

сознательное, мотивированное изучение дисциплины: *Invia est in medicina via sine Lingua Latina* (Непроходим в медицине путь без латинского языка).

ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ У СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ

Ф.Х. Галимов

ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России, г. Уфа

Кафедра физической культуры БГМУ

Аннотация: В данной статье представлены методы формирования заинтересованности к занятиям спортом у студентов-медиков на примере современных IT-технологий, а также рассмотрено влияние физических нагрузок на стресс, испытываемый каждым обучающимся в течение учебного года. Педагогическая деятельность вузов является одним из важных аспектов влияния физической культуры на процесс профессионального становления студентов, а также направлена на поддержание здоровья всех, кто вовлечен в педагогический процесс.

Ключевые слова: физическая культура, мотивация, IT-технологии, стресс, здоровье.

В настоящее время особо актуальным является вопрос физической подготовки молодёжи к дальнейшей трудовой деятельности. Студенты-медики должны обладать высокой выдержкой и силами для того, чтобы мочь оказать помощь другим людям. Снижение общего уровня физической подготовленности и здоровья связано с низким уровнем двигательной активности, которая, как отмечают многие исследователи, сегодня ниже биологически целесообразной и обоснованной нормы. Это не только приводит к снижению работоспособности, но и затрудняет психическую деятельность, негативно влияя на многие составляющие здоровья трудоспособности населения. У студентов выявляются несформированные потребности к занятиям физической культурой, вследствие нехватки времени и постоянной занятости. Из-за этого снижается мотивация для спортивной деятельности, ухудшается уровень здоровья. Многие не осознают того факта, что обществу необходимы врачи, не только хорошо знающие медицину, но и понимающие толк в укреплении здоровья с помощью физической культуры. Без успешного усвоения данной дисциплины становится невозможным обладать высокой квалификацией в своей специальности. Для хорошего восприятия предмета необходим индивидуальный подход к физическим возможностям обучающегося.

Создание здорового образа жизни является совместной работой преподавателя и студента. Под здоровым образом жизни, понимаются такие формы и способы жизнедеятельности, которые «укрепляют и совершенствуют адаптационные (приспособительные) и резервные возможности организма» и тем самым обеспечивают «успешное выполнение социальных и профессиональных функций».

Для современной молодёжи особый интерес представляет связь любого изучаемого предмета с IT-технологиями. Физическая культура не является исключением. Однако, довольно сложно уделить внимание спортивной нагрузке и изучению электронных возможностей обучения за время одного занятия. Это обусловлено тем, что студенты должны успеть получить минимальную двигательную активность за короткий временной промежуток.

Изучая научную литературу можно найти множество различных вариантов автоматизации процесса обучения физической культуре. Существуют компьютерные программы, в которые вносятся антропометрические данные, предпочтения студентов, и для каждого определяется личная программа тренировок с наибольшей поль-

зой для организма. Такая система позволяет улучшать выносливость организма и укреплять здоровье.

Не менее интересными являются системы тестирования, в которых выявляются эффективность проводимых тренировок.

Для студента становится возможным изучать материал с учетом особенностей состояния своего организма, появляется множество преимуществ для комплексного подхода к осуществлению физической деятельности.

Для тех, кто желает более профессионально подходить к занятиям каким-либо видом спорта (например, волейболом), представлены специальные электронные пособия. На основе изучения теории и практики через видеоматериалы формируются зрительные и двигательные навыки, помогающие с легкостью усвоить определенные приемы и улучшить качество игры.

В результате создания современных технологий образование приобретает новое качество, обучающиеся с наибольшим увлечением подходят к изучению предмета физической культуры.

На основании педагогической практики можно выявить, что основные стандартные требования не являются признаком успеха в современном мире. Требуемые нормативы оказываются несоответствующими реальным условиям, студентам сложно их выполнить, и постепенно пропадает желание поддерживать хорошую физическую форму.

В случае разрыва между установленными нормативными требованиями и реальными результатами учеников представляется более эффективной не формальная погоня за нормативами, которая не имеет обратной связи, а работа, базирующаяся на реальных результатах каждого человека.

Исходя из опроса студентов были получены данные, после изучения которых понятно, что большинство считает недостаточным одного занятия в неделю в университете для поддержания здоровья и усиления работоспособности. Особенно в этом уверены те, кто занимаются спортом профессионально и желают улучшать свои личные навыки и мастерство.

