Государственный медицинский университет г. Семей

ЗДОРОВЫЕ УНИВЕРСИТЕТЫ:
«Тренажеры вместо капельниц»

Начало проекта: 25.02.2015
Завершение проекта: 10.06.2015

Актуальность

В настоящее время вопрос о здоровье и здоровом образе жизни становится все более актуальным, особенно среди студентов, так как они, несмотря на свой молодой возраст попадают под пагубное влияние социума, друзей, коллег и тем самым, разрушают себя.

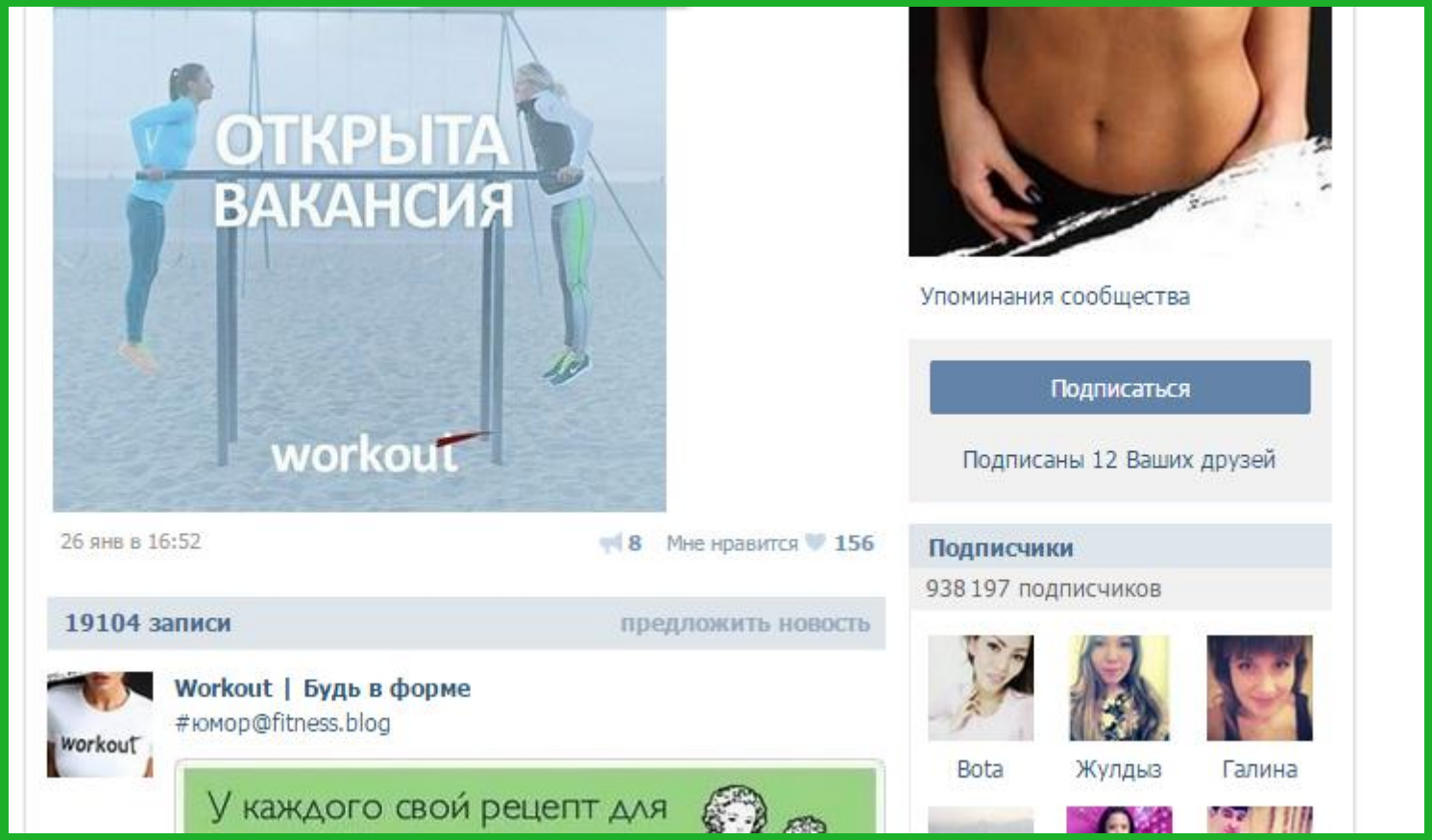
Показатели по «студенческим заболеваниям» таким как сколиоз, проблемы со зрением, гастрит остаются на одном уровне.

