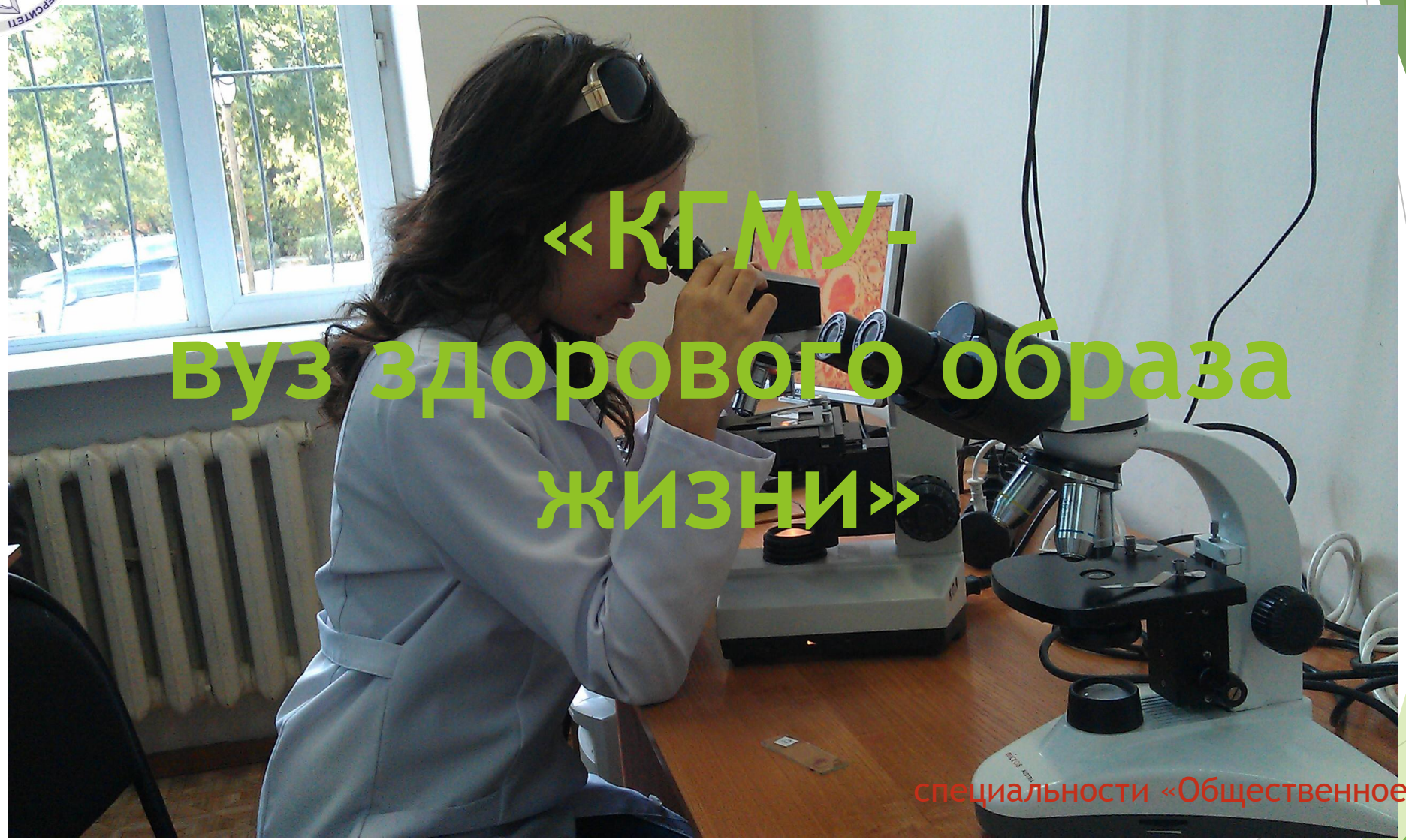

«КГМУ- вуз здорового образа жизни»

Студент 4 курса
специальности «Общественное Здравохранение»
Токашева Д.С.

Актуальность проекта «Здоровые университеты»

- В современных условиях развития Республики Казахстан, важнейшим направлением деятельности является подготовка молодых конкурентоспособных, медицинских кадров.
- Что особенно актуально для стремительно развивающейся экономики Республики Казахстана.
- В области подготовки молодых специалистов возникают определенные проблемы, требующие незамедлительного решения.
- Так, одной и основных проблем для успешной подготовки студентов медицинских университетов Республики Казахстан является употребление психоактивных веществ.
- В этой связи, внедрение в нашей Республике с 2000 года проекта ВОЗ «Здоровые Университеты» крайне актуально.
- Внедрение проекта ВОЗ «Здоровые университеты» является одним из рычагов формирования ЗОЖ у молодежи.

