Тема: «Опыт работы Тихоокеанского государственного университета по формированию здоровьесберегающего поведения и профилактике вредных привычек у студенческой молодежи»

Докладчик: Кохановский Михаил Александрович – начальник отдела физического воспитания и спорта департамента молодежной политики ТОГУ

Сохранение и укрепление здоровья работников и студентов является одним из приоритетных направлений социальной политики университета.

Важной проблемой для университета является сохранение здоровья преподавателей и работников. Анализ их заболеваемости за последние годы показывает неуклонный рост числа больничных листов.

В 2022 году в ФГБОУ ВО «Тихоокеанский государственный университет» все физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия были направлены на пропаганду здорового образа жизни среди студентов и работников университета.

В Университете имеется доврачебный кабинет для сотрудников и студентов, где ведутся осмотры, оказывается первая доврачебная помощь, консультирование, прием приглашенных специалистов, вакцинация сотрудников.

В университете функционирует студенческий терапевтический санаторий-профилакторий, оздоровление в котором осуществляется в следующих кабинетах:
- физиотерапевтический (электрофорез, диадинамические токи, ультразвук, УВЧ и др. процедуры);
- ингаляционный;
- кислородотерапии; аэроионотерапии (лечение отрицательными ионами);
- ЛФК и массажа;
- ароматерапии;
- парафинотерапии;
- водолечения (лечебная ванна, лечебные души: нисходящий, восходящий, Шарко, циркулярный);
- фитобар (богатый ассортимент лечебных чаев).

За 2022 год было реализовано 15 профильных заездов по 18 дней, общее количество оздоровленных в 2022 году составило 750 обучающихся.

На территории университета работает студенческая поликлиника, обслуживающая студентов ТОГУ, которая является подразделением МУЗ «Городская клиническая больница №10» управления здравоохранения администрации г. Хабаровска. В поликлинике ведут прием 3 терапевта, а также узкие специалисты: окулист, невролог, хирург. Имеется физиотерапевтическое отделение и клиническая лаборатория. Поликлиника оказывает лечебную и профилактическую помощь студентам на приёме в поликлинике и в общежитиях:

- организует и проводит профилактические осмотры студентов, по результатам медицинских осмотров распределяет по физкультурным группам, разрабатывает комплексные планы лечебно-оздоровительных мероприятий;
- проводит профилактические мероприятия (вакцинацию, профилактику туберкулёза, флюорографию, постановку R-Манту) подросткам;
- проводит диспансерное наблюдение за студентами, имеющие отклонение в состоянии здоровья, оздоравливает их, в том числе и в профилактории «Берёзка»;
- проводит экспертизу временной нетрудоспособности, оформляет академические отпуска по состоянию здоровья;
- ведёт профилактическую работу по формированию здорового образа жизни.

За год 2022 приняла 12 631 посетителя, из них по заболеваниям 10 376, по диспансеризации 1 073, профилактические осмотры 1 182.

С целью распределения студентов на учебные отделения для занятий физической культурой и спортом, осуществления медицинского контроля за занимающимися физической культурой и спортом в университете проводится ежегодный медицинский осмотр студентов.

Медико-психолого-социальный центр - структурное подразделение университета, образованное с целью обеспечения специфических функций по социальной адаптации, психологической, медико-социальной, здоровьесберегающей реабилитации студентов Тихоокеанского государственного университета, а также психологического сопровождения учебно-воспитательного процесса.

Центр осуществляет социальную поддержку студентов, оказавшимся без попечения родителей и студентов с ОВЗ.

В университете работает Физкультурно-оздоровительный комплекс с плавательным бассейном (6 дорожек на 25 м.). Плавательный бассейн работает с несколькими категориями: с детьми, взрослыми, а так же с лицами с ОВЗ, занятия проводят профессиональные специалисты – тренеры-инструкторы. Можно записываться в оздоровительные группы, или посещать бассейн самостоятельно.

Сотрудники университета также имеют возможность посещать занятия по фитнесу 4 часа в неделю и аэробике 5 часов в неделю.

Согласно статистического отчета 1-ФК к систематическим занятиям физической культурой и спортом в университете в 2022г было привлечено 35,9% студентов и 16,9% сотрудников трудового коллектива.

Вместе с тем, в физическом воспитании, в спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работе, в студенческом спорте имеется ряд проблем.

Физическая культура и спорт еще недостаточно востребованы у студентов как форма организации досуга, необходимо усиление информационного сопровождения спортивно-массовой работы, создание условий для участия в мероприятиях наиболее подготовленных спортсменов, которые смогут достигать более высоких спортивных результатов на соревнованиях разного уровня. Нуждается в укреплении материально-спортивная база университета.

