

Тема: О формах и методах проведения мероприятий по профилактике заболеваний и формированию здорового образа жизни в Тихоокеанском государственном университете.

Скорняков Василий Евгеньевич – учредитель Хабаровский региональной молодежной общественной организации «Студенческий спортивный клуб «Политехник»

Каждый человек хочет быть здоровым! Здоровье обычно воспринимается молодыми людьми как нечто безусловно данное, потребность в котором хотя и осознается, но подобно кислороду, ощущается лишь в условиях дефицита.

По результатам опроса, проводимого Минздравсоцразвития России, среди причин, побуждающих заботиться о здоровье, первое место занимают «ухудшение здоровья» – 24,4%, второе – «осознание необходимости этого» – 17,4%, а затем следуют другие факторы.

Полученные данные говорят об отсутствии у большинства молодежи активных усилий по поддержанию своего физического состояния.

Установлена существенная зависимость между физической работоспособностью и успеваемостью студентов вузов и ссузов.

Занятия физической культурой, ведение здорового образа жизни решают ряд проблем, которые сейчас очень остро встают перед современным обществом. Это малоподвижность, девиантное поведение, вредные привычки.

Занятия физической культурой повышают стрессоустойчивость организма к различным вызовам в молодежной среде.

В Тихоокеанском государственном университете активно взаимодействуют по решению проблемы приобщения студенческой молодежи и сотрудников 3 структуры:

- Отдел физического воспитания и спорта Департамента молодежной политики;

- Хабаровская региональная молодежная общественная организация «Студенческий спортивный клуб «Политехник»;

- Организационно-спортивный сектор первичной профсоюзной организации работников ТОГУ.

Отдел физвоспитания и спорта организует комплекс мероприятий по пропаганде физической культуры и спорта, как важнейшей составляющей здорового образа жизни, через массовые физкультурно-спортивные и оздоровительные мероприятия:

- внутренние студенческие соревнования: комплексные спартакиады по 10-15 видам программы, турниры по игровым видам спорта, кроссы, эстафеты, тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», фестивали студенческого спорта;

- внешние (по территориальному признаку): Чемпионаты и Первенства, розыгрыши Кубков;

- всероссийские студенческие проекты (спортивные студенческие лиги): 16 лиг;

– международные товарищеские встречи, финалы Всероссийской универсиады;

– учебно-тренировочные мероприятия (проводятся для занимающихся в физкультурно-оздоровительных группах с целью повышения эмоциональности занятий, стимулирования повышения уровня физической подготовки)

Студенческие спортивные клубы в России – важная ступень в развитии студенческого спорта.

Спортивный клуб «Политехник» определил для себя популяризацию здорового образа жизни и создание оптимальных условий для развития и функционирования физкультуры – как важнейшей, всеобщей и равнодоступной формы общественной жизни молодежи университета.

Среди направлений деятельности клуба приоритетными стали:

– внедрение физической культуры, оздоровительных мероприятий, распространение технологий здорового образа жизни среди студентов-любителей через участие в грантовых проектах, как в качестве организаторов, так и в качестве непосредственных участников мероприятий проектов.

За 5 лет существования клуба, его активом подготовлено и реализовано 11 грантовых проектов:

– 5 в области технологий здорового образа жизни для разных категорий населения города Хабаровска;

– 4 в области развития физической культуры и спорта среди населения, 2 из которых Гранты Губернатора Хабаровского края, направленные на возрождение технических видов спорта с участием детей и подростков 10-16 лет;

– 2 проекта по молодежной тематике с обязательной составляющей двигательной активности участников и тестированием нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

Формы проведения мероприятий самые различные и популярные в молодежной среде: флешмобы, акции, мастер-классы, диспуты, викторины, конкурсы, круглые столы, фестивали, образовательные школы и физкультурные мероприятия.

Во всех проектах были задействованы в качестве спикеров, модераторов и экспертов известные специалисты отраслей образования, физической культуры и спорта, здравоохранения и молодежной политики города и Хабаровского края.

Более 2500 человек – из числа молодежи стали участниками мероприятий,

Более 200 человек получили сертификаты об окончании различных образовательных программ, более 300 – награждены призами и медалями за успехи в физкультурно-образовательных программах и мероприятиях.

Обучение и закрепление в спортивном клубе прошли свыше двухсот детей и подростков.

За 5 лет освоено более 8 миллионов рублей краевых субсидий. Вот и в этом году еще продолжается реализация 2х проектов:

– «Время быть здоровым» (Краевая субсидия Министерства здравоохранения Хабаровского края);

– «Ярмарка здоровья» (муниципальный заказ).

Еще одно направление деятельности спортивного клуба – участие в Клубном Чемпионате Ассоциации студенческих спортивных клубов России по наиболее доступным видам спорта.

За 4 года участия, студенты-любители из тихоокеанского государственного университета 3 раза становились участниками финальных соревнований этого Чемпионата, проходивших в городах Анапа, Челябинск, Казань.

Не менее важным направлением в деятельности спортивного актива Тихоокеанского государственного университета является работа по приобщению к здоровому образу жизни и сотрудников вуза.

Начиналось всё с организации соревнований среди подразделений ТОГУ по программе Комплексной спартакиады «Здоровье», с привлечением до 30% состава коллектива трудящихся. Участие в соревнованиях потребовало поддержание постоянной физической формы от сотрудников. Начали создаваться секции по игровым видам спорта, фитнесу, дартсу, стрельбе для работников университета.

Постепенно сформировался костяк будущих сборных команд для участия в краевом физкультурно-спортивном фестивале «Азарт! Здоровье! Отдых!» и «политен» стал основным добытчиком очков для Краевого объединения профсоюзов работников науки и образования. Коллектив сотрудников трижды становился бронзовым призером фестиваля в общекомандном зачете среди 83 трудовых коллективов.

С первого года проведения Комплексной спартакиады трудовых коллективов города Хабаровска сотрудники ТОГУ принимают участие в 80% соревнований из программы спартакиады, имея на своем счету и призовые общекомандные места и постоянное соперничество в пятерке лучших трудовых коллективов города.

С 2020 года по проекту старшего преподавателя кафедры физической культуры и спорта Власенко Светланы Юрьевны, в ряде подразделений работников умственного труда проводятся производственные гимнастики на рабочих местах и холлах университета.

Профсоюзный комитет выделяет в своей смете организационно-спортивному сектору для реализации программы оздоровления коллектива денежные средства в объеме 449 410 рублей, которые вкладываются в:

– На оздоровление работников и членов их семей в летний период профком ежегодно выделяет 105 000 рублей.

– На оздоровительные лагеря – 6550 рублей.

– На санаторно-курортное лечение и отдых сотрудников – 98450 рублей.

– На физкультурно-спортивные мероприятия – 186410 рублей.

– На организацию спортивно-массовых мероприятий – 53000 рублей.

Для активных членов профсоюзный комитет проводит частичную оплату абонементов в плавательный бассейн. За год компенсационные выплаты

составили 133410 рублей. А отдел физвоспитания и спорта, студенческий спортивный клуб «Политехник» продолжает формирование осознанного отношения к своему здоровью, обучению основам здорового образа жизни, поддерживают стремление к самосовершенствованию и достижению высоких целей в функциональном развитии студентов и сотрудников университета.

Здоровье коллектива – это цель, которая оправдывает все затраченные на её осуществление средства.