

ЛИЧНЫЕ ЭЛЕКТРОННЫЕ КАБИНЕТЫ СТУДЕНТОВ ПО ЗДОРОВЬЮ И ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Е. П. Никитенко¹, Е. А. Копылова²

*¹ Белорусско-Российский университет,
г. Могилев, Беларусь, ep_nikitenko@mail.ru,*

*² Белорусско-Российский университет,
г. Могилев, Беларусь, elenakopylovamogilev@gmail.com*

В статье рассматриваются возможности использования личных электронных кабинетов для студентов по дисциплине «Физическая культура» для комплексной оценки состояния здоровья и физического развития студентов на основе антропометрических, физиологических, физических и психологических показателей.

Ключевые слова: цифровые технологии, личный электронный кабинет студента, образовательный процесс, физическое развитие, соматическое здоровье.

Состояние здоровья молодежи является одной из основных ценностей в жизни, оно является одним из приоритетных направлений в работе педагогов, социальных служб, медицинских работников. В современных условиях решение этой проблемы можно достичь путем создания и постоянного совершенствования имеющихся методов и способов оценки состояния здоровья студентов. Цифровые технологии способствуют решению этих проблем [1–4].

В настоящее время современное образование стремится к интеграции технологий, и личные электронные кабинеты студентов становятся важным инструментом для управления информацией о здоровье и физическом развитии. Эти кабинеты представляют собой интерфейсы, которые позволяют студентам отслеживать и управлять своими показателями здоровья, получать доступ к образовательным ресурсам и взаимодействовать с преподавателями и специалистами в области медицины [5].

Актуальность. Личные электронные кабинеты по здоровью и физическому развитию служат платформой для хранения и анализа данных о состоянии здоровья студентов. Они охватывают широкий спектр информации, включая медицинские анамнезы, прививки, наличие аллергии и результаты медицинских обследований. Личные кабинеты могут включать функции для

учета физического состояния на основе антропометрических, физиологических характеристик, отслеживать психоэмоциональное состояние. Студенты могут загружать результаты тестов, записывать информацию о посещении врачей и получать рекомендации по улучшению физического состояния. Все это способствует повышению уровня осведомленности студентов о собственном здоровье и предоставляет возможность брать ответственность за свое физическое развитие. Поскольку здоровье студентов напрямую влияет на их успеваемость и качество жизни, управление этой информацией становится крайне важной задачей.

Личные электронные кабинеты студентов предлагают разнообразные функции, улучшающие управление здоровьем и физическим развитием. Прежде всего, это возможность ведения личного дневника здоровья, где можно записывать свои наблюдения и самочувствие. Таким образом, студенты могут более четко выявлять изменения в своем состоянии и интегрировать эти данные в свою образовательную практику.

Цель работы – раскрыть возможности личных электронных кабинетов студентов по здоровью и физическому развитию как необходимого инструмента современного образовательного процесса для обеспечения здоровья и благополучия обучающихся.

Собранный банк данных может содержать разделы с полезной информацией о физическом развитии обучающихся. В вузах студенты сдают рейтинговые нормативы по физической подготовке, направленные на определение развития основных физических качеств (выносливости, быстроты, силы, гибкости, ловкости).

Также банк данных может содержать статьи, видео уроки и вебинары по различным темам, связанным со здоровьем, включая физические упражнения, тренировки, здоровое питание, психическое здоровье и техники релаксации. Студенты могут самостоятельно учиться и находить информацию, которая поможет им оставаться активными и заботиться о своем здоровье.

Еще одной важной функцией личных электронных кабинетов является возможность взаимодействия с преподавателями и медицинскими работниками. Студенты могут задавать вопросы, получать советы и рекомендации, а также записываться на медицинские обследования и консультации. В условиях удаленного обучения эта функция становится особенно актуальной, поскольку позволяет обеспечить доступ к медицинским услугам, даже если физическая связь невозможна [6].

Следующий важный аспект – это контроль. Личный кабинет позволяет не только отслеживать состояние здоровья, но и получать регулярные напоминания о важных мероприятиях: плановых обследованиях, вакцинациях и других медицинских процедурах. Такой подход помогает избежать упущений и несвоевременных обращений за медицинской помощью. Особенно это актуально для студентов, относящихся к специальной медицинской группе.

Более того, интеграция данных о здоровье с образовательными платформами позволяет преподавателям лучше понимать потребности студентов

и разрабатывать адаптивные образовательные программы. Это может включать индивидуальные рекомендации по учебному процессу на основе физического состояния студента.

В качестве главных параметров комплексной оценки состояния здоровья используются антропометрические показатели: длина и масса тела, обхватные размеры – талии, объема груди на вдохе и на выдохе (оценка физического развития и его соответствие возрастным нормам); физиологические показатели: пробы Штанге и Генчи (оценка здоровья легких и сердца), проба Мартине – Кушелевского (данная проба характеризуется степенью толерантности к гипоксии – оценка частоты пульса, частоты дыхания, артериального давления в покое); ортостатическая проба (оценивается состояние вегетативной нервной системы в активном состоянии). Стоит отметить, что для полной комплексной оценки также применяются наиболее достоверные психологические тесты: шкала диагностики СДВГ, шкала тревоги Спилбергера – Ханина. Необходимость психологических тестов заключается в том, чтобы получить наиболее широкую информацию о состоянии субъектов исследования для более точного прогнозирования дальнейшего развития и составления информации о возможных изменениях в будущем; общую оценку соматического состояния здоровья студентов.

Разумеется, следует учитывать факторы здоровья студентов, которые уже известны: хронические заболевания, врожденные патологии, заболевания, полученные на протяжении жизни, врожденные предрасположенности и склонности.

Подход, при котором для комплексной оценки здоровья применяются цифровые технологии, может способствовать первичной профилактике заболеваний, своевременному принятию мер по предотвращению критических факторов риска, возможности своевременного лечения.

Все собранные данные, соответственно, подвергаются объединению в базу данных, где хранится вся информация, полученная за время учебы в университете. Используя базу данных, сам студент имеет возможность просматривать, давать оценку, помимо оценки самой технологической системы, что способствует самоорганизации и самодисциплине, эффективному использованию времени.

Преподаватели могут использовать информацию для методически правильной организации учебного процесса и возможности обратной связи со студентами [7].

Облачные технологии, на базе которых строятся электронные кабинеты, обеспечивают надежную защиту конфиденциальной информации. Студенты могут быть уверены в том, что их данные надежно защищены и доступны только им и уполномоченным специалистам. Это создает доверие к системам и делает использование электронных кабинетов более привлекательным.

Использование информационных технологий (на примере личных электронных кабинетов студентов) является перспективным направлением развития в подходе к наблюдению соматического здоровья студентов.

Применение информационных технологий в высших учебных заведениях позволит полностью отказаться от бумажных видов медицинских и диагностических карт. В системе могут вводиться данные из баз, создаваться цифровые истории болезней и цифровые медицинские карты, что позволит соблюдать тайм-менеджмент. Полностью исключается вероятность потери бумажных носителей. Для устранения причин порчи баз необходимо внедрить системы резервного копирования данных, которые позволят снизить риски человеческого фактора при их использовании.

Внедрение цифровых технологий в сферу высшего образования позволит снизить риск суицида, оказать своевременную психологическую помощь студентам, а также упростит условия оценки физического и психологического состояния обучающихся заинтересованными сотрудниками учебного заведения.

Из всего вышесказанного следует, что личные электронные кабинеты студентов по здоровью и физическому развитию становятся необходимым инструментом в условиях современного высшего образования. Они помогут студентам активно управлять своим здоровьем, обеспечить доступ к актуальной информации и предоставят возможность взаимодействовать с преподавателями и медицинскими работниками. Несмотря на существующие вызовы, преимущества, которые предоставляют личные электронные кабинеты студентов, делают эти системы незаменимыми для обеспечения здоровья и благополучия студентов.

Совершенствование таких кабинетов, их адаптация к требованиям времени и внедрение новых технологий помогут создать качественно новую среду обучения для студентов, в которой здоровье и физическое развитие займут центральное место. С каждым годом электронные кабинеты будут становиться все более интегрированными и доступными, помогая студентам заботиться о себе и добиваться успеха в учебе.

Таким образом, личные электронные кабинеты студентов позволят комплексно оценивать состояние их здоровья, обеспечивать доступ к актуальной информации, выявлять ранние обострения болезней, заниматься профилактикой возникающих проблем, осуществлять личный самоконтроль, снизить нагрузку на организации здравоохранения.

Перспективы внедрения цифровых технологий (на примере личных электронных кабинетов студентов) в качестве комплексной оценки состояния здоровья практически безграничны. Внедрение в университетах личных электронных кабинетов будет способствовать созданию безопасной и здоровой среды обучения.

Библиографический список

1. Осипенко Е. В., Макеева В. С., Пушкина В. Н. Мониторинг физического состояния школьников и студентов : учеб. пособие. М. : Радио Софт, 2016. 315 с.
2. Решетов Д. В. Коровин И. М. Информационные цифровые технологии в системе физической культуры и спорта // Актуальные проблемы, современные тенденции развития физической культуры и спорта с учетом реализации национальных проектов : материалы

IV Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием / под научной ред. Л. Б. Андрющенко, С. И. Филимоновой. М., 2022. С. 236–240.

3. Белякова М. Ю., Дьяконов А. Д. Применение цифровых и информационных технологий в сфере физической культуры и спорта. DOI: 10/18334/sport.1.3.119785 // Экономика и управление в спорте. 2021. Т. 1. № 3. С. 133–148.

4. Гурьев С. В. Современные технологии в физическом воспитании : монография, 2017. 164 с.

5. Жилик Н. А., Старовойтов И. А. Разработка веб-сервиса личного кабинета студента в условиях цифровизации образования // Импортозамещение, научно-техническая и экономическая безопасность : сб. статей V Междунар. науч.-технич. конф. «Минские научные чтения-2022». (г. Минск, 7–9 декабря 2022 г.) в 3 т. Т. 2. Минск : БГТУ, 2022. С. 321–325.

6. Сохранова М. А. Цифровые технологии в организации самостоятельной работы магистрантов в сфере физической культуры и спорта // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. 2024. № 1 (227). С. 215–221.

7. Хваржев В. М., Цебренько К. Н. Разработка концепции личного кабинета обучающегося с использованием технологий искусственного интеллекта. DOI: 10.244112/2500-1000 // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. 2024. № 5–4 (92). С. 147–150.