



БИБЛИОТЕКА  
ВолгГМУ

*Если человек сам следит за своим здоровьем, то трудно найти врача, который знал бы лучше полезное для его здоровья, чем он сам.*

*Сократ*

## Здоровьесбережение в условиях всеобщей цифровизации образования

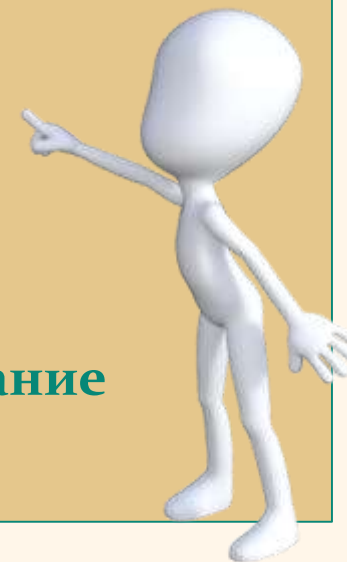
*Л.Г. Борисова,  
зав. отделом библиотеки*

# ИНФОРМАЦИОННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СРЕДА ВУЗА

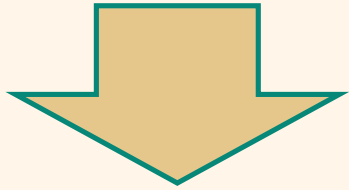
**интерактивные  
компьютерные технологии**

**дистанционное  
обучение**

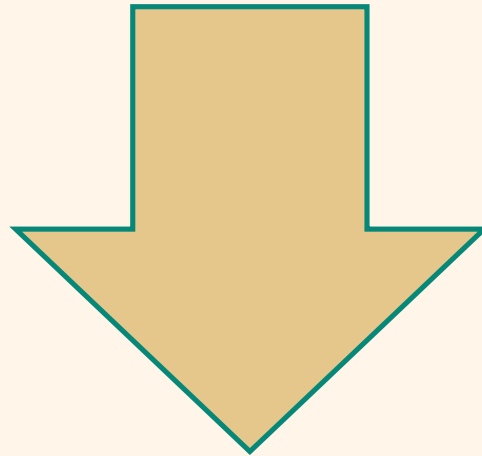
- ✓ компоненты прямого личного воздействия
  - ✓ интерактивное взаимодействие
  - ✓ обеспечение индивидуального подхода
  - ✓ минимизация риска для здоровья в процессе обучения
  - ✓ создание комфортных условий для учебного процесса
  - ✓ возможности для инклюзивного образования
  - ✓ развитие надпрофессиональных компетенций, креативности, создание условий для повышения интеллектуальных возможностей личности
- ⇒
- исключение авторитарного стиля преподавания



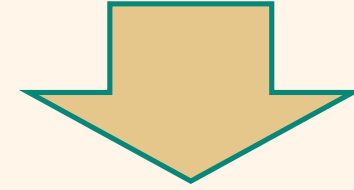
# ОТРИЦАТЕЛЬНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ ЦИФРОВОЙ СРЕДЫ ОБРАЗОВАНИЯ НА ЗДОРОВЬЕ



- ✓ гиподинамия,
- ✓ нарушения осанки,
- ✓ нарушение зрения
- ✓ увеличение массы тела
- ✓ проблемы с опорно-двигательным аппаратом

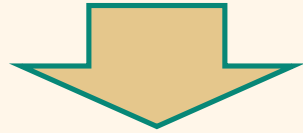


стирание границ  
рабочего - нерабочего  
времени (преподаватель)  
учебного - досугового  
времени (студенты)



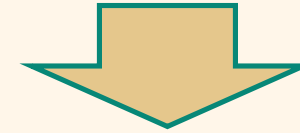
- ✓ нарушения развития речевых навыков
- ✓ «экранная» - цифровая –зависимость
- ✓ увеличение информационной нагрузки
- ✓ нарушения психоэмоционального состояния (апатичность или агрессивность)

# ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ПОЗИЦИИ



**СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ  
МЕТОДИЧЕСКОЙ РАБОТЫ**  
(Педагогические подходы и методы)

- ✓ Выстраивание индивидуальной траектории обучающихся
  - способность раскрыть собственный потенциал
  - формирование лидерских качеств, уверенности в себе
  - развитие компетентности
- ✓ Обеспечение оптимальной нагрузки



