



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?*

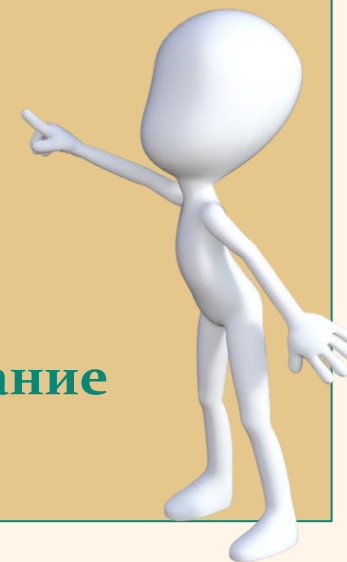


ИНФОРМАЦИОННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СРЕДА ВУЗА

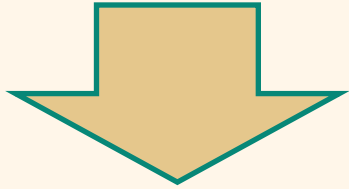
**интерактивные
компьютерные технологии**

**дистанционное
обучение**

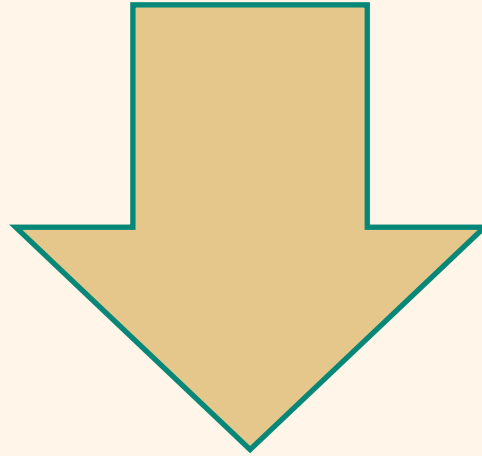
- ✓ компоненты прямого личного воздействия
 - ✓ интерактивное взаимодействие
 - ✓ обеспечение индивидуального подхода
 - ✓ минимизация риска для здоровья в процессе обучения
 - ✓ создание комфортных условий для учебного процесса
 - ✓ возможности для инклюзивного образования
 - ✓ развитие надпрофессиональных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



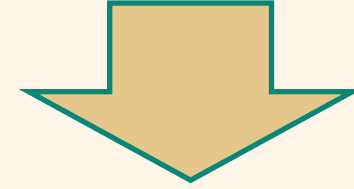
ОТРИЦАТЕЛЬНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ ЦИФРОВОЙ СРЕДЫ ОБРАЗОВАНИЯ НА ЗДОРОВЬЕ



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



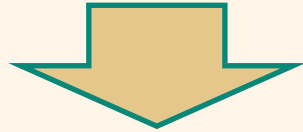
стирание границ
рабочего - нерабочего
времени (преподаватель)
учебного - досугового
времени (студенты)



нарушения развития
речевых навыков

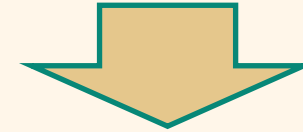
«экранная» - цифровая –
зависимость
Увеличение
информационной
нагрузки
Нарушения
психоэмоционального
состояния (апатичность)

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 работы

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	
Положительное мотивационно-ценностное отношение	смещение акцента с нормативных показателей физкультурно-спортивной деятельности на разнообразие практических занятий
Организация спортивно-ориентированных занятий	способствует положительной мотивации к укреплению здоровья, формирует потребность в регулярных занятиях

РЕАЛИЗАЦИЯ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ОПТИМАЛЬНОГО ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

ДИФФЕРЕНЦИАЦИЯ по:

- уровню здоровья (группы здоровья)
- по уровню физического развития
- по области интересов

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОХОД:

- 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%).

- ✓ Корригирующая гимнастика, упражнения на формирование правильной осанки, на расслабление
- ✓ Аэробная нагрузка (+ фитнес, аэробика, аэроданс, шейпинг)
- ✓ Офталмотренинг: 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

КОММУНИКАТИВНЫЕ НАВЫКИ

врач-пациент

деловое общение

– ролевое общение –
саногенное общение

+врач-родственник пациента

врач-врач

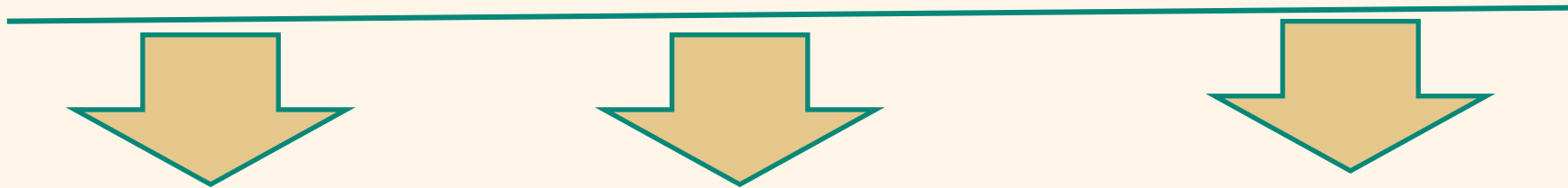
взаимоотношения
с коллегами

❖ проблемные

❖ кооперативные

врач – средний

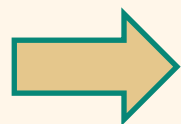
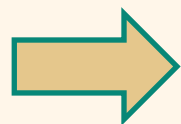
медицинский персонал
культура управления



Обучающее
общение

Баллинтовские
группы

Метод проектов



Моделирование реальной врачебной
консультации в учебных условиях

УИРС на летней производственной
практике

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 профиограммами
 - 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 ... 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

ЛИТЕРАТУРА

- 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.
- 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.

ЛИТЕРАТУРА

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 : Общество с ограниченной ответственностью "Навигатор", 2015. – С. 329-331.

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 студентов 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

ЛИТЕРАТУРА

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: Издательско-полиграфический центр "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
lidiya.borisowa@yandex.ru
2-09 глав. корпус