Учитывая современный ритм жизни, экологическую обстановку и состояние здоровья, многие студенты говорят об отсутствии спорта в их жизни. Ведущими факторами риска являются вредные привычки, стресс, большая загруженность из-за учебы. В задачи преподавателей физической культуры входит приведение доводов в пользу регулярных тренировок, составления рационального расписания, распределения бюджета времени.

Физическая нагрузка является лучшим способом для «расслабления» мозга. Таким образом мысли переключаются, начинают следить за техникой выполнения упражнений и происходит отдых организма от ситуаций, загружающих ум и приводящих к депрессии. После интенсивных тренировок улучшается сон, которого так не хватает в течение семестра. Для студентов-медиков особенно важно уметь вовремя отключаться от действительности, давать телу расслабиться и восстанавливать силы для новых подвигов.

Главным преимуществом физических нагрузок является то, что они не требуют особых затрат и специального оборудования. Элементарную тренировку можно провести в домашних условиях, а следить за показателями здоровья, таких как пульс, количество шагов и других, позволяют фитнес-браслеты, компьютерные программы. При необходимости, приобрести самый простой гаджет может каждый, кому это будет необходимо.

Таким образом, исходя из полученных данных можно выявить, что преподавателям кафедры физической культуры необходимо активизировать действия по привлечению интереса к занятиям спортом у студентов-медиков, так как для формирования полноценной профессиональной деятельности врачи сами должны иметь

крепкий организм и быть здоровыми. Нужно повысить эмоциональную привлекательность учебных занятий и закрепить навыки на всю жизнь. Для наилучшего эффекта в учебном процессе могут быть использованы информационные технологии, обучающие правильному выполнению упражнений и совершенствующие умения обучающихся.

Список литературы

1. Ботагариев Т.А., Кубиева С.С., Мамбетов Н. Опыт реализации информационных технологий в учебном процессе со студентами специальности «Физическая культура и спорт» // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2019. - №4 (15). Спецвыпуск по гранту РФФИ №19-013-20149\19. – С. 56-69.
2. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: Академия, 2002. 264 с.
3. Ланда Б. Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности. — М.: Советский спорт, 2004. — С. 76–77.
4. Мирошникова, А. Н. Формирование у студентов интереса к учебным занятиям физической культурой в медицинской академии / А. Н. Мирошникова, Н. М. Решке, М. Н. Золотуева, О. А. Лизандер. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2018. — № 13 (199). — С. 289-292. — URL: <https://moluch.ru/archive/199/48969/>
5. Ушакова И.А., Мандриков В.Б., Замятина Н.В. Мотивации к занятиям физической культурой российских и зарубежных студентов-медиков. Вестник ВолГМУ, выпуск 1(37), 2011.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА КАФЕДРЕ ТОПОГРАФИЧЕСКОЙ АНАТОМИИ И ОПЕРАТИВНОЙ ХИРУРГИИ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

*Ф.Б. Гибадуллина, Р.Ф. Адиев, И.М. Насибуллин, Н.Р. Ария, У.М. Абдуллин
ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России, г. Уфа*

Кафедра топографической анатомии и оперативной хирургии

В условиях современного мира применение электронных образовательных технологий (ЭОТ) имеют место быть, а также их методичное внедрение в учебный процесс согласно основным образовательным программам (ООП). Нехватка медицинских кадров предопределяет социальный государственный заказ на подготовку молодых специалистов и особенно в условиях пандемии необходимость использования дистанционной методики обучения [2,4]. Многолетний опыт показывает, что в формировании общих и профессиональных компетенций специалиста необходим индивидуальный подход, применение проектных, программных, модульных, игровых, симуляционных и других обучающих методов.

Ключевые слова: медицинское образование, электронные сквозные технологии, дистанционное обучение.

Задача медицинского ВУЗа - подготовка конкурентоспособных специалистов, обладающих общими и профессиональными компетенциями (ОК, ПК), мобильностью, взаимозаменяемостью, толерантностью к условиям непрерывного медицинского образования, повышая качество конечного продукта производства, удовлетворяющее образовательные потребности работодателя и государства.

Было проведено анкетирование 156 учащихся с целью выяснения их отношения к внедрению элементов дистанционного обучения. Результаты ответов были проанализированы и обработаны. Статистическая достоверность различий определя-