Новизна

- ФАКТЫ
- 1. Цитата: «Всего 10 лет назад количество интернет-пользователей не достигало и 4% населения, сегодня эта цифра выросла до 12 млн. человек. Во всех городах и многих районных центрах казахстанцы пользуются интернетом на скоростях 3G, а в областных центрах запущены услуги 4G, параллельно внедряется проводная технология FTTH», - рассказал Председатель Агентства Республики Казахстан по связи и информации А.Жумагалиев

- 2. The Impact of Social Media on Children, Adolescents, and Families
- Gwenn Schurgin O'Keeffe, MD,
- Kathleen Clarke-Pearson, MD, 2011

3. Workout Вконтакте



4. http://expertonline.kz/a3697/

Лола Малахова. – Тот или иной уровень – это набор предлагаемых услуг. Это качество, сервис, уровень используемого оборудования и технологии, которые применяются».

Средняя ежемесячная стоимость в профессиональных клубах эконом-класса мегаполисов составляет 6–30 тыс. тенге. Лоу-энд представлен целым рядом клубов, предоставляющих усеченный вариант фитнес-услуг (зачастую все заканчивается аэробикой). Стоимость в этом сегменте варьируется в районе шести тысяч тенге ежемесячно.

В регионах стоимость фитнес-услуг распределена в интервале от 4 до 40 тыс. тенге, в этот промежуток укладываются все сегменты.

Цель проекта

- Определить путем комплексного мониторинга состояние здоровья студентов исследуемой и контрольной групп до и после 3-ех месячных занятий в спортзале.

Дизайн исследования

- Проспективное когортное исследование

Задачи и индикаторы

1. Изучить тенденции молодежи к ведению здорового образа жизни.

Индикаторы:

- **The Impact of Social Media on Children, Adolescents, and Families**
- **Gwenn Schurgin O'Keeffe, MD,**
- **Kathleen Clarke-Pearson, MD, 2011**

2. Доказать эффективность «фитнес программ» на изменение образа жизни студентов.

Индикаторы:

Комплексное обследование состояния физического и психического состояния исследуемой и контрольной групп

Задачи и индикаторы

3. Проанализировать итоги проекта и разработать план дальнейших действий
Индикаторы:

- **Повторное комплексное обследование состояния физического и психического состояния исследуемой и контрольной групп**
- **Итоговый отчет**

Проблема формирования ЗОЖ

Изучение тенденции молодежи к ведению здорового образа жизни.

Лит. обзор

Зарубежной литературы

Отечественной литературы

Промежуточный отчет

03.2015

Определение состояния здоровья исследуемых групп

Психического

Физического

03.2015

03.2015

Обработка данных

03.2015

Разработка мероприятий направленных на оздоровление

Обеспечение условиями занятии фитнесом

03.2015

Промежуточный отчет

Разработческо- аналитический этап

Итоговый отчет

06.2015

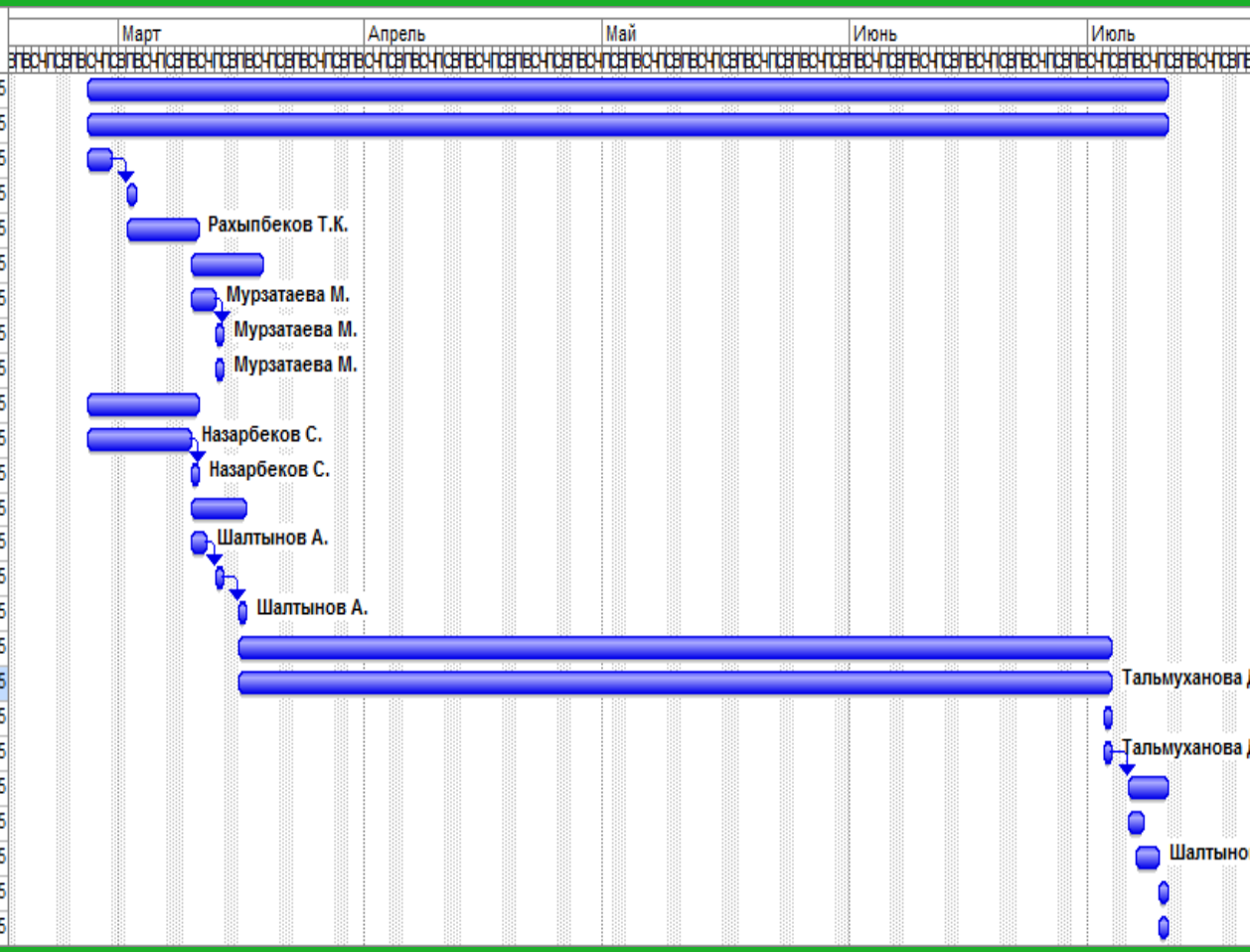
Анализ проекта

Повторный мониторинг

Планы на будущее

Диаграмма Ганта

Ид.		Название задачи	ительнос	Начало
1		**Тренажеры вместо капельниц**	98 дней?	Ср 25.02.15
2		**План проекта**	98 дней?	Ср 25.02.15
3		Разработка протокола исследования	3 дней?	Ср 25.02.15
4		Утверждение протокола исследования	1 день?	Пн 02.03.15
5		**Экспертная оценка проекта**	7 дней	Пн 02.03.15
6		**Подготовка к исследованию**	7 дней	Вт 10.03.15
7		Создание команды исполнителей	3 дней?	Вт 10.03.15
8		Обучение команды исполнителей	1 день?	Пт 13.03.15
9		Готовность команды к исполнению	1 день?	Пт 13.03.15
10		**Изучение международного опыта**	10 дней?	Ср 25.02.15
11		Литературный обзор отечественной и заруб	9 дней?	Ср 25.02.15
12		Промежуточный отчет	1 день?	Вт 10.03.15
13		**Проведение исследования**	5 дней?	Вт 10.03.15
14		Формирование выборок	2 дней?	Вт 10.03.15
15		Комплексный анализ состояния здоровья	1 день?	Пт 13.03.15
16		Обработка данных	1 день?	Пн 16.03.15
17		**Разработка мероприятий направленных н**	80 дней?	Пн 16.03.15
18		Покупка абонементов	80 дней?	Пн 16.03.15
19		Контроль за исследуемыми	1 день?	Пт 03.07.15
20		Промежуточный отчет	1 день?	Пт 03.07.15
21		**Разработческо-аналитический этап**	5 дней?	Пн 06.07.15
22		Повторный комплексный анализ	2 дней?	Пн 06.07.15
23		Анализ результатов	3 дней?	Вт 07.07.15
24		Итоговый отчет	1 день?	Пт 10.07.15
25		Планирование на будущее (вне рамок проект	1 день?	Пт 10.07.15



Участники команды

ФИО	Экспертиза и опыт	Роль в проекте	Ответственность
Шалтынов Асхат	Студент 4-го курса ГМУ г. Семей Факультета «Общественное здравоохранение»	Главный исследователь	•Общая координация проекта •Решение проблем •Контроль за разработкой доклада •Ведущая роль во взаимодействии с партнерами и спонсорами
Мурзатаева Мадина	Студент 5-го курса ГМУ г. Семей Факультета «Общественное здравоохранение»	Менеджер проекта	•Разработка протокола и одобрение этическим комитетом •Создание команды разработчиков проекта •Координация работы в команде •Организация встреч и конференций •Разработки в системе бюджетирования •Осуществление контроля исполнения бюджета
Рахыпбеков Толебай Косиябекович	Ректор ГМУ г.Семей	Эксперт	•Обучение команды •Коррекция

Участники команды

ФИО	Экспертиза и опыт	Роль в проекте	Ответственность
Назарбеков Серікболсын	Студент 4-го курса ГМУ г. Семей Факультета «Общественное здравоохранение»	Исполнитель	•Разработка вопросника для студентов •Сбор данных •Качественный и количественный анализ данных •Проведение мероприятий •Взаимодействие со студенческими организациями
Тальмуханова Диана	Студент 4-го курса ГМУ г. Семей Факультета «Общественное здравоохранение»	Бухгалтер	•Документальный учет всех затраченных ресурсов •Составление отчетов

Рамки коммуникации

Вид	Способ	Периодичность	Темы	Ответсвенное лицо
Прогресс проекта	По электронной почте	Еженедельно	Прогресс работы и выполненных задач	Руководитель проекта
Заседание команды проекта	Персональное участие	Ежемесячно	Мониторинг проекта резолюции Решение проблемы Написание статей	Руководитель проекта
Конференция	Персональное участие	Заключительный этап проекта	Обсуждение результатов Рекомендации Планы на будущее	Руководитель проекта

Отчеты по проекту

Вид	Сроки	Темы	Принимающие	Формат
Промежуточные отчеты	После каждого этапа	Результаты	Менеджер проекта	Внутренний формат
Отчет о проделанной работе	Раз в месяц	Результаты проекта	Руководитель проекта	Внутренний или формат предложенный спонсорами
Итоговый отчет	В конце проекта	Результаты всего проекта	Руководитель проекта	Внутренний или формат предложенный спонсорами

Финансовое обоснование

Пункт	Описание	Цена
Абонементы	25 чел. на 3 месяца	375 000 тенге
Бумага для принтера	2 пачки по 500 листов	1200 тенге
Краска для принтера	Картридж (лазерный п.)	1000 тенге
Затраты на транспорт для исполнителей	3 месяца	5760 тенге
Всего:		382 960тенге

Ожидаемые результаты

- Комплексное улучшение состояния здоровья исследуемой группы, для дальнейшего влияния на создание доступной сети тренажерных залов при зданиях общежитий.

Сегодня

профилактическая медицина должна **МОТИВИРОВАТЬ** и учитывать

ПОТРЕБНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ

Спасибо за внимание!