**СОЗДАНИЕ МОТИВАЦИЙ И  
УСЛОВИЙ ДЛЯ ЗДОРОВОГО  
ОБРАЗА ЖИЗНИ**



# СОЗДАНИЕ МОТИВАЦИЙ И УСЛОВИЙ ДЛЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

систематическая оценка  
функционального состояния  
организма

реализация возможностей  
оптимального физического  
развития

профессионально-  
прикладная физическая  
подготовка

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

ценностные  
ориентации  
на ведение  
здорового  
образа жизни

организация  
спортивно-  
ориентированных  
занятий

положительное  
мотивационно-ценностное  
отношение

теоретическая  
грамотность

# НАПРАВЛЕНИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Систематическая оценка функционального состояния организма	реальная возможность оценить объективные изменения в состоянии их здоровья
Ценностная ориентация на здоровый образ жизни	от первоначальных гигиенических знаний и навыков к глубоким физиологическим познаниям в области теории и методики физического воспитания и усиленных занятий спортом
Теоретическая грамотность	смещение акцента с нормативных показателей физкультурно-спортивной деятельности на разнообразие практических занятий
Положительное мотивационно-ценностное отношение	способствует положительной мотивации к укреплению здоровья, формирует потребность в регулярных занятиях
Организация спортивно-ориентированных занятий	

# РЕАЛИЗАЦИЯ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ОПТИМАЛЬНОГО ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

## ДИФФЕРЕНЦИАЦИЯ по:

- уровню здоровья (группы здоровья)

- по уровню физического развития

- по области интересов

## ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД:

- сильные и слабые стороны

- возможность самовыражения

- в инклюзивном образовании

## Цель:

освоение различных способов

двигательной активности

развитие личностных качеств с учетом

возможностей, особенностей и

способностей

- ✓ сохранение интереса к занятиям физической культуры на протяжении всего периода обучения;
- ✓ обеспечение индивидуального подхода к овладению знаниями, умениями, формированию компетенций
- ✓ создание условий для самостоятельности в процессе обучения

# ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

На основании профессиограмм – специальные педагогические конструкции, профессионально-ориентированные виды спорта, системы физических упражнений, система оптимальной двигательной активности

Общие нарушения:  
органов зрения (46,2%),  
сердечно-сосудистой  
системы (24%),  
нервной системы  
(16,4%).

- ✓ Корректирующая гимнастика, упражнения на формирование правильной осанки, на расслабление
- ✓ Аэробная нагрузка (+ фитнес, аэробика, аэроданс, шейпинг)
- ✓ Офтальмотренинг: зрительная гимнастика + самомассаж
- ✓ Динамические навыки правильного и рационального дыхания, дыхательные упражнения, психотренинг
- ✓ (+различные варианты единоборств)



# ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Стоматологи (астения, нарушение осанки, варикозное расширение вен, функциональные и органические поражения позвоночника и верхнего плечевого пояса)

Зрительный анализатор – острота зрения, контрастная чувствительность, скорость зрительного различения, цветоощущение

Двигательный анализатор – статическая выносливость скелетных мышц рабочей руки и спины, силовая и тактильная чувствительность

ЦНС – оперативная память, уравнивание нервных процессов при их нормальной подвижности, устойчивость к стрессам

- преимущественное развитие прикладных основных физических качеств – общей выносливости, силы, ловкости и гибкости;
- преимущественное развитие прикладных специальных качеств – устойчивости к гипокинезии и гиподинамии, быстроты зрительного различения и подвижности нервных процессов;
- преимущественное развитие прикладных психических качеств – концентрации внимания, оперативного мышления и волевых качеств.

# ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

**Хирурги,  
ортопеды**

**Требования:**

выносливость, быстрота реакций и движений,  
ловкость (концентрация внимания), гибкость  
осанка,  
статическая и динамическая сила

Развитие выносливость – общей и статической

Развитие быстроты реакций и движений,

Развитие ловкости (правильно распределять и концентрировать внимание),

Развитие гибкости

Развитие специализированных физических качеств (внимания,  
формирование правильной осанки, стабильности вертикальной позы,  
умение расслаблять мышцы)

Развитие статической и динамической силы

# МОДЕЛИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

## Компоненты:

Мотивационный – увеличение количества самостоятельных занятий, участие в массовых спортивных мероприятиях, использование популярных информационных приложений для самодиагностики физического состояния

Когнитивный - формирование знаний методов, средств и форм самостоятельных занятий, современным двигательным и оздоровительным системам

Функциональный – развитие двигательных умений и навыков

Рефлексивный – самооценка готовности к познанию, самосовершенствованию, саморазвитию

# КОММУНИКАТИВНЫЕ НАВЫКИ

**врач-пациент**

деловое общение

– ролевое общение –  
саногенное общение

+врач-родственник пациента

❖ проблемные

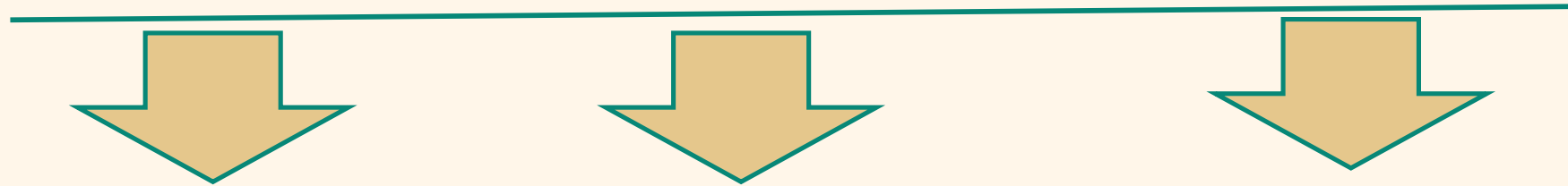
❖ кооперативные

**врач-врач**

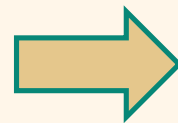
взаимоотношения  
с коллегами

**врач – средний**

**медицинский персонал**  
культура управления

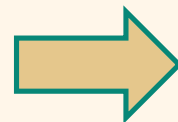


Обучающее  
общение



Моделирование реальной врачебной  
консультации в учебных условиях

Баллинтовские  
группы



УИРС на летней производственной  
практике

Метод проектов

# Рекомендации по развитию здоровьесбережения в условиях цифровизации образования

1. Изучение, апробация и реализация инновационных методик и педагогических технологий по формированию здоровьесберегающей позиций студентов в условиях возрастающих рисков
  - внедрение методов мотивации двигательной активности в соответствии с индивидуальными особенностями и профессиограммами
  - развитие программ теоретической подготовленности в области здоровьесбережения
  - в преподавании физической культуры ориентироваться на повышающие мотивацию к занятиям мероприятия – спортивные соревнования, индивидуально-построенные занятия, использовать в программах обучения мотивирующие на двигательную активность электронные сервисы.

# Рекомендации по развитию здоровьесбережения в условиях цифровизации образования

2. Внедрение доказавших эффективность в образовательной деятельности управленческих практик по сохранению и поддержанию здоровьесбережения обучающихся
  - рациональный график занятий
  - комфортная образовательная среда
  - экспертиза образовательных программ и технологий – рациональное сочетание очного и дистанционного формата обучения, оптимальное соотношение вербального и невербального общения с преподавателем
  - мониторинг эффективности внедрения элементов цифровой образовательной среды
  - создание условий для развития у обучающихся навыков работы с информацией
3. Разработка общей концепции развития здоровьесберегающих технологий в образовании

# ЛИТЕРАТУРА

- Акимова, Е. И. Формирование физической культуры личности студента в условиях цифровизации образовательной среды: физиолого-гигиенический подход / Е. И. Акимова, Е. А. Шашина, В. В. Макарова // Теория и практика физической культуры. – 2021. – № 7. – С. 70-72.
- Аспекты формирования профессионально-прикладной физической подготовки студентов медицинских вузов / Л. В. Митенкова, Л. И. Халилова, И. В. Склярова, Л. М. Волкова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 2(180). – С. 264-268
- Будина, Д. О. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов-стоматологов / Д. О. Будина, А. С. Шустова // E-Scio. – 2022. – № 2(65). – С. 280-284.
- Гайнуллин, Р. А. Профессионально-прикладная физическая подготовка к будущей трудовой деятельности студентов-медиков / Р. А. Гайнуллин, Э. Г. Усманов, Э. Ю. Иванова // Физическая культура и спорт в системе высшего образования : материалы V Международной научно-методической конференции, Уфа, 15 марта 2017 года. Том 1. – Уфа: Уфимский государственный нефтяной технический университет, 2017. – С. 47-50.
- Здоровье студентов медицинских вузов России: проблемы и пути их решения / П. В. Глыбочко, И. Э. Есауленко, В. И. Попов, Т. Н. Петрова // Сеченовский вестник. – 2017. – № 2(28). – С. 4-11.
- Здоровьесбережение в условиях цифровой трансформации общества: педагогические технологии - от проблем к решениям : Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции, посвященной 75-летию ООН, Магнитогорск, 14-16 октября 2020 года. – Магнитогорск: Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова, 2020. – 393 с. – ISBN 978-5-9967-2056-9.
- Кожевникова, Н. Г. Оптимизация двигательной активности студентов-стоматологов как профессионально значимого фактора в будущей деятельности / Н. Г. Кожевникова // Вестник спортивной науки. – 2012. – № 3. – С. 48-51.
- Коновалов, А. А. Влияние современной цифровой среды на психическое здоровье / А. А. Коновалов, Е. Д. Божкова // Медицинский альманах. – 2021. – № 1(66). – С. 6-15.
- Кудрявцев, В. Д. Основные положения целенаправленного развития личности врача в системе профессионально-прикладной физической подготовке (ППФП) / В. Д. Кудрявцев // Философские проблемы биологии и медицины : сборник статей / Московский государственный медико-стоматологический университет им. А.И. Евдокимова, Московское философское общество. Том Выпуск 9 : Навигатор, 2015. – С. 329-331.

# ЛИТЕРАТУРА

- Лапицкая, Л. А. Здоровьесберегающие технологии в физическом воспитании студенческой молодежи [Электронный ресурс] / Л. А. Лапицкая // Оздоровительная физическая культура молодежи: актуальные проблемы и перспективы : материалы III Междунар. науч.-практ. конф. : в 2 ч., Минск, 12-13 апр. 2018 г. / под ред. : Е. С. Ванда. – Минск : БГМУ, 2018. – Ч. 2. – С. 63-67. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM).
- Линк, А. В. Двигательная активность студентов-стоматологов как профессионально значимый фактор в будущей деятельности / А. В. Линк // Scientist (Russia). – 2018. – № 1(1). – С. 11.
- Методика фитнес-тренинга в профессионально-прикладной физической подготовке студенток медицинского вуза / А. А. Лахмай, В. В. Пономарев, Е. М. Кадомцева, Н. Н. Казакевич // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2019. – № 4. – С. 70-72.
- Оздоровительная физическая культура молодежи: актуальные проблемы и перспективы [Электронный ресурс] : материалы III Междунар. науч.-практ. конф., Минск, 12-13 апр. 2018 г. : в 2 ч. / под ред. : Е. С. Ванда. – Минск : БГМУ, 2018. – Ч. 2. – 291 с. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). – ISBN 978-985-567-839-8.
- Петрова, Г. И. Профессионально-прикладная физическая подготовка обучающихся в медицинских учреждениях / Г. И. Петрова // Современная образовательная среда: теория и практика : Сборник материалов Международной научно-практической конференции, Чебоксары, 05 февраля 2018 года / Редколлегия: О.Н. Широков [и др.]. – Чебоксары: Интерактив плюс, 2018. – С. 228-229.
- Фалалеев, В. В. Профессионально-прикладная физическая подготовка как средство мотивации студентов-медиков к занятиям физической культурой / В. В. Фалалеев // Казанский педагогический журнал. – 2020. – № 1(138). – С. 141-146.
- Федорова, Л. Ф. Профессионально-прикладная физическая подготовка медицинских специалистов / Л. Ф. Федорова, Г. Н. Карпухин // Медико-биологические и педагогические основы адаптации, спортивной деятельности и здорового образа жизни : Сборник научных статей VII Всероссийской заочной научно-практической конференции с международным участием, Воронеж, 27 апреля 2018 года. – Воронеж: Научная книга, 2018. – С. 439-443.
- Фетисов, А. С. Проблемы формирования здоровьесбережения в цифровом образовании / А. С. Фетисов, И. В. Аристова // Перспективы науки. – 2019. – № 2(113). – С. 231-234.





БИБЛИОТЕКА  
ВолгГМУ

**БЛАГОДАРЮ ЗА ВНИМАНИЕ!**

Борисова Л.Г.,  
заведующий отделом ЭРиАБП  
библиотеки