

1. *Веснина, В. А.* Увеличение уровня двигательной активности студентов с помощью использования мобильных технологий / В. А. Веснина, А. Ю. Осипов, Н. В. Стародубцева // Проблемы современного педагогического образования. 2019. № 62-2. С. 48-53.

2. *Морозов, В. О.* Концептуальная основа здоровьесбережения студентов в образовательной среде вуза / В. О. Морозов, О. В. Морозов // Глобальный научный потенциал. 2021. № 12 (129). С. 117-120.

3. *Новоселова, Г. А.* Здоровьесберегающие образовательные технологии в современном вузе / Г. А. Новоселова, Е. Г. Фоменко, Е. А. Колькина // Современные проблемы науки и образования. 2019. № 5. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=29185> (дата обращения: 21.03.2024).

4. *Осипов, А. Ю.* Двигательная активность, как основное средство формирования здоровьесберегающих компетенций у студентов / А. Ю. Осипов, А. В. Вапаева, А. В. Антонова, А. Ю. Чижов // Вестник КГПУ имени В.П. Астафьева. 2012. № 3 (21). С. 115-119.

5. *Осипов, А. Ю.* Формирование здоровьесберегающих компетенций будущих специалистов средствами физического воспитания / А. Ю. Осипов, Л. А. Гольм, С. А. Михайлова // Вестник Череповецкого государственного университета. 2012. № 2-2 (39). С. 178-182.

УДК 613.9; 796.01; 374

Хозяинова Т.К.

Khoziainova T.K.

Российский государственный профессионально-педагогический университет

г. Екатеринбург, Россия

Russian State Vocational Pedagogical University

Yekaterinburg, Russia

hozainova-208@yandex.ru

О ПРЕДРАСПОЛОЖЕННОСТИ ТРЕНЕРОВ-ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ К ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ ЗАБОЛЕВАНИЯМ

ABOUT THE PREDISPOSITION OF TRAINERS-TEACHERS TO OCCUPATIONAL DISEASES

Аннотация. Рассмотрены вопросы здоровья населения и уровень заболеваемости; профессиональная деятельность тренера-преподавателя и его риски к предрасположенности к заболеваниям, а также отношение работодателя к профилактике заболеваемости сотрудников (на примере деятельности спортивной школы олимпийского резерва «Академия хоккея «Спартак», Екатеринбург).

Ключевые слова: здоровье, тренер-преподаватель, медицинский осмотр.

Annotation. The issues of public health and the level of morbidity are considered; the professional activity of a coach-teacher and his risks to predisposition to diseases, as well as the employer's attitude to the prevention of morbidity of employees (using the example

of the activities of the Olympic reserve sports school "Spartakovets Hockey Academy", Yekaterinburg).

Keywords: health, trainer-teacher, medical examination.

Вопросы здоровья важны для государства, важны для человека. По данным ученых Артюниной Г.П., Гончар Н.Т., Игнатьковой С.А. здоровье населения на 12% зависит от медицины, на 25% – от наследственности, на 25% – от воздействия внешней среды, на 38% – от образа жизни людей. По прогнозам Минздрава РФ хроническая заболеваемость населения в 2024 году подходит к 93%, в 2023 году она составляла 75%. Треть населения является условно здоровой, большинство – с различными функциональными отклонениями в здоровье или с несколькими заболеваниями, 6,8% – с группой инвалидности. Это болезни органов дыхания, эндокринной системы, нарушений обмена веществ, органов пищеварения, костно-мышечной системы, сердечно-сосудистой, органов зрения [1]. Это при том, что одной из приоритетных задач Основ государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 года является «...формирование ценностей здорового образа жизни, создание условий для физического развития молодежи, формирование экологической культуры, а также повышение уровня культуры безопасности жизнедеятельности молодежи».

Что касается самооценки своего здоровья, то молодые люди до 35 лет воспринимают проблемы со здоровьем как результат собственной деятельности, работники старших возрастных групп – как результат внешних обстоятельств [2]. Поэтому вопрос о безопасном труде и заболеваниях, связанных с профессиональной деятельностью человека сегодня актуален как никогда.

Возьмем профессиональную деятельность тренера-преподавателя.

Родители с надеждой и воодушевлением приводят своего ребенка в спортивную секцию, где тренер-преподаватель станет достойным примером для подражания. Действительно, тренер – это воплощение лучших человеческих качеств в одном лице: заботливый, выдержанный, любящий и защищающий интересы воспитанника; прощающий ошибки, не повышающий голоса; имеющий самообладание, чувство юмора; держащий связь с родителями.

В идеале, на самом деле, каждый тренер-преподаватель стремится к достижению именно таких характеристик. Но давайте рассмотрим, с какими проблемами труда и отдыха сталкивается тренер, на примере тренера-преподавателя по виду спорта хоккей.

