

Тем не менее разработка ЭУП несомненно важна для системы образования, предоставляя качественный материал в удобном виде. Но этот процесс трудоемкий, который должен сопровождаться методической и технической поддержкой со стороны разработчиков.

#### Список литературы

1. Д.И. Фельдштейн. Проблемы педагогических наук в XXI в. // Педагогика. – 2013. – №1.
2. С.Г. Антонова. Культура издания. К вопросу о качестве вузовской книги. / С. Г. Антонова // Проблемы современной книжной культуры: Материалы «Круглого стола», 14 марта 2003 г. / отв. ред. В. И. Васильев. - М.: Наука, 2003.– 215 с.
3. И.М. Осмоловская. Учебники нового поколения: поиск дидактических решений. // Отечественная и зарубежная педагогика. – 2014. – №4 (19) С. 45-52.

## ПРИМЕНЕНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ МЕТОДОВ И ТЕХНОЛОГИЙ В УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ РАБОТЕ КАФЕДРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В УСЛОВИЯХ ДИСТАНЦИОННОГО ФОРМАТА ОБУЧЕНИЯ В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ COVID-19

Г.А. Бартдинова, З.Г. Сулейманова, Ю.А. Одинокова

ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России, г.Уфа

Кафедра физической культуры

**Аннотация.** В связи с высокой учебной нагрузкой у большинства студентов медицинских вузов в последние годы наблюдается недостаточная двигательная активность, что обуславливает развитие гипокинезии. Это значимый фактор риска в развитии различных заболеваний, снижении умственной и физической работоспособности человека. Переход на дистанционное обучение студентов характеризуется повышением времени проведения за компьютером, что никак не может позитивно влиять на их физическое состояние. Статичный образ жизни и низкий уровень физической активности оказывают негативное влияние на их здоровье, благополучие и качество жизни, а самоизоляция вызывает дополнительный стресс и ставит под угрозу психическое здоровье молодежи. Опираясь на осуществлённые в исследовании опросы и полученные ими данные, в статье обосновывается необходимость поиска путей формирования, сохранения и развития здорового образа жизни студентов БГМУ и в дистанционном формате, в условиях пандемии COVID-19.

**Ключевые слова:** дистанционное обучение, физическая культура и спорт, здоровый образ жизни.

**Введение.** Ухудшающееся положение физической подготовленности и здоровья обучающихся, в связи с необходимостью самоизоляции в период роста заболеваемости, подводит преподавателей кафедры физической культуры активно поддерживать массовое спортивное движение среди обучающихся. В свою очередь, совершенствование физического воспитания обучающихся является важным фактором формирования активного интереса к здоровому образу жизни. Современный темп жизни студента-медика в условиях перехода к более технологически инновационным тенденциям развития здравоохранения приводит к тому, что физическая активность большинства медработников значительно снижается. Помимо всего вышеперечисленного, введение режима самоизоляции ограничивает занятия двигательной активностью на улицах, спортивных площадках и залах, а это значит, что единственное место, где разрешено заниматься – это место проживания обучающегося, что также ведет за собой множество неудобств: недостаток места для выполнения физических упражнений, отсутствие спортивного инвентаря и т.д. Все указанные условия обуславливают развитие гипокинезии, а это значимый фактор риска в развитии заболе-

ваний сердечно-сосудистой системы и опорно-двигательного аппарата, снижении умственной и физической работоспособности человека. В условиях сложившейся эпидемиологической ситуации для эффективной реализации программы дисциплины «Физическая культура и спорт», а также побуждению обучающихся к спортивной деятельности необходимо обратить основной акцент при реализации образовательной деятельности на ориентацию обучающихся на самообразование, самостоятельное выполнение физических упражнений, двигательную активность в режиме дня.