С каждым годом увеличивается количество студентов, отнесенных по состоянию здоровья к специальным медицинским группам. Анализ данных медицинского обследования студентов первого курса показывает неуклонный рост числа студентов, которым рекомендованы занятия в специальной медицинской группе, так если в 1991 году процент таких студентов составлял 7,7%, в 1999 году 16,2% то в 2007 году 32,4 % а за 2022 год -39,1% Растет количество пропусков учебных занятий студентами по причине разного рода заболеваний. Снижается уровень физической подготовленности и физического развития студентов. Анализ состояния физической культуры и спорта в университете показывает, что необходимо комплексно подходить к решению существующих проблем.

Ежегодно свыше 3000 человек принимает участие в Комплексных спортивных мероприятиях вуза. 2022год не был исключением:

– Комплексная спартакиада «Университетская весна-2022» (13 видов программы, 650 участников);

– Комплексная спартакиада «Первокурсник-2022» (11 видов программы, 532 участника);

– Открытые региональные турниры памяти первого ректора университета М.П. Даниловского (6 видов программы, 450 участников) с участием спортсменов из различных коллективов г. Хабаровска;

– Соревнования технических видов спорта (автокросс, авторалли, мотокросс, картинг) (150 участников);

– Фестиваль международного дня студенческого спорта (сентябрь 2022г, 420 участников).

Свыше 200 лучших студентов-спортсменов университета участвуют в 5 Всероссийских студенческих проектах:

– Всероссийский Чемпионат Ассоциации студенческих спортивных клубов;

– Всероссийский Чемпионат студенческой волейбольной ассоциации;

– Всероссийская Универсиада.

У студентов и сотрудников есть возможность активно заниматься в сборных командах университета по более 12 видам спорта.

В Первенствах и Чемпионатах города Хабаровска принимают участие более 300 обучающихся ТОГУ. За 2022г победителями и призерами городских турниров стали более 120 студентов.

В Хабаровском крае сборные команды университета представлены 180 участниками. Призерами Чемпионатов и Первенств Хабаровского края стали более 80 участников.

Сборные команды по спортивному ориентированию, лыжным гонкам, волейболу, легкой атлетике, настольному теннису представляют ТОГУ на соревнованиях Дальневосточного федерального округа (60 студентов, из которых более 30 приносят медали различного достоинства в копилку университета).

Сборная университета по спортивному ориентированию является гордостью ТОГУ. Студенты-ориентировщики являются участниками Всероссийских и международных стартов (Победители и призеры Первенств и Кубков России).

4 студента входят в состав молодежной сборной России.

Малыми олимпийскими играми для студентов ТОГУ является Комплексная универсиада студентов образовательных учреждений высшего образования Хабаровского края и ЕАО. Весной 2022г по итогам XI Универсиады сборная команда ТОГУ заняла III общекомандное место, уступив сборной ДВГУПС 1 очко (7 первых мест, 3 вторых, 6 третьих мест).

По итогам XI Универсиады сборная студентов ТОГУ по спортивному ориентированию на лыжах стала участником Финала Всероссийской Универсиады, где заняла II общекомандное место. В летнем ориентировании 2022г сборная ТОГУ заняла 6 место среди вузов России.

В текущей XII Универсиаде уже приняло участие 103 обучающихся ТОГУ (8 видов программы).

В декабре 2022г сборные команды ТОГУ по мини-футболу и хоккею приняли участие в Фестиваля студентов по игровым видам спорта, проводимого в рамках проекта «Приоритет 2030» в ДВГАФК и заняли 2 место (мини-футбол) и 3 место (хоккей).

В 2022г начала работу секция по стрельбе из пневматической винтовки. На территории подвального помещения общежития №1 силами работников и обучающихся ТОГУ была организована работа по обустройству тира. Первые соревнования собрали более 100 участников из числа студентов и работников университета.

Осенью 2022г была начата работа по прокладке трассы для кроссовых (летний период) и лыжных (зимний период) тренировок. Лыжная трасса длиною 2,5 км

готова принимать спортивные мероприятия городского и краевого уровня. Студенты сборной команды университета по лыжным гонкам приступили к учебно-тренировочному процессу на новом спортивном объекте.

Отдел ФВиС ведет активную работу с будущими абитуриентами университета по линии патриотического воспитания. Для школьников были организованы просветительские мероприятия и соревнования по стрельбе из пневматической винтовки на базе университета.