Цель нашего исследования заключалась в определении рисков предрасположенности к профессиональным заболеваниям тренеров-преподавателей по хоккею.

Специфика вида спорта хоккей требует от тренера-преподавателя находиться на льду по несколько часов подряд в день (4 – 6 часов), практически ежедневно (т.е. на холоде). Особенно, если это тренер групп спортсменов учебно-тренировочного этапа и совершенствования спортивного мастерства. В будние дни проходят учебно-тренировочные занятия, в выходные – соревнования.

На тренировках и особенно на соревнованиях тренера переполняют эмоции, переживания и стресс (за результативность спортсменов на матчах), что отнимает много сил.

Жизнь тренера-преподавателя по хоккею проходит в постоянных разъездах от места к месту проведения соревнований. На переезды (автобус, поезд, реже самолет) затрачивается в среднем 40-60 часов в месяц. Часто случается, так, что день, на который выпадает выходной у тренера, уходит не на отдых, а на проезд с очередного прошедшего соревнования.

Тренер совершает поездки с группой детей, за которую несет личную ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников. Таким образом, тренер круглосуточно находится в постоянном напряжении и выдерживает колоссальную психологическую нагрузку.

Кроме того, чаще всего, за редким исключением, тренеры-преподаватели по виду спорта хоккей, будучи спортсменами в свое время, не обошлись без таких профессиональных хоккейных повреждений как ушибы, разрывы связок, переломы с локализацией различных мест повреждений (колени, позвоночник и плечевые суставы, голова, лицо и пр.), которые с возрастом всё чаще и чаще дают о себе знать. Высокий уровень механического стресса, воздействия низких температур могли способствовать распространению артрозов, болезней позвоночника, поражения локтевого, лучезапястного, крестцово-подвздошного и тазобедренного суставов.

Таким образом, мы видим внутренние проблемы тренера: постоянный стресс, повышенная ответственность, застарелые хронические болевые ощущения и заболевания, отсутствие полноценного отдыха.

Поэтому, можно сделать вывод, что предрасположенность к профессиональным заболеваниям у тренеров-преподавателей по хоккею очень высока.

Безусловно такой режим труда и отдыха тренера-преподавателя требует от работодателя пристального внимания к вопросам влияния профессиональных рисков на здоровье и минимизирования профессионального выгорания работников.

Каждая организация обязана обеспечить ежегодный медицинский осмотр контингента работающих за счет средств работодателя, согласно приказу Министерства здравоохранения Российской Федерации от 28.01.2021 № 29н [4].

Для предупреждения болезней или выявления их ранних стадий развития очень важно выделять время на профилактические медицинские осмотры. Они являются одним из самых главных мер для поддержания здоровья населения с целью защиты и лечения от различных заболеваний [1].

Например, в спортивной школе олимпийского резерва «Академия хоккея «Спартак» (г. Екатеринбург) (далее – Академия) с целью предупреждения возможных профессиональных заболеваний регулярно проводятся медицинские осмотры. Для организации и проведения этой работы приказом по Академии определяется ответственный исполнитель, определяются сроки и время проведения медосмотров. При приеме на работу проводятся предварительные медосмотры с целью определения возможности допуска к профессии. Согласно результатам медицинских осмотров работников допуск к работе тренеров-преподавателей имеется в 100% случаях. Тренеры-преподаватели по хоккею практически не болеют, соответственно не используют больничные листы. Поддержание фактического состояния здоровья тренеров-преподавателей является ключевым вопросом для спортивной образовательной организации. Особое значение приобретают инвестиции в кадры – мотивация работников, уполномоченных лиц посредством участия в решении вопросов охраны труда [5]. Производственные условия труда работника составляют основу производственной инфраструктуры Академии и направлены на решение ряда задач, таких как сохранение здоровья работника на рабочем месте, создание благоприятной рабочей среды, соблюдение баланса работы и отдыха, предупреждение возникновения профессиональных заболеваний.

Инфраструктура Академии имеет все необходимые ресурсы для желающих поддерживать, укреплять своё здоровье и ведения здорового образа жизни: спортивные и тренажерные залы, медицинский блок, сауна, столовая, зона отдыха, оснащенные современными инвентарем и оборудованием. Также работает профессиональный психолог.

Безусловно данная инфраструктура, в первую очередь, служит спортсменам Академии в непрерывном процессе подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Свердловской области и Российской Федерации, для хоккейного клуба «Автомобилист». Но также любой сотрудник, тренер-преподаватель имеет возможность пользоваться в своих интересах объектом, предварительно согласовав график посещения той или иной зоны (во избежание накладок в расписании) с руководством.

Кроме того, в любое время сотрудники могут обратиться к психологу. При необходимости, каждый может обратиться за профессиональной медицинской помощью к штатному медицинскому работнику. В столовой ежедневно разрабатывается меню с расчетом калорийности; разнообразие блюд позволяют

каждому подобрать себе подходящее питание. Так, