

С.С. Борсокбаева, М.Ж. Кудаярова,  
М.Р. Ажиматова, Р.О. Касымова,  
КРСУ им. Б.Н. Ельцина,  
г. Бишкек, Кыргызская Республика

## ОРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПРИ ДИСТАНЦИОННОМ ОБУЧЕНИИ

В условиях пандемии дистанционные технологии – весьма востребованный вариант обучения, это коснулось также и вузов медицинского профиля. До пандемии такие технологии использовались весьма ограниченно. Вероятно, профильность медицины в сфере профессиональной работы не дает возможность построить полноценное дистанционное медицинское обучение. Ученые рассматривают дистанционное обучение как включение в учебный процесс информационно-образовательной системы удаленного доступа, основанной на современных информационных технологиях.

В условиях дистанционного обучения широко используются ПК, смартфоны, которые оказывают вредное воздействие. При эксплуатации ПК и других средств связи могут оказывать влияние следующие опасные и вредные производственные факторы: повышенный уровень электромагнитных излучений; повышенный уровень статического электричества; пониженная ионизация воздуха; статические физические перегрузки; перенапряжение зрительных анализаторов. При длительной работе за компьютером у работника могут возникать боли в позвоночнике, венозная недостаточность, потеря (или ухудшение) зрения из-за перенапряжения глаз, хронический стресс из-за необходимости постоянного принятия решений, от которых зависит эффективность работы. Правильная же организация рабочего места (помещение, освещенность, микроклимат) может существенно сократить воздействие на здоровье работников вредных факторов и свести к минимуму вероятность возникновения заболевания, связанного с условиями труда.

В период дистанционного обучения кафедра использовала различные платформы обучения. Онлайн-занятия для 3–4-го курсов по специальностям «Лечебное дело», «Педиатрия» и «Стоматология» проводились следующим образом: лекции и практические занятия через платформы ZOOM, MEET, YouTube. На сайте кафедры размещен необходимый учебный материал.

При неблагоприятной эпидемиологической ситуации дистанционное обучение – это единственный выход, чтобы не подвергать опасности здоровье студентов и преподавателей. Но, на наш взгляд, такая форма обучения негативно сказывается на социализации студентов, студенты жалуются на снижение общения. Мы полагаем, что дистанционное обучение

отрицательно сказывается на успеваемости по определенным факторам, не зависящим от студентов (перебои с работой интернета, частые отключения электричества, отдаленность места жительства, что сказывается на качестве связи и др.), поэтому возможны частые пропуски занятий, что приводит к снижению качества учебного процесса и контроля полученных знаний. Длительное пребывание за компьютером (более 6–8 часов), учитывая вредные факторы ПК, отрицательно влияют как на состояние здоровья студентов, так и преподавателей. Опросным методом установлено, что студенты отмечают ухудшение самочувствия, и снижение работоспособности, а также выявлены основные жалобы: ухудшение зрения, утомление, раздражительность, нарушение сна, повышение веса и т. д.

Исходя из вышеперечисленного, кафедра гигиены рекомендует следующие профилактические мероприятия при работе за компьютером: Каждые 40 минут занятий проводить отдых по 5–10 минут. В перерывах проводить простые упражнения для глаз, тела.

Между отдельными занятиями установить перерыв от 30 до 40 минут. Короткие интервалы способствуют утомлению студентов и преподавателей и отражаются на их работоспособности.

Таким образом, дистанционное обучение при надлежащих условиях, как соответствие учебных помещений гигиеническим требованиям (оптимальный микроклимат, естественное освещение и др.), правильная организация учебного процесса, профилактика вредного воздействия ПК (качественное оборудование), лучше использовать как дополнительный инструмент к классической форме обучения.

### **Литература**

1. Литвинов Д.В. Дистанционное образование как форма организации образования / Литвинов Д.В. // International scientific review of the problems and prospects of modern science and education. – 2020. – P. 84–87.
2. Типовая инструкция по охране труда при работе на персональном компьютере ТОИ Р-45-084-01, п. 1.2. Утверждено Приказом Минсвязи России от 2 июля 2001 года № 162.
3. Интернетресурсы. URL: [https://spravochnick.ru/informacionnye\\_tehnologii/vrednoe\\_vozdeystvie\\_kompyutera\\_sposoby\\_zaschity/](https://spravochnick.ru/informacionnye_tehnologii/vrednoe_vozdeystvie_kompyutera_sposoby_zaschity/)