

## ЛИТЕРАТУРА

1. Ткачук Е.А., Мыльникова И.В. Интеллектуальное развитие и умственная работоспособность детей в условиях современной школы. *Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований*. 2018; 2: 127—131.
2. Борсуков А.В., Осипова Н.Н. Адаптационные возможности Центральной нервной системы в современной информационной среде: клиничко-психологический. *Сложность. Разум. Постнеклассика*. 2014; 4:12—22.
3. Чубаровский В.В., Лабутьева И.С. Клиничко-эпидемиологическая характеристика пограничных психических расстройств у подростков школ и колледжей. *Вопросы школьной и университетской медицины и здоровья*. 2019; 3: 11—18.
4. Худина Ю.С., Дмитриев М.Н. Коморбидность проявлений синдрома дефицита внимания с гиперактивностью и биполярного аффективного расстройства у молодежи. *Архивариус*. 2017; 1(16): 33—37.
5. Емельянцева Т.А. Гендерные аспекты скринингового исследования гиперкинетических расстройств в белорусской популяции детей. *Социальная и клиническая психиатрия*. 2013; 3 (23): 43—47.
6. Круглова Е.А., Попель Н.В. Половые различия в проявлениях синдрома дефицита внимания и гиперактивности младших школьников. *Вестник Ивановского государственного университета. Серия: Естественные, общественные науки*. 2016; 1: 27—30.
7. Кучма В.Р., Сухарева Л.М., Поленова М.А. Достижения и перспективы научных исследований по гигиене и охране здоровья детей и подростков. *Вопросы школьной и университетской медицины и здоровья*. 2017; 1: 4—11.

УДК 613.956

## ОСОБЕННОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ДИСТАНЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБУЧЕНИИ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА

© 2021 О.И. Гуменюк, Ю.В. Черненко, С.С. Ильина, Ю.В. Руденко

**ФГБОУ ВО Саратовский государственный медицинский университет им. В.И. Разумовского Министерства здравоохранения Российской Федерации, г. Саратов**

*Контактная информация:* e-mail: olgachap@rambler.ru

*Ключевые слова:* дистанционное обучение; студенты; цифровые источники.

Дистанционное (или корреспондентское) обучение — образовательный процесс с применением телекоммуникационных технологий для освоения основного объема информации без непосредственного контакта обучаемых и преподавателей в ходе образовательного процесса. Данный вид обучения стал преобладающим во многих образовательных учреждениях в связи с особой эпидемиологической обстановкой.

**Цель:** изучение особенностей технической составляющей дистанционного образования студентов медицинского вуза и влияние данного вида обучения на состояние здоровья обучающихся.

**Материалы и методы исследования.** Проведено анкетирование 255 студентов медицин-

ского вуза, обучающихся на II и VI курсах. В работе использована авторская анкета, учитывающая техническую и медицинскую особенности дистанционного образования.

**Результаты исследования и их обсуждение.** В качестве платформы для дистанционного обучения большинство студентов использовали Zoom (98 %). На втором месте по частоте использования оказалась платформа Discord (44 %). Сравнительно реже использовались Google Meet (15 %) и Meet Now on Skype (9 %). В качестве дополнительных платформ для общения с преподавателями и отправки домашних работ студенты указали такие мессенджеры и платформы, как «ВКонтакте», Google Classroom, электронная почта. В качестве мес-

сенджеров, используемых студентами во время дистанционного обучения, указывались следующие: WhatsApp (80 %), Viber (47 %), Telegram (24 %) и Instagram (8 %). Во время дистанционного обучения студенты использовали различную цифровую технику.

В качестве цифрового устройства для дистанционного обучения студентами использовались смартфон (93 %), ноутбук (78 %), персональный компьютер (29 %), планшет (18 %) и нетбук (2 %).

В период дистанционного обучения 96 % обучающихся стали чаще использовать электронную почту. В качестве причин более частого использования электронной почты во время дистанционного обучения студенты указали необходимость отправки домашнего задания преподавателю.

При изучении особенностей состояния здоровья студентов в период дистанционного обучения получены результаты, свидетельствующие об увеличении в 2—3 раза жалоб на ухудшение состояния здоровья по сравнению с периодом очного обучения. В период дистанционного обучения жалобы на головные боли предъявляли 39 % студентов, боли в шейном отделе позвоночника — 37 %, сухость глаз — 30 %, боли в поясничном отделе позвоночника — 29 %, снижение остроты зрения — 31 %, слезотечение и мелькание «мушек» перед глазами — 14 %, боли в запястье — 13 %, повышение артериального давления — 10 %, головокружение — 9 %, снижение

остроты слуха, судороги в кистях, боли за грудиной — 2 % студентов. Повышенную раздражительность в период дистанционного обучения испытывали 27 %, тревожность — 24 %, агрессивность — 19 % студентов. Нарушение сна отметили у себя 24 %, ночные кошмары, ассоциированные с дистанционным обучением, — 3 % студентов. Изменения аппетита и массы тела наблюдались у 13 % опрошенных. Частота периодических абдоминальных болей у студенток за период корреспондентского обучения возросла до 5 против 1 % в период очного образования. На отсутствие соматических и психических изменений в состоянии здоровья указали 40 % обучающихся. Также в ходе опроса 80 % участников отметили, что наиболее оптимальным для комфорта зрения является шрифт Times New Roman 14-го кегля, 13 % — Arial и 11 % — Calibri 12-го и 13-го кегля.

**Заключение.** В период дистанционного обучения для образовательных целей студенты медицинского вуза используют различные цифровые устройства, среди которых преобладает смартфон. Обучающиеся используют различные онлайн-платформы и мессенджеры. Значительные нарушения психического и соматического здоровья, ассоциированные с дистанционным обучением, отмечены у более чем половины опрошенных студентов, что диктует необходимость соблюдения определенного регламента и алгоритма четких действий со стороны всех участников процесса дистанционного обучения.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Вознесенская Е.В. Дистанционное обучение — история развития и современные тенденции в образовательном пространстве. Наука и школа. 2017; 1: 116—123.

2. Гигиенические нормативы и специальные требования к устройству, содержанию и режимам работы в условиях цифровой образовательной среды к сфере общего образования. Руководство. М.: НМИЦ здоровья детей Минздрава России, 2020. 20 с.

3. Кучма В.Р., Седова А.С., Степанова М.И., Рапопорт И.К., Поленова М.А., Соколова С.Б., Александрова И.Э., Чубаровский В.В. Особенности жизнедеятельности и самочувствия детей и подростков, дистанционно обучающихся во время эпидемии новой коронавирусной инфекции (COVID-19). Вопросы школьной и университетской медицины и здоровья. 2020; 2: 4—23.