В течении 2022 года актив студенческого спортивного клуба «Политехник» совместно со специалистами отдела ФВиС организовал и провел следующие мероприятия:

1. Ежегодный городской традиционный турнир по зимнему мини-футболу на открытых площадках «Снегопад», в финальной стадии которого приняло участие 10 любительских команд (106 человек).

2. Студзачет АССК России (100 участников), клуб вошел в топ-25 вузов России.

3. Спортивно-патриотическая эстафета для школьников Краснофлотского района (75 участников)

4. Всероссийский патриотический забег «Я горжусь» (146 участников)

5. Первенство Краснофлотского района по мини-футболу среди школьников Краснофлотского района (4 турнира, 320 участников)

6. Всероссийский проект «Твой ход» по шахматам (20 участников от ТОГУ). Жекотова Дарья – 2 место, Лазовский Павел и Жекотова Дарья – в рейтинге топ-100.

7. Эстафета для школьников Краснофлотского района (92 участника)

8. Забег Победы (май 2022г, 30 участников студентов и сотрудников университета)

9. Спортивный клуб «Политехник», оставаясь сильнейшим клубом АССК на Дальнем Востоке продолжил работу по проведению традиционного Чемпионата АССК России для студентов ФГБОУ ВО «Тихоокеанский государственный университет». Количество участников, принявших в данных соревнованиях превысило 100 человек за декабрь 2022г

10. Спортивные мероприятия, посвященные Дню народного единства, позволили спортивному клубу «Политехник» войти в топ-10 клубов России по рейтингу проведения массовых спортивных мероприятий.

11. Первый Клубный турнир среди студенческих спортивных клубов г. Хабаровска (350 участников). 1 общекомандное место, 8 первых мест, 1 – второе.

12. Международные спортивные соревнования «Кубок Дружбы» между студентами России и КНР (3 вида спорта: бадминтон, настольный теннис, баскетбол 60 участников от ТОГУ).

13. Командный турнир «На спорте» (5 видов спорта, 56 участников).

14. Открытый Чемпионат ТОГУ по плаванию (28 участников).

15. Фестиваль ГТО в ТОГУ (май 2022г, 86 участников) и Фестиваль ГТО для всех категорий населения Краснофлотского района (сентябрь 2022г, 180 участников).

16. Спортивный клуб «Политехник» ведет работу по организации региональных спортивных мероприятий среди студенческих клубов Хабаровского края. Благодаря просветительской работе «Политехника» Хабаровский край увеличил представительство спортивных клубов в вузах (+4 клуба).

17. Спортивный клуб является активным участником по реализации проектов по линии грантовой политики. В период с июля по сентябрь 2022г было подано 10 проектов по реализации спортивно-массовых мероприятий различного уровня.

Победителем одного из них стала студентка Юридического института Рубцова Елизавета, чей проект победил в конкурсе грантов Росмолодежь на сумму 240 000 рублей.

18. Студенка юридического института ТОГУ Рубцова Елизавета была выбрана делегатом от Хабаровского края и единственным представителем ДФО на Всероссийском форуме Ассоциации студенческих спортивных клубов России в г.Махачкала.

19. Рубцова Елизавета, пройдя отборочные этапы, стала участницей матча всех звезд Ассоциации студенческого баскетбола в феврале 2023г в г.Красноярск.

20. Активисты спортивного клуба «Политехник» были участниками летнего спортивно-патриотического лагеря Всероссийского проекта «Вокруг спорта» (5 человек, г.Владивосток) и просветительской программы по деятельности АССК России (гг. Комсомольск-на-Амуре, Благовещенск).

21. 2022г – год создания клуба болельщиков «Адреналин» – участника Всероссийского проекта «Битва болельщиков» (90 человек)

Ежегодной традицией для трудового коллектива университета является участие в Краевом физкультурно-спортивном фестивале «Азарт! Здоровье! Отдых!». Летом 2022г участниками фестиваля стали 27 работников в 4х видах программы Фестиваля. Сборная команда работников университета по шахматам заняла 1 место.

Отдел ФВиС и Спортивный клуб «Политехник» активно провел Чемпионаты университета для сотрудников по шахматам, стрельбе из пневматической винтовки и дартсу (110 участников-сотрудников вуза).

Тихоокеанский государственный университет, спортивный клуб «Политехник» и Первичная профсоюзная организация работников ТОГУ Общероссийского Профсоюза образования – постоянные участники городских и краевых конкурсов «За вклад в развитие физической культуры и массового спорта», являются лауреатами премии Мэра г. Хабаровска, Премии Здоровья, Премии Губернатора Хабаровского края.

_____