Причины употребления психоактивных веществ

- Употребление психоактивных веществ студентами университетов Республики Казахстан обусловлено рядом факторов:

В высших учебных заведениях основной акцент делается на образовательную составляющую, а воспитательная, в большей степени остаётся «вне поля зрения». «Львиная» доля времени студента используется непосредственно в учебном процессе. В свободное от обучения время студент сомоорганизован, сам выбирает формы и способы проведения досуга.

Для молодых людей, студентов, поступление и обучение в ВУЗе – это один из самых первых самостоятельных шагов во «взрослой» жизни, но многие из них на практике оказываются к этому не готовы. Отсутствие постоянного контроля со стороны родителей, наличие первых финансовых средств, которыми можно распоряжаться по своему усмотрению, иногда приводят к неверному выбору пути.

Существующая культура поведения студентов, сложившаяся годами в том или ином ВУЗе, не может не накладывать свой отпечаток на студентов младших курсов. Причем отдельные элементы студенческой субкультуры не всегда носят позитивный характер.

«КГМУ-вуз здорового образа жизни»

- В этой связи для сохранения здоровья студентов и сотрудников КГМУ проводит ряд оздоровительных, научных и культурных мероприятий.
- Основной идеей проведения данных мероприятий является проявление **инициативы самих студентов**. Ведь именно давая возможность молодым принять на себя ответственность за партнерство в социально значимой среде, мы воспитываем здоровое активное поколение, способное противостоять «дурным влияниям».
- Для создания системы противодействия внедрению наркотиков, алкоголизма и курения в студенческую среду КГМУ регулярно проводят различные мероприятия вовлекающие студентов в активную деятельность.

Так держать, Спортклуб !

Ансамбль «Қаракөз»

Футбольная команда КГМУ

31 мая - Всемирный день отказа от курения

- 28 мая 2014 года классный руководитель группы 105 КОМ медицинского колледжа КГМУ Е. Д. Ярославцева провела классный час, посвящённый Всемирному дню отказа от курения. Этот праздник отмечают 31 мая. Это дата, посвящен борьбе с такой пагубной привычкой как курение.
- Классный час прошёл в виде круглого стола, целями которого стали:
- Первичная профилактика никотиновой зависимости.
- Содействие формированию здорового образа жизни.
- Воспитание психически здорового, личностно развитого человека, способного самостоятельно справляться с собственными психологическими затруднениями и жизненными проблемами.
- В ходе круглого стола были показаны презентации, поучительные видеоролики о вреде табакокурения. Обучающиеся группы читали стихи, вели дискуссию, делали выводы по данной теме.

Курение или здоровье? Выбирайте сами!

- 15 мая 2014 года интернами 7 курса, членами КССУ, сектора «ЗОЖ» в СШ № 73 для учеников 8 класса был проведен урок в виде лекции на тему «О вреде курения».
- **Цель мероприятия**

информирование учащихся о вреде табака и снижение распространения табачной зависимости, вовлечение в борьбу против курения всех слоев населения.

- О вреде курения можно привести много аргументов, выбор за тобой!

Оздоровительные мероприятия: «Қаракөз» провели мастер-класс

- В нашем университете уже давно существует народный ансамбль восточного танца «Қаракөз».
- «Қаракөз» один из сильнейших танцевальных коллективов по городу Караганда.
- 22 Января 2015 года «Қаракөз» показали свое мастерство, провели мастер-класс новичкам, обучили присутствующих некоторым движениям.
- Участники ансамбля с воодушевлением и огромным интузиазмом рассказали о своем клубе, пригласили всех желающих заниматься в «Қаракөз».
- Многие наши девочки с удовольствием приняли предложение, все участники ведут и пропагандируют ЗОЖ .

Оздоровительные мероприятия: Поход выходного дня.

