

Добровольская Е. Н.

ВЛИЯНИЕ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ И ОБРАЗ ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ

Научный руководитель ст. преп. Кушнерук А. В.

Кафедра гигиены детей и подростков

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Дистанционный формат обучения сегодня, особенно в период пандемии коронавирусной инфекции COVID-19, активно внедряется в образовательный процесс. Онлайн-обучение позволяет учащимся эффективно использовать цифровое пространство и компьютерные технологии для освоения изучаемых дисциплин. Однако, отмечается и негативное влияние дистанционного обучения на индикаторные показатели физического и психического здоровья студентов, что обозначило ряд новых вопросов, касающихся организации образовательного процесса, образа жизни, режима питания, сна и отдыха обучающихся.

Цель: оценить влияние дистанционного обучения на состояние здоровья и образ жизни студентов медицинского университета.

Материалы и методы. В исследовании приняли участие 112 студентов медико-профилактического, лечебного и педиатрического факультетов учреждения образования «Белорусский государственный медицинский университет». Опрос проводился с использованием электронной анкеты (Google forms), включающей вопросы для оценки показателей состояния здоровья и образа жизни в период дистанционного обучения. Данные были статистически обработаны в Microsoft Excel.

Результаты и обсуждение. Результаты проведенного анкетирования показали, что 75,9% студентам удобно обучаться в дистанционном формате. Наиболее приемлемой формой обучения 67,9% респондентов считают очно-дистанционную. Около половины опрошенных учащихся отмечают гиподинамию в период домашнего обучения. С симптомами депрессии, апатии, безучастия в общественной жизни столкнулись 32,1% опрошенных. У 63,4% студентов нарушен режим питания. Одними из приоритетных причин в пользу дистанционного обучения студенты отмечают: низкий риск заражения коронавирусной инфекцией (72,3%), возможность самообучения (45,5%), индивидуальный темп обучения (76,8%), возможность повторно просмотреть видеозаписи лекций и учебных материалы к занятиям (73,2%). Отсутствие живого общения (58,9%), активности (37,5%), разнообразия в предоставлении учебного материала (35,7%) явились отрицательными сторонами дистанционного обучения.

Выводы. Таким образом, дистанционный формат обучения имеет множество преимуществ для получения и освоения студентами новых навыков и знаний. Вместе с тем, полученные данные указывают на отрицательное влияние дистанционного обучения на соматическое и психоэмоциональное состояние обучающихся.