, Russia)

Olga S. Parts, Cand. Sci. (Pedagogy), Associate professor, Associate Professor of the Department of Pedagogy, Omsk State Pedagogical University (Omsk, Russia)

Arkady A. Petrushevich, Dr. Sci. (Pedagogy), Prof., Prof. of Department of Pedagogy, Omsk State Pedagogical University (Omsk, Russia)

Oleg G. Prikot, Dr. Sci. (Pedagogy), Prof., Prof. Department of Public Administration, National Research University “Higher School of Economics” (St. Petersburg, Russia)

Nadezhda V. Samsonova, Dr. Sci. (Pedagogy), Prof., Prof. Department of Theory and Methodology of Physical Culture and Sports, Institute of Recreation, Tourism and Physical Culture, Kant Baltic Federal University (Kaliningrad, Russia)

Shavkatdzhon A. Sharapov, Dr. Sci. (Pedagogy), Prof., Director of the Research Institute of Pedagogical Sciences, Khujand State University named after academician Bobojon Gafurov (Khujand, Republic of Tajikistan)

СОДЕРЖАНИЕ

ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Турбина Е.Г., Маркин А.В..

**ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ КАК СПОСОБ СНИЖЕНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ У СТУДЕНТОВ
ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ.....264**

Тупик Ю.В..

**ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ УЧЕБНОЙ МОТИВАЦИИ УЧАЩИХСЯ МЕДИЦИНСКОГО
КОЛЛЕДЖА.....269**

CONTENTS

VOCATIONAL EDUCATION

E.G. Turbina, A.V. Markin

EXERCISE AS A WAY TO REDUCE ANXIETY IN HIGHER EDUCATION STUDENTS.....264

Yu.V. Tupik

STUDY OF THE CHARACTERISTICS OF EDUCATIONAL MOTIVATION OF MEDICAL COLLEGE STUDENTS.....269

ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ / VOCATIONAL EDUCATION

УДК 378+796.0+159.923
https://doi.org/10.54158/27132838_2022_3_4_264
EDN: MIXPKT
Научная статья



Е.Г. Турбина¹ ✉, **А.В. Маркин²**
Самарский государственный технический университет
г. Самара, Россия
✉ kozheg@ya.ru

Физические упражнения как способ снижения тревожности у студентов высших учебных заведений

Аннотация. В статье рассматриваются психологические аспекты тревожности: понятие, виды, симптомы, причины тревожности и основные способы снижения тревожности. Авторы характеризуют тревожность как индивидуальную особенность, которая может быть измерена у студентов высших заведений путём проведения тестирования и анализа его результатов. Определяется зависимость уровня тревожности от курса обучения. Раскрывается такой эффективный метод снижения уровня тревожности у студентов как комплекс дополнительных физических упражнений. Подчеркивается, что для студентов старших курсов характерна осознанная потребность в здоровотворчестве, ответственное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих. Роль использования физических упражнений для сохранения своего психического здоровья подтверждён путём проведения первичного и повторного тестирования экспериментальной группы студентов.
Ключевые слова: психологическое здоровье, тревожность, личностная тревожность, физические упражнения, рациональная организация занятия.

Для цитирования: Турбина Е.Г., Маркин А.В. Физические упражнения как способ снижения тревожности у студентов высших учебных заведений // Наука и практика в образовании: электронный научный журнал. 2022. Т. 3. № 4. С. 264-268. https://doi.org/10.54158/27132838_2022_3_4_264 EDN: MIXPKT

Original article

E.G.Turbina¹ ✉, **A.V. Markin²**
Samara State Technical University
Samara, Russia
✉ kozheg@ya.ru

Exercise as a way to reduce anxiety in higher education students

Abstract. The article discusses the psychological aspects of anxiety: the concept, types, symptoms, causes of anxiety and the main ways to reduce anxiety. The authors characterize anxiety as an individual feature that can be measured in students of higher institutions by testing and analyzing its results. The dependence of the level of anxiety on the training course is determined. Such an effective method of reducing the level of anxiety in students as a set of additional physical exercises is revealed. It is emphasized that senior students are characterized by a conscious need for health, a responsible attitude to their own health and the health of others. The role of using exercise to preserve their

© Турбина Е.Г., Маркин В.А., 2022



Контент доступен под лицензией Creative Commons Attribution 4.0 License.
The content is available under Creative Commons Attribution 4.0 License.

mental health is confirmed by conducting primary and re-testing of an experimental group of students.
Keywords: psychological health, anxiety, personal anxiety, exercise, rational organization of activities.

For citation: Turbina EG, Markin AV. Exercise as a way to reduce anxiety in higher education students. *Science and Practice in Education: Electronic Scientific Journal*. 2022;3(4):264-268. https://doi.org/10.54158/27132838_2022_3_4_264 EDN: MIXPKT

Введение

Психологическое здоровье человека как предмет исследования в области гуманитарных наук становится в последние годы актуальной темой не только в связи с изменениями в социокультурных условиях жизни, но и по причине общей тенденции возрастания интереса к проблемам, лежащим в межпредметных областях науки и практики. Анализ психолого-педагогической литературы, изданной в последние годы, показывает определенный дефицит работ, в которых проблема психологического здоровья рассматривается в контексте таких понятий как «отношение» и «ценность». Так, исследования особенностей проявления отношения к здоровью в юношеском возрасте показывают, что здоровье для молодежи – преимущественно это двигательная активность, отсутствие или ограничение вредных привычек, здоровое питание. В то время как ряд составляющих здоровья – позитивное мышление, возможность самореализации, удовлетворенность учебой – вообще не фигурируют в отзывах молодых людей.

В то же время, наличие конкретных научно-обоснованных данных, отражающих отношение личности к здоровью как витальной ценности, может стать одной из важнейших составляющих в решении задач создания оптимальных условий для предупреждения нежелательных тенденций и сохранения здоровья человека. Его изучение остается в центре внимания современной психологической науки (Л.Д. Демина, И.В. Дубровина, Л.С. Комогорова, В.Э. Пахальян). Ряд ученых сходятся во мнениях, что психологическое здоровье – состояние общего субъективного благополучия личности [1].

Психологическое здоровье позволяет обеспечить оптимальный выбор действий, поступков и поведения в ситуациях ее взаимодействия с окружающими как субъекта жизнедеятельности. И одним из важных показателей психического здоровья является личностная тревожность. Тревожность приводит к снижению работоспособности, обучаемости, трудностям в общении. Человек с повышенной тревожностью может столкнуться с целым спектром соматических заболеваний.

Материалы и методы

В исследовании использованы методика «Шкала личностной тревожности» Спилбергера–Ханина, сравнительно-сопоставительный анализ изучение результатов деятельности.

Обзор литературы

Понятие «тревоги» было введено в психологию З. Фрейдом в 19 веке. Ученый понимает тревогу как психическую функцию собственного Эго. С данной точки зрения беспокойство обретает адаптивную функцию, ее предназначение заключается в предупреждении индивида о надвигающейся опасности, с каковой следует как-то совладать [2, с. 57].

В соответствии с отечественным психологом А.В. Петровским беспокойство обуславливается как эмоциональная ситуация, появляющаяся в ситуации неясной угрозы и проявляющееся в ожидании неблагоприятного становления происшествия [3, с. 40].

По определению Р.С. Немова «тревожность – постоянно или ситуативно проявляемое свойство человека приходить в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх и тревогу в специфических социальных ситуациях» [4, с. 140].

Г.С. Абрамова полагает, что тревожность, как признак, или личностная беспокойность, не выражается напрямую в действии. Однако ее уровень можно установить, отталкиваясь из того, как зачастую и как интенсивно у индивидуума появляются состояния тревоги [5, с. 89]. Г.М. Бреслав устанавливает, что тревожность – индивидуальная особенность, отражающая снижение порога восприимчивости к разным стрессовым агентам. Беспокойность проявляется в непрерывном чувстве опасности своему «я» во всех ситуациях; беспокойность стремление к переживанию тревоги, характеризующаяся невысоким порогом появления реакции беспокойства: один из ключевых характеристик индивидуальности [6, с. 43]. Авторы рассматривают тревожность по-разному, но можно прийти к общему выводу, что тревожность: состояние опасения, беспокойства, испытываемое человеком в условиях ожидания неприятностей.

В психологии тревожность дифференцируется на два основных вида: личностная и ситуативная.

Личностная тревожность – это готовность (установка) человека к переживанию страха и волнений по поводу широкого круга субъективно значимых явлений. Личностная тревожность представляет собой базовую черту личности, которая формируется и закрепляется в раннем детстве.

Личностная тревожность проявляется в типичной, ситуационно устойчивой реакции человека – состоянии повышенного беспокойства – на угрожающую его личности ситуацию или кажущуюся

юся таковой. Личностная тревожность обычно не существует как отдельная черта, она оказывает отрицательное влияние на формирование и развитие других свойств и особенностей человека, таких, например, как мотив избегания неудачи, стремление уходить от ответственности, боязнь вступить в соревнование с другими людьми. Следовательно, с личностной тревожностью у человека обычно связан целый комплекс других отрицательных черт, и малую группу, порождающую у личности тревожность, следует рассматривать как препятствующую развитию данной личности.

Ситуативная тревожность – это показатель интенсивности переживаний, которые возникают по отношению к типичным событиям. Она может проявляться у разных людей в различных ситуациях, причем в одних она проявляется отчетливо, а в других не проявляется совсем. Например, индивиды, которые обнаруживают специфическую тревожность, повышенное состояние беспокойства на экзаменах, в других случаях жизни они ведут себя более уверенно. Существуют люди, у которых особое беспокойство порождает ситуация общения с лицами противоположного пола.

Различают три вида симптомов проявления тревожности: вегетативные: затруднённое дыхание, повышенный пульс, ощущение сдавленности в груди, сухость во рту, головокружение, дрожь, общая слабость, тошнота, повышенное потоотделение, холодные руки; психологические: ощущение страха, дезориентация, чувство подавленности, неуверенность, чувство беспомощности, пониженная самооценка, неопределённые опасения; поведенческие: скованность, напряжение, стремление к избеганию стрессовых ситуаций, неусидчивость.

Причины, способствующие формированию тревожности у человека:

- стресс;
- эндокринные заболевания;
- злоупотребление наркотическими средствами и психоактивными веществами;
- чрезмерное употребление кофеина;
- низкий уровень физической активности;
- чрезмерное использование интернета и телекоммуникаций;
- недостаточное количество часов сна.

Результаты исследования и их обсуждение

С целью определения особенностей личностной тревожности у студентов Самарского государственного технического университета было проведено тестирование по методике «Шкала личностной тревожности» Спилберга-Ханина. Тестирование проводилось онлайн с использованием ресурса <https://www.b17.ru/>.

Тест Спилберга-Ханина относится к ряду методик, исследующих психологический феномен тревожности. Это тестовый материал состоит из 40 высказываний:

– 20 высказываний, относящихся к тревожности как состоянию (состояние тревожности, реактивная или ситуативная тревожность);

– 20 высказываний на определение тревожности как диспозиции, личностной особенности (свойство тревожности).

В данном тестировании приняло участие 150 студентов факультета инженерных систем и природоохранного строительства, Самарского государственного технического университета 1 – 3 курсов, по 50 тестируемых на каждом курсе. Итоги исследования представлены в Таблице 1.

Таблица 1

Уровень личностной тревожности студентов

Table 1

The level of personal anxiety of students

Курс / Course	Высокий уровень / High level	Средний уровень / M e d i u m level	Н и з к и й уровень / Low level
1	30 чел. (60%)	20 чел. (40%)	0 чел. (0%)
2	10 чел. (20%)	26 чел. (52%)	14 чел. (28%)
3	3 чел. (6%)	24 чел. (48%)	46 чел. (33%)

Обработка результатов исследования указывают на то, что студенты первого курса более тревожны по сравнению со студентами средних курсов.

Выявлено, что у первокурсников высокий уровень тревожности связан с адаптацией к ВУЗу, сменой окружения, преподавательского состава. При уточнении наиболее стрессогенных ситуаций выявлено, что это в принципе повышение тревожности связано с учебными ситуациями, а именно – связано с опросом, контрольными работами и указывает на то, что оценочные ситуации, особенно при публичном предъявлении достижений и возможностей, у большинства студентов негативно окрашены, сопровождаются переживанием тревоги.

Обратим внимание на то, что при изучении причин тревоги у студентов 2-4 курса присутствовали факторы – переживания социальных стрессов, наличием проблем в отношениях с преподавателем, страх самовыражения и несоответствия ожиданиям окружающих. Таким образом, студенты нуждаются в наиболее продуктивной системе методов снижения тревожности.

Для снижения уровня тревожности было предложено использовать дополнительные часы физической культуры, проведение дней здоровья на свежем воздухе, спортивных соревнований.

В ходе проведения данного исследования среди студентов 1 курса Факультета инженерных систем и природоохранного строительства Самарского государственного технического университета была выделена экспериментальная группа, в которой количество часов физической нагрузки была выше, чем в остальных группах.

Студенты дополнительно два раза в неделю проходили на занятия физической культуры, 80% из которых проходили на открытом пространстве на свежем воздухе. Кроме того, студенты экспериментируемой группы дополнительно участвовали в индивидуальных занятиях: плавание, бег, фигурное катание, лыжи и т.д.

По истечении трёх месяцев проведения эксперимента было осуществлено повторное исследование по методике «Шкала личностной тревожности» Спилбергера - Ханина.

Результаты данного исследования показывают, что в экспериментальной группе уровень тревожности снизился на 25%, в других группах уровень тревожности снизился лишь на 7%.

Студенты экспериментальной группы отмечают, что у них улучшилось эмоциональное состояние, они перестали испытывать чувство тревоги, находясь в учебных аудиториях своего высшего учебного заведения, они с лёгкостью начинают диалог с преподавателями и однокурсниками. Можно сделать вывод о том, что систематическая физическая нагрузка, прежде всего в группе и на свежем воздухе, снижет уровень тревожности.

Чувство тревоги, выраженное в показателях уровня тревожности, неизбежно сопровождает жизнь студентов, но необходимо понимать это и использовать упражнения по снижению тревожности, как индивидуальные, так и групповые, и физические упражнения один из эффективных способов в этом направлении.

С этих позиций полагаем, что важная составная часть работы преподавателя – это рациональная организация занятия, которая учитывает:

- особенности группы (изучение и понимание человека);

- периодов работоспособности студентов на занятии (период высокой продуктивности, период снижения продуктивности с признаками утомления);

- возрастных и физиологических особенностей студентов на занятиях (разных видов деятельности, их продуктивность);

- использование разнообразных видов деятельности и предупреждение гиподинамии.

Заключение. В целом отметим противоречивый характер отношения современных студентов к собственному здоровью: высокий индекс ценности здоровья и невысокие показатели по фактическим шкалам; несоответствие между потребностью обладать хорошим здоровьем, с одной стороны, и теми усилиями, которые они предпринимают для сохранения и укрепления своего физического и психического благополучия – с другой. Возникает потребность в исследованиях компонентов психического здоровья, которые во многом связаны с тем, что отношение к здоровью – это часть отношения личности к себе, что здоровье выглядит как ресурс, единожды данный человеку требует охраны и заботы. В этом смысле полученные данные могут выступать косвенным показателем тех особенностей, которые характерны для развивающейся личности на том или ином отрезке ее жизненного пути. Как следствие, эти данные могут стать одной из точек отсчета при составлении специальных программ работы преподавателя, психолога, направленных на предупреждение неблагополучия в психологическом здоровье личности обучающегося.

Список литературы

1. Пахальян В.Э. Развитие и психологическое здоровье. Дошкольный и школьный возраст: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии. М.: Питер, 2006. 237 с. EDN: QXNVWT
2. Фрейд З. Психология бессознательного. 2-е изд. СПб.: Питер, 2019. 528 с.
3. Петровский А.В. Введение в общую психологию. М.: Академия, 1996. 496 с.
4. Немов Р.С. Психология: учебник для вузов: в 2 ч. 2-е изд., перераб. и доп. М.: Юрайт, 2020. Ч. 1. 243
5. Абрамова Г.С. Общая психология: учебное пособие для вузов. М.: Академический Проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2000. 624 с.
6. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве. М.: Педагогика, 1990. 140 с.

References

1. Pakhalyan VE. *Razvitie i psikhologicheskoe zdorov'e. Doshkol'nyi i shkol'nyi vozrast = Development and psychological health*. Preschool and school age. Moscow: Piter Publ.; 2006. 237 p. (In Russ.).

EDN: QXNVWT

2. Freud S. *Psikhologiya bessoznatel'nogo = Psychology of the unconscious*. 2nd ed. Saint Petersburg: Piter Publ.; 2019. 528 p. (In Russ.).
3. Petrovskii AV. *Vvedenie v obshchuyu psikhologiyu = Introduction to General Psychology*. Moscow: Akademiya Publ.; 1996. 496 p. (In Russ.).
4. Nemov RS. *Psikhologiya = Psychology*. 2th ed. Moscow: Yurait Publ.; 2020. Part 1. 243 p. (In Russ.).
5. Abramova GS. *Obshchaya psikhologiya = General psychology*. Moscow: Akademicheskii Proekt Publ.; 2000. 624 p. (In Russ.).
6. Breslav GM. *Emotsional'nye osobennosti formirovaniya lichnosti v detstve = Emotional features of personality formation in childhood*. Moscow: Pedagogika Publ.; 1990. 140 p. (In Russ.).

Информация об авторе:

Турбина Евгения Георгиевна, кандидат технических наук, доцент кафедры «Физическое воспитание и спорт», Самарский государственный технический университет (443100, г. Самара, ул. Молодогвардейская, д. 244, Россия), SPIN-код: 4046-4777, AuthorID: 7418164, email: kozheg@ya.ru

Маркин Анатолий Вячеславович, студент 2 курса факультета инженерных систем и природоохранного строительства, Самарский государственный технический университет (443100, г. Самара, ул. Молодогвардейская, д. 244, Россия), email: Markintolya441@gmail.com

Вклад авторов: Авторы внесли равный вклад в исследовательскую работу.

Конфликт интересов: Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Поступила в редакцию: 12.06.2022

Одобрена после рецензирования: 20.09.2022

Принята к публикации: 24.09.2022

Авторы прочитали и одобрили окончательный вариант рукописи.

Information about the author:

Evgeniya G. Turbina, Candidate of Sciences in Technology, Associate Professor, Samara State Technical University (224 Molodogvardeiskaya Str., Samara 443100, Russia), SPIN-код: 4046-4777, AuthorID: 7418164, email: kozheg@ya.ru

Anatolii V. Markin, Student of the 2st year of the Faculty of Engineering Systems and Environmental Construction, Samara State Technical University (224 Molodogvardeiskaya Str., Samara 443100, Russia), email: Markintolya441@gmail.com

Contribution of the authors: The contribution of the authors is equal.

Conflict of interests: The authors declare that there is no conflict of interest.

Received: 12.06.2022




Approved after reviewing: 20.09.2022

Accepted for publication: 24.09.2022

The authors have read and approved the final manuscript.

УДК 377.5
https://doi.org/10.54158/27132838_2022_3_4_271
EDN: DJZYCF
Научная статья






Ю.В. Тупик  
Гродненский государственный медицинский колледж
г. Гродно, Республика Беларусь
 jli.tupik@gmail.com

Исследование особенностей учебной мотивации учащихся медицинского колледжа

Аннотация. Актуальность исследования учебной мотивации обусловлена обновлением содержания обучения, постановкой задач формирования у учащихся колледжа приемов самостоятельного приобретения знаний. Подчеркивается важность проблемно-ориентированного подхода к пониманию мотивации, как фактора успешного профессионального самоопределения. В статье рассматриваются виды мотивов и мотиваций, в т.ч. экстринсивную (внешнюю) мотивацию, интринсивную (внутреннюю) мотивацию, положительную и отрицательную мотивации. Характеризуются мотивация по источнику и направленности, по характеру подкрепления. Особый акцент делается на учебной мотивации. В статье делается вывод о необходимом сопровождении учащихся 1 и 2 курса с целью оптимизации как профессиональных мотивов, так и личностных, обозначены способы повышающие интерес и позитивное отношения учащегося к учебной деятельности, предлагается прямой путь поддержания познавательной мотивации учебной деятельности.
Ключевые слова: учебная мотивация, коммуникативные мотивы, мотивы престижа, продуктивная мотивация.

Для цитирования: Тупик Ю.В. Исследование особенностей учебной мотивации учащихся медицинского колледжа // Наука и практика в образовании: электронный научный журнал. 2022. Т. 3. № 4. С. 269-275. https://doi.org/10.54158/27132838_2022_3_4_278 EDN: XTZXOH

Original article

Yu. V. Tupik  
Grodno State Medical College
Grodno, Republic of Belarus
 jli.tupik@gmail.com

Study of the characteristics of educational motivation of medical college students

Abstract. The relevance of the study of educational motivation is due to the updating of the content of training, setting the tasks of forming independent acquisition of knowledge among college students. The importance of a problem-oriented approach to understanding motivation as a factor in successful professional self-determination is emphasized. The article considers the types of motives and motivations, including extrinsic (external) motivation, intrinsic (internal) motivation, positive and negative motivations. They are characterized by motivation by source and orientation, by the nature of reinforcement. Particular emphasis is placed on educational motivation. The article concludes about the necessary accompaniment of 1st and 2nd year students in order to optimize both professional and personal motives, identifies ways to increase the student's interest and positive attitude to educational activities, proposes a direct way to maintain cognitive motivation
Keywords: educational motivation, communicative motives, prestige motives, productive motivation

© Тупик Ю.В., 2022



Контент доступен под лицензией Creative Commons Attribution 4.0 License.
The content is available under Creative Commons Attribution 4.0 License.

For citation: Tupik YuV. Study of the characteristics of educational motivation of medical college students. *Science and Practice in Education: Electronic Scientific Journal*. 2022;3(4):269-275. (In Russ.). https://doi.org/10.54158/27132838_2022_3_4_271 EDN: XTZXOH

Введение

Мотивация обучающихся к обучению и самообразованию является одной из актуальных проблем реализации эффективного образовательного процесса. Характеризуя современное состояние традиционного профессионального образования, мы наблюдаем ряд негативных тенденций: снижение познавательной активности, замедление физического и психического развития учащихся, высокий уровень психоэмоционального напряжения. Это происходит, потому что ценности развития, образования и самообразования конкурируют с ценностями развлечений и получения удовольствия, и нередко учащийся побуждается к учению комплексом мотивов, которые не только обогащают взаимно, но и противостоят друг другу.

От силы внутренней мотивации, ее структуры и ведущих учебных мотивов зависит эффективность учебной деятельности и качество овладения профессиональными компетенциями. Необходимо изучать мотивационную структуру учебной деятельности учащихся, способы установления преобладающего мотива, чтобы при необходимости корректировать методы работы и формировать позитивную мотивацию обучения, повышая, таким образом, эффективность учебного процесса [1].

Методы и материалы

Исследование мотивационной сферы учащихся Учреждения образования «Гродненский государственный медицинский колледж» Республики Беларусь проводилось с использованием пакета методик для диагностики учебной мотивации студентов (модифицированный тест Н.Ц. Бадмаевой, опросник А.А. Реана и В.А. Якунина).

Обзор литературы

Мотивация – пробуждение к действию; психофизиологический процесс, управляющий поведением человека, задающий его направленность, организацию, активность и устойчивость; способность человека деятельно удовлетворять свои потребности (В.Г. Леонтьев). Мотив – это некий обобщенный образ: образ материального предмета или образ идеальный, воображаемый, но всегда имеющий ценность для конкретного человека.

В психологии выделяют несколько видов мотивов и мотиваций, но основной конкретной классификации не существует. Так, В.А. Гордашников, А.Я. Осин приводят различные системы классификаций, основанные на личностных, профессиональных потребностях, источниках движущей силы, влияющей на мотивацию индивидов. Выделяют экстринсивную (внешнюю) мотивацию,

интринсивную (внутреннюю) мотивацию, положительную и отрицательную мотивации, материальную мотивацию – мотивацию, включающая в себя различные виды материального поощрения в виде премий, ценных подарков и т.д., нематериальную мотивацию – мотивацию, основанную на признании коллективом, нематериальные поощрения в виде почетных грамот и званий, мотив самоутверждения – стремление индивида укрепить себя в сообществе, социуме, мотив власти – стремление индивида влиять на окружающих его людей, процессуально-содержательный мотив – стремление индивида выполнять определенную деятельность, которая ему нравится [2] (Рисунок 1).



Рис. 1. Классификация по типам мотивации
Fig. 1. Classification by Motivation Type

Мотивация по источнику и направленности. Мотивация бывает внешняя и внутренняя, различаются они тем, где лежат мотивы: внутри человеческой личности или за ее пределами, в окружающей среде. Внешние мотивы – это воздействие извне, с помощью определенных правил поведения в коллективе, через приказы и распоряжения. Внутренние мотивы – это воздействие изнутри, когда сам человек формирует мотивы (например, познание, страх, желание достичь определенной цели или результатов, и т.п.). Последний вид стимулирования гораздо эффективнее, чем первый, поскольку работа выполняется качественнее и на нее тратится меньше усилий [3; 4].

Мотивация по характеру подкрепления. Мотивация бывает позитивной (положительной) и негативной (отрицательной). Здесь идет речь о том, какое подкрепление ожидает человека от деятельности. Если есть ожидание поощрения за выполнение деятельности – речь идет о позитивной мотивации. Если речь идет о наказании за невыполнение задания, то о негативной. Опыт показывает,

что на негативная мотивация – явление опасное, поскольку она чаще всего дает кратковременный эффект, что затрудняет работу с мотивационной сферой вообще. Впрочем, позитивная мотивация – это не панацея. Важно отдавать себе отчет, что в определенный момент обратная связь от внешнего мира и от других людей должна дополниться самомотивацией, то есть способностью самостоятельно формировать ожидания от деятельности и давать себе обратную связь о ее эффективности. Если измерить их у человека и изобразить графически, то мы получим следующую картину: по вертикали – внешняя или внутренняя мотивация, а по горизонтали – отрицательная или положительная мотивация. В таблице 1 приведена матрица, объединяющая два вида мотивации.

Учебная мотивация – это частный вид мотивации, включенной в учебную деятельность. Мотивы учебной деятельности формируются в ходе самой учебной деятельности, поэтому важно знать, как эта деятельность осуществляется. Учебная

выступают одновременно продуктом взаимных трансформаций и обуславливают развитие друг друга и самой учебной деятельности. Общеобразовательные и профессиональные мотивы не альтернативны по своему содержанию и статусу в мотивационной сфере учения. Имея общую познавательную природу, данные виды мотивов выступают как относительно независимые сущности, характер взаимодействия которых обусловлен содержательными и динамическими характеристиками общеобразовательных и профессиональных мотивов осуществляемой учебной деятельности.

В то же время, для перехода учащегося к профессиональной деятельности важно обеспечить трансформацию общеобразовательных мотивов учения в профессиональные. При достаточном развитии профессиональной мотивации данный процесс обеспечивается методом контекстного обучения в ходе преподавания специальных дисциплин, когда акцент в деятельности учащегося смещается с учебной информации на ситуацию практического

Таблица 1

Основные виды мотивации

Table 1

Main types of motivation

Внешняя отрицательная / External negative	Внешняя положительная / External positive	Внутренняя отрицательная / Internal negative	Внутренняя положительная / Internal positive
Проявление / Manifestation			
«Ты должен, если не сделаешь, то будет плохо»	«Ты должен, и когда сделаешь, получишь поощрение»	«Я хочу, а если не сделаю, то будет плохо»	«Я хочу и когда сделаю, будет хорошо»
Исключают из колледжа	Поставят в пример окружающим	Чувство стыда	Любопытство
Вызовут на совет профилактики	Материальное поощрение	Страх предстоящего наказания	Гордость за себя и свое дело

деятельность является полимотивированной, так как активность обучаемого имеет разные источники.

Развитие учащегося в учреждении профессионального образования как личности и субъекта деятельности должно обеспечить движение деятельности учащихся от учебной к профессиональной. Данный процесс связан с трансформацией потребностей, мотивов, целей, действий, и поступков, средств и результатов [5]. Познавательные общенаучные и познавательные профессиональные мотивы, являясь новообразованиями деятельности учащихся,

действия, а учебная информация, становясь ориентировочной основой обретает статус знания, отражающего в сознании учащегося содержание профессиональной деятельности [5]. Однако если профессиональные мотивы менее развиты чем общеобразовательные, то будет иметь место отрицательная динамика мотивационной сферы.

Результаты исследования и их обсуждение

В 2021 году в Учреждении образования «Гродненский государственный медицинский колледж» проводилось исследование

мотивационной сферы учащихся. Сначала осуществлялось анкетирование учащихся первого и второго курсов медицинского колледжа. Методика для диагностики учебной мотивации студентов разработана на основе опросника А.А. Реана и В.А. Якунина. К 16 утверждениям вышеназванного опросника добавлены утверждения, характеризующие мотивы обучения, выделенные В.Г. Леонтьевым. Методика позволяет оценить выраженность таких мотивов, как:

- коммуникативные;
- профессиональные;
- учебно-познавательные;
- широкие социальные мотивы;
- мотивы творческой самореализации;
- мотивы избегания неудачи;
- мотивы престижа.

Методика состоит из 34-х утверждений относительно мотивов учения, которые испытуемый должен оценить по 5-балльной системе по их значимости для него. Проанализировав ответы респондентов (47 человек) учащихся первого курса мы получили следующие данные, представленные в таблице 2.

Таблица 2

Результаты выраженности мотивов учащихся 1 курса

Table 2

Results of 1st Year Student Motivations

Шкала / Scale	Макс. количество баллов / Max. number of points	Средний балл / Average score	Количество респондентов, набравших, %			Среднее значение мотивации / Average value of motivation
			Высокий балл / Low score	Средний балл / Average score	Низкий балл / Low score	
Коммуникативные мотивы / Communicative motives	20	8-15	53	45	2	15,5
Мотивы избегания неудач / Avoidance motives	25	10-19	13	81	6	14,6
Мотивы престижа / Motives of prestige	25	10-19	30	61	9	16,7
Профессиональные мотивы / Professional motives	30	15-23	62	34	4	23,9
Мотивы творческой самореализации / Motives of creative	10	4-7	55	43	2	7,5
Учебно-познавательные мотивы / Educational motives ²	35	17-27	49	47	4	26,6
Социальные мотивы / Social motivations	25	10-19	40	58	2	18,1

Проанализировав ответы респондентов (24 человека) учащихся второго курса специальности 2-79 01 31 «Сестринское дело» мы получили следующие данные, представленные в таблице 3.

Таблица 3

Результаты выраженности мотивов учащихся 2 курса

Table 3

Results of 2st Year Student Motivations

Шкала / Scale	Макс. количество баллов / Max. number of points	Средний балл / Average score	Количество респондентов, набравших, %			Среднее значение мотивации / Average value of motivation
			Высокий балл / Low score	Средний балл / Average score	Низкий балл / Low score	
Коммуникативные мотивы / Communicative motives	20	8-15	62	38	0	16,3
Мотивы избегания неудач / Avoidance motives	25	10-19	25	54	21	14,4
Мотивы престижа / Motives of prestige	25	10-19	38	58	4	17,8
Профессиональные мотивы / Professional motives	30	15-23	79	17	4	25,4
Мотивы творческой самореализации / Motives of creative	10	4-7	63	33	4	7,7
Учебно-познавательные мотивы / Educational motives	35	17-27	50	50	0	27,3
Социальные мотивы / Social motivations	25	10-19	42	58	0	19

Рассмотрим значимые изменения:

- коммуникативные мотивы: повышение среднего значения мотивации с 15,5% до 16,3%;
- мотивы избегания неудач: снижение среднего значения мотивации с 14,6% до 14,4%;
- мотивы престижа: повышение с 16,7% до 17,8 %;
- профессиональные мотивы: повышение с 23,9% до 25,4%;
- мотивы творческой самореализации: повышение с 7,5% до 7,7%;
- учебно-познавательные мотивы: повышение с 26,6% до 27,3%;
- социальные мотивы: повышение с 18,1% до 19%.

Стоит обратить внимание, что незначительные изменения присутствуют по всем параметрам. Важно, что снизился процент мотивов избегания неудач, это говорит о том, что в колледже в ходе обучения, учащиеся чувствуют уважительное отношение к себе со стороны одногруппников и педагогов. Позитивная атмосфера (или безопасная эмоциональная среда) позволяет учащимся ощущать себя принятыми, вовлеченными в образовательный процесс, раскрываться и проявлять свои способности и таланты.

Почти не выросли данные по параметру «социальные мотивы», так как процент учащихся имеющих

высокий балл – практически не увеличился (было 40% – стало 42%). Это говорит о том, что у учащихся изначально сильно развито стремление получать знания, чтобы быть полезным обществу, желание выполнить свой долг, понимание необходимости учиться, чувство ответственности.

Если сравнивать изменение количества учащихся, набравших высокие баллы, то наибольшее изменение произошло по параметру «профессиональные мотивы», которые означают повышение в процессе обучения непосредственного интереса к самим приобретаемым профессиональным знаниям, умениям и навыкам, основанных на иных побуждениях к получению данной профессии, вынуждающих учащихся приобретать соответствующие знания, умения и навыки. Это необходимо для того, чтобы уже на этапе профессиональной подготовки в колледже была сформирована личность медицинского работника, убежденность в собственной профессиональной пригодности, в формировании медицинского мышления, в способности работать в экстренных ситуациях. Все это является необходимым для успешной деятельности учащегося как будущего высококвалифицированного специалиста.

Факт увеличения процента учащихся имеющих высокий балл (с 62% до 79%) говорит о том, что выбор учащихся в выборе профессии был четким, осознанным и выпускники после окончания училища не разочаруются в правильности сделанного выбора и будут полны желания приложить полученные знания на пользу пациентам. Еще одно положительное изменение, это рост по параметру «мотивы престижа» (было 30% имеющих высокий балл, а стало 38%). Это свидетельствует о том, что учащиеся понимают, что профессия медика является самой благородной из всех, ведь ее предназначение – дарить людям жизнь и здоровье. Это очень непростая задача, особенно сейчас, когда груз повседневных забот не всегда позволяет людям подумать о своем самочувствии, а в самой медицине существует еще много нерешенных проблем. Но, несмотря ни на что, в будни и в праздники, в холод и в жару, рискуя здоровьем, а порой и жизнью, медики продолжают делать не всегда благодарную, но очень нужную для людей работу. Труд медицинской

сестры нелегок, но всегда почетен. Ведь он несет обществу самое ценное – здоровье человека, его активную жизнь.

Заключение

Можно выделить основные пути, способствующие повышению интереса и позитивного отношения учащегося к учебной деятельности:

— прямой, основанный на целенаправленном построении образовательного процесса в соответствии с законами развития внутренней учебной мотивации учащихся;

— косвенный, основанный на построении психологически грамотных отношений с учащимися и удовлетворении базовых потребностей учащихся в компетентности, т.е. стихийного обучения через наблюдение за соответствующими моделями, уже обладающими оптимальными типами мотивации – родителями, преподавателями, сверстниками.

Полагаем, что основной путь поддержания познавательной мотивации учебной деятельности – прямой. Это деятельность педагогов, непосредственно направленная на формирование у учащихся интереса к обучению и осмысленного позитивного отношения к нему, стремления выполнять текущую учебную работу хорошо, постоянно улучшая свои результаты. Он предполагает специальную работу над содержанием учебных материалов и способами его изложения, а также использованием методов и форм обучения (активные методы обучения, интерактивные площадки) поддерживающих познавательную мотивацию учащихся. Эффективным методом повышения мотивации является внедрение рейтинговых систем, которые обеспечивают психологически грамотную поддержку учащихся. Такое повышение продуктивной мотивации возможно за счет: четкого прописывания критериев отметок (их унифицированности, «прозрачности» и демократичности), их дифференцированного характера (например, с использованием 100-бальной системы), возможностей обсуждения полученных отметок и реальных возможностей их улучшения, адекватной системы поощрений.

Список литературы

1. Ковалев В.И. Мотивы поведения и деятельности. М.: Наука, 1988. 192 с.
2. Ягодкин Н.А., Годун Г.В., Згода А.Н., Чередов И.Г. Энциклопедия детской мотивации / под ред. А.Н. Згоды. СПб.: Любавич, 2019. 312 с.
3. Соловьева О.В., Ромаева Н.Б., Сальникова О.Д. Мотивационный ресурс личности как условие развития компетенции самообразования студентов вуза // Перспективы науки и образования. 2021. № 2 (50). С. 311-324. <https://doi.org/10.32744/pse.2021.2.21> EDN: LXQHNE

4. Леонтьев В.Г. Мотивация и психологические механизмы ее формирования. Новосибирск: Новосибирский полиграфкомбинат, 2002. 264 с.
5. Чирков В.И. Мотивация учебной деятельности: учеб. пособие. Ярославль: Изд-во Яросл. гос. ун-та, 1991. 51 с.

References

1. Kovalev VI. *Motivy povedeniya i deyatel'nosti = Motives of behavior and activity*. Moscow: Nauka Publ.; 1988. 192 p. (In Russ.).
2. Yagodkin NA, Godun GV, Zgoda AN, Cheredov IG. *Entsiklopediya detskoj motivatsii = Encyclopedia of children's motivation*. Zgody AN. (ed.) Saint Petersburg: Lyubavich Publ.; 2019. 312 p. (In Russ.).
3. Solovieva OV, Romaeva NB, Salnikova OD. Personal motivational resource as a condition for the development of self-education competence in university students. *Perspectives of Science and Education*. 2021;(2):311-324. (In Russ.). <https://doi.org/10.32744/pse.2021.2.21> EDN: LXQHHE
4. Leontyev VG. *Motivatsiya i psikhologicheskie mekhanizmy ee formirovaniya = Motivation and psychological mechanisms of its formation*. Novosibirsk: Novosibirskii poligrafkombinat Publ.; 2002. 264 p. (In Russ.).
5. Chirkov VI. *Motivatsiya uchebnoi deyatel'nosti = Motivation for learning activities*. Yaroslavl: Yaroslavl Demidov State University Publ.; 1991. 51 p. (In Russ.).

Информация об авторе:

Тупик Юлия Валерьяновна, преподаватель, Гродненский государственный медицинский колледж (230017 г. Гродно, бульвар Ленинского Комсомола д. 53, Республика Беларусь), ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-8015-9334>, email: jli.tupik@gmail.com

Конфликт интересов: Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Поступила в редакцию: 06.07.2022

Одобрена после рецензирования: 15.09.2022

Принята к публикации: 18.09.2022

Автор прочитал и одобрил окончательный вариант рукописи.

Information about the author:

Yuliya V. Tupik, Lecturer, Grodno State Medical College (53 Leninsky Komsomol Blvd, Grodno 230017, Respublika Belarus), ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-8015-9334>, email: jli.tupik@gmail.com

Conflict of interests: The author declares that there is no conflict of interest.

Received: 06.07.2022

Approved after reviewing: 15.09.2022

Accepted for publication: 18.09.2022

The author has read and approved the final manuscript.