**Обзор литературы.** При разработке новых форм работы на базе БГМУ были учтены современные теории и методики обучения и воспитания, проанализированы инновационные, игровые, диагностико-мотивационные методы работы с обучающимися. Согласно методическим рекомендациям, учебное заведение самостоятельно определяет порядок оказания учебно-методической работы с обучающимися и порядок проведения контроля выполняемой работы. В таком случае преподавателям образовательной организации рекомендуется планировать свою педагогическую деятельность с учетом системы дистанционного обучения, подбирать простейшие, нужные и полезные для обучающихся, физические упражнения и задания, выполнение которых возможно в домашних условиях. Опираясь на общие методические рекомендации, предложенные для всех учебных дисциплин, можно сформировать и систему организации дистанционного обучения по дисциплине «Физическая культура и спорт». Данная система включает такие аспекты, как правила организации, мотивацию обучающихся к регулярным занятиям физической культурой, способы реализации, формы контроля физической активности, а также предупреждение и профилактику травматизма.

Для решения цели была разработана анкета, направленная на выявление проблем, с которыми студенты могут сталкиваться в процессе реализации учебного плана по дисциплине «Физическая культура» в дистанционном формате.

В анкетировании приняло участие 100 обучающихся Башкирского государственного медицинского университета (г. Уфа) лечебного и педиатрического факультетов, из них 40% юношей и 60% девушек. Возраст респондентов колеблется от 17 до 27 лет (I-VI курс специалитета), но подавляющая часть – 90% выборки – от 18 до 23 лет.

Итак, анкетирование показало следующие результаты: в БГМУ регулярно занимаются спортом (2-3 раза в неделю) 30 % студентов. Недостаточно эффективно занимаются спортом (1 раз в неделю) 58 % опрошенных, а 12 % регулярно не занимаются спортом. Можно сделать вывод о том, что практически половина студентов БГМУ стремится поддерживать здоровый образ жизни и заниматься физической культурой и спортом.



**Рис. 1. Статистика вовлечения студентов БГМУ в занятия физкультурой и спортом**

Также в результате опроса было выявлено, что большинство обучающихся испытывают ряд неудобств при занятиях физической культурой в дистанционном

формате. Результаты: 20% обучающихся ответили, что у них не возникло проблем при выполнении упражнений, 80% - столкнулись с рядом проблем: маленькая площадь проживания, некому вести видеосъемку, мешают родители, братья, сестры, дети и др.

В соответствии с результатами опроса, для организации дистанционного обучения в сложившихся эпидемиологических условиях наиболее эффективными являются следующие способы:

- создание личного интернет – пространство для размещения информации о формате и времени занятий, распределении преподавателей, а также для публикации полезных материалов и успехов спортивных студентов/преподавателей в целях мотивации аудитории. В рамках нашего университета создана группа в ВК «БГМУ - Спортивная жизнь» <https://vk.com/club136262133>;
- разработка индивидуального и группового плана подготовки. Проводить занятия в дистанционном формате можно через специальные платформы для проведения онлайн-занятий. Например: Zoom, MicrosoftTeams, Skype[8];
- осуществление взаимосвязи студентов со своим преподавателем, направление тем контрольных работ, заданий, ссылок на электронные ресурсы (видеоуроки, учебники) при помощи социальных сетей (например, VK, WhatsApp);
- для мотивации обучающихся к большей физической активности применяются различные фитнес-приложения. Например, человек идущий – для подсчета шагов. Задание преподавателя может озвучиваться так: в течении дня при хорошем самочувствии каждому студенту рекомендуется выйти на прогулку и пройти 3000 шагов.

**Выводы и дальнейшие перспективы:** Таким образом, рассмотрев систему организации дистанционного обучения и всех наиболее эффективных ее составляющих в соответствии с мнениями обучающихся, а так же проанализировав анкеты, можно сделать вывод, что дистанционный формат дисциплины «Физическая культура и спорт» — является преимущественно практической. Для успешной реализации нового подхода требуется создание качественных материально-технических условий и сплоченная работа преподавателей кафедры физической культуры в поисках новых идей/приложений для занятий.

