

Материалы VII международной научной конференции
«По итогам НИР: наука и практика в стоматологии», 23 апреля 2025 г.
Алтайский государственный медицинский университет
Барнаул

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ АГМУ НА ОСНОВЕ СИСТЕМЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Алтайский государственный медицинский университет, г. Барнаул

Ожерельев Павел Романович, Луницына Юлия Васильевна

Статья посвящена исследованию здоровьесберегающих технологий Алтайского государственного медицинского университета. Дано определение технологий, охарактеризованы все их виды, применяемые в образовательном процессе медицинского вуза.

Ключевые слова: *здоровьесберегающие технологии, образовательный процесс, медицинский вуз.*

This article is devoted to the study of health-saving technologies of Altai State Medical University. The definition of technologies is given, and all their types used in the educational process of a medical university are characterized.

Keywords: *health-saving technologies, educational process, medical university.*

Введение

Сохранение здоровья студентов-медиков – приоритетная задача. Актуальным направлением сегодня является оптимизация учебного процесса с учетом здоровьесберегающих аспектов. Целью здоровьесберегающих технологий является обеспечение максимального сохранения здоровья на протяжении всего периода обучения студента [1]. Среда здоровьесбережения также включает в себя определенные требования к организации образовательного процесса: физическая активность, активный отдых, правильное питание, психологическое здоровье, мониторинг состояния здоровья, образовательные мероприятия, экология и комфортная среда [2, 3, 4, 5].

Цель: изучение современных здоровьесберегающих технологий, используемых в образовательном процессе АГМУ.

Материал и методы

Проведено анкетирование среди 45 человек, включающих студентов 1-5 курсов и преподавателей Института стоматологии АГМУ. Статистическая обработка данных проводилась с помощью Microsoft Office 2010.

Результаты

Исследование показало, что в Алтайском государственном медицинском университете применяются следующие здоровьесберегающие технологии:

1. Поддержание здоровья студентов через физическую культуру и спорт. В АГМУ имеются собственные спортивные комплексы с тренажерами, залами для игровых видов спорта (баскетбол, волейбол). Проводятся традиционные мероприятия «10000 шагов», соревнования между студентами и преподавателями. Есть лыжная база АГМУ с прокатом инвентаря.

2. Организация здорового питания. В учебных корпусах АГМУ действуют столовые с возможностью полноценного приема пищи. В столовых предлагают сбалансированное меню, включающее свежие овощи, фрукты, каши, белки и углеводы. В университете ведется просветительская работа, информирование о принципах здорового питания.

3. Оптимизация учебного процесса. В АГМУ постоянно проводится оптимизация расписания с учетом социологических исследований среди студентов, учитывается необходимость перерывов между дисциплинами для физической активности и перекусов.

4. Создание комфортной психологической среды, профилактика стресса. В АГМУ работает штатный психолог, оказывается психологическая поддержка. В случае возникновения конфликтных ситуаций проводится работа с учебными группами, наставниками.

5. Анализ (мониторинг) состояния здоровья студентов-медиков. Студенты АГМУ имеют возможность пройти обследование у врачей

студенческой поликлиники, получить консультации и необходимые диагностические и лечебные процедуры.

6. Программы профилактики заболеваний. В АГМУ ежегодно проводятся регулярные профилактические осмотры, вакцинация против гриппа и других инфекций.

7. Образовательные мероприятия АГМУ. Лекционные курсы по основам анатомии, физиологии, профилактике болезней, правильному питанию, спорту и гигиене. Отдельные занятия, посвященные влиянию вредных привычек на здоровье во всех учебных дисциплинах. Организация мероприятий, направленных на популяризацию здорового образа жизни среди студентов, – дни отказа от курения, марафоны по ходьбе, научные конференции по ЗОЖ.

8. Экология и комфортная среда: озеленение кампусов. За последние годы возле двух корпусов АГМУ появились зеленые скверы с зонами отдыха для студентов и горожан.

9. Комфортные аудитории. Уютные пространства для учебы с хорошей акустикой, правильной температурой и освещенностью помогают сохранять продуктивность и снижают утомляемость.

Выводы

Таким образом, в АГМУ широко применяется большой арсенал здоровьесберегающих технологий. Однако есть и некоторые сложности.

Учебный процесс ведется на клинических базах, где могут отсутствовать условия для организации питания и отдыха студентов.

Внедрение новых подходов требует активного участия преподавателей и учащихся. Однако, часто студенты перегружены учебными заданиями, что снижает интерес к дополнительным инициативам, направленным на здоровье. Многие студенты также не видят прямой связи между использованием здоровьесберегающих практик и академической успеваемостью.

Современные технологии, такие как системы мониторинга физического состояния, приложения для контроля стресса или питания, могут требовать высокой квалификации для настройки и обслуживания.

Отсутствие систематического подхода. Часто внедрение здоровьесберегающих технологий происходит фрагментарно: отдельные инициативы внедряются локально, без комплексного плана и стратегического видения. Это приводит к отсутствию долгосрочного эффекта и низкой вовлеченности участников образовательного процесса.

Противоречия в образовательной среде. Традиционные образовательные подходы зачастую конфликтуют с новыми технологиями и методами. Например, акцент на физическую активность и психологическое благополучие может восприниматься как отвлекающий фактор от основной цели университета – передачи знаний.

Также следует отметить недостаток информации о существующих здоровьесберегающих технологиях и методиках среди преподавательского состава и студентов вуза, который вероятно может быть связан с отсутствием единой программы внедрения здоровьесберегающих технологий в российских вузах.

Список литературы:

1. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход. *Вопросы школьной и университетской медицины и здоровья*. 2000; 2: 21-27. – EDN BVEMJX.
2. Ваганова О.И., Иляшенко Л.К. Основные направления реализации технологий студентоцентрированного обучения в вузе. *Вестник Мининского университета*. 2018; 6-3(24): 2. <https://doi.org/10.26795/2307-1281-2018-6-3-2>. – EDN VKVLAF.
3. Глыбочко П.В., Есауленко И.Э., Попов В.И., Петрова Т.Н. Здоровье студентов медицинских вузов России: проблемы и пути их решения. *Сеченовский вестник*. 2017; 2(28): 4-11. – EDN ZHHBTZ.
4. Кутепов М.М., Ваганова О.И., Трутанова А.В., Кутепов М.М. Возможности здоровьесберегающих технологий в формировании

здорового образа жизни. *Балтийский гуманитарный журнал*. 2017; 6-3(20): 210-213. – EDN ZOWAOT.

5. Агаева В.Р., Беляева Т.А. Здоровьесберегающие технологии – основа образовательного процесса в образовательном учреждении. *Коррекционная педагогика: теория и практика*. 2016; 1(67): 49-53. – EDN WHRHBF.

Поступила в редакцию 16.04.2025

Принята к публикации 08.05.2025

Опубликована 30.05.2025

Как цитировать:

Ожерельев П. Р., Луницына Ю. В. Формирование здорового образа жизни студентов АГМУ на основе системы здоровьесберегающих технологий образовательного процесса. *Материалы VII международной научной конференции «По итогам НИР: наука и практика в стоматологии», 23 апреля 2025 г. АГМУ. Барнаул. Scientist (Russia). 2025; 3 (31): 75-79.*