- В субботу, 28 декабря 2014 года состоялся первый в этом сезоне лыжный поход выходного дня.
- В заснеженную степь за Юго-Востоком Караганды отправились студенты 2-го – 6-го курсов специальности «Общая медицина».
- Природа приготовила сюрпризы: солнце в начале поездки сменилось порывистым ветром, который сопровождался снегопадом и метелью. Приходилось двигаться против ледяного степного ветра, который швырял в лицо комья снега, но отступать никто не собирался.
- Пройдя мимо замёрзшей степной речки и высокого отвала, поднялись на возвышенность Не обошлось без стремительных спусков, падений в глубокий снег, радости новых впечатлений и громкого смеха.
- На обратной дороге, приближаясь к условному «финишу», наконец, увидели долгожданное солнце и синее небо. Уже сидя в тёплой университетской «газели», которую нам предоставляет в таких поездках руководство вуза, все обменивались впечатлениями от увиденного, и о тех небольших приключениях, которые сообща пережили, но, всё-таки остались довольны…

Оздоровительные мероприятия: Футбольный праздник

- Замечательный праздник – чемпионат университета по мини-футболу организовал спортивный клуб КГМУ совместно с ОО «Независимый профсоюз сотрудников и студентов КГМУ». На протяжении двух месяцев, каждые субботу-воскресенье в спортивном зале №2 шли жаркие футбольные баталии–семь сборных общежитий КГМУ + сборная команда Кар ГУ, выясняли чей же коллектив является сильнейшим на футбольном поле.
- Турнир моментально вызвал повышенный интерес у любителей футбола. Все призеры первенства были награждены комплектами профессиональной футбольной экипировки и остались очень довольны завоеванными призами.
- Также начальник спортивного клуба КГМУ отметил возросший класс участников этого первенства по сравнению с предыдущим розыгрышем и пригласил всех желающих стать участниками III чемпионата КГМУ по мини-футболу, стартующего в феврале 2015 года.

Культурные мероприятия: В ритме вальса.

- В спорткомплексе им. Н. Абдирова, Отдел воспитательной и социальной работы со студентами провел торжественный бал-конкурс «В ритме вальса».
- В конкурсной программе участвовали студенты разных факультетов университета и колледжа. В ходе конкурса участники демонстрировали творческие способности, эрудицию, обаяние, культуру речи, актерское мастерство, художественные способности, умение подать себя и многое другое.

Научные мероприятия: Академическая мобильность

- В нашем Медицинском Университете работает отличная программа «Академическая мобильность». Благодаря ей, с 20 по 27 июля мне посчастливилось проходить обучение, выступить с докладом в Университете Барселоны (Universitat de Barcelona, Vikarectorat de Politica Internacional, Испания).
- В процессе насыщенной мобилизации я получила обширные сведения по организационным работам в сфере здравоохранения, а так же воспользовалась уникальной возможностью для совершенствования знаний медицинского английского языка. Нами были охвачены глобальные темы заболеваний, таких как: туберкулез, злокачественные опухоли, заболевания сердечнососудистой системы, табакозависимость и пандемии Африки. С точки зрения организации здравоохранения во время программы в этой европейской стране была хорошая возможность познакомиться с нашими будущими коллегами из других стран, адаптироваться в новой среде.

Научные мероприятия: активная научная деятельность

Часто студенты выступают с докладами не только на заседаниях научных кружков и студенческих научных конференциях родного вуза, но и на других форумах, где принимают участие студенты разных институтов, представители других стран В целом все это позволяет ощутимо повышать эффективность

Целевая программа на 2015-2020 года

В результате изучения опыта зарубежных вузов по борьбе с употреблением психоактивных веществ предлагаю провести в медицинских вузах целевую программу в 2015-2020 г

Целевые индикаторы:

- Мониторинг качества жизни студентов университета;
- Система улучшения жилищных условий студентов,аспирантов,ординаторов и интернов университета;
- Организация комнат отдыха и психологической разгрузки в учебных корпусах.

Выводы:

- Здоровье студентов-медиков, профессорско-преподавательского состава и медицинских работников в целом является важным государственным ресурсом, существенно влияющим на социально-экономический потенциал страны.
- В этой связи сохранение здоровья студентов и сотрудников КГМУ предполагает комплекс оздоровительных, научных и культурных мероприятий, объединенных единой целью и задачами, которые реализуются по имеющейся в КГМУ целевой программе в рамках созданной управленческой структуры.
- Все вышеуказанные мероприятия носят регулярный характер и оказывают положительный эффект физического ,нравственного ,научного и культурных мероприятий для воспитания студентов медиков, в рамках проекта ВОЗ «Здоровые университеты».

Спасибо за внимание!