#### Список литературы

1. Дистанционная физкультура — не миф, а реальность. Методические рекомендации для учителей по организации дистанционного обучения по предмету «Физическая культура» [Электронный ресурс] // МГПУ. — URL: <https://www.mgpu.ru/distsionnaya>.
2. Зайцева Н. В., Кульчицкая Ю. В. Пути реализации дисциплины «Физическая культура» в период самоизоляции студентов вуза [Электронный ресурс] // Развитие науки, национальной инновационной системы и технологий : сборник научных трудов по материалам Международной научно-практической конференции 13 мая 2020г. : Белгород : ООО Агентство перспективных научных исследований (АПНИ), 2020. С. 125-129. URL: <https://apni.ru/article/705-puti-realizatsii-distsiplini-fizicheskaya-kult>.
3. Ишмухаметова Н. Ф., Ильин С. Н. Проблемы оздоровления молодежи при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс] // Стратегия развития сферы науки и образования в современном глобализирующемся мире : сборник научных трудов по материалам Международной научно-практической конференции 12 октября 2021г. : Белгород: ООО Агентство перспективных научных исследований (АПНИ), 2021. С. 115-119. URL: <https://apni.ru/article/3028-problemi-ozdorovleniya-molodezhi-pri-zanyatiy>.
4. Лопатин Н.А. Роль кафедры вуза в формировании здорового образа жизни студентов [Электронный ресурс]// НП «Издательский дом«Медицина и просвещение»

## ПРИМЕНЕНИЕ ЭЛЕКТРОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ХОДЕ ПРОВЕДЕНИЯ УЧЕБНОЙ ПРАКТИКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО БИОЛОГИЧЕСКИМ ДИСЦИПЛИНАМ

Ю.Л. Борцова, А.Р. Мавзютов, И.А. Гимранова, Л.Р. Хакимова, А.А. Мавзютова

ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России, г. Уфа

Кафедра фундаментальной и прикладной микробиологии

**Аннотация.** В статье показан опыт применения электронных образовательных технологий в ходе проведения учебной практики, с указанием достоинств и недостатков дистанционного обучения.

**Ключевые слова.** Учебная практика, дистанционные технологии, электронные образовательные технологии.

**Введение.** Являясь неотъемлемой частью образовательного процесса, учебная практика ставит перед собой задачу закрепить полученные теоретические знания. Именно в процессе прохождения практики обучающиеся приобретают необходимые для дальнейшей работы практические навыки, осваивают стандартные методики исследования, получают необходимый опыт для организации и проведения собственных наблюдений, осваивают приемы обработки и анализа результатов [1,2].

**Основная часть (методология, результаты).** Благодаря развитию современных технологий высшие учебные заведения могут проводить дистанционную практику. С ее помощью обучающиеся имеют возможность расширить навыки самостоятельной деятельности, научиться эффективному использованию информационных технологий в сфере обучения. Дистанционная практика, также, дает обучающимся возможность применять полученные навыки и умения.

При реализации учебной практики по биологическим дисциплинам в дистанционном формате с применением электронных образовательных технологий, осуществляющейся на кафедре фундаментальной и прикладной микробиологии ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России, преподаватели контролируют проводимые действия обучающихся через платформу Microsoft Teams. Данный функционал значительно облегчает мониторинг результатов прохождения практики особенно со стороны руководителя учебной практики. Данная платформа позволяет осуществлять звонки, написать письмо, отправить on-lain сообщение или создать on-lain аудио-видео конференцию с обучающимися и преподавателями. Основной задачей дистанционных практических занятий является закрепление и применение полученных в ходе занятий теоретических знаний и умений, а также применение их на практике. Одной из главнейших целей учебной практики является интеграция полученных профессиональных навыков и учебных знаний с информационными технологиями.

Учебная практика обучающихся является важнейшей частью подготовки высококвалифицированных бакалавров по направлению подготовки 06.03.01 Биология, которая основывается на полученных на первом году обучения в основном теоретических знаниях студента. Проведение учебной практики должно характеризовать работу обучающихся в целом, а потому перед ее проведением необходимо отразить: цели и задачи работ, объекты и место прохождения практики, а также сроки прохождения. Организацией учебной практики занимается выпускающая кафедра. Проходя практику, каждый студент выполняет конкретную задачу, результаты которой могут служить основой для написания в дальнейшем научных статей, выпускной квалификационной работы. Вся деятельность осуществляется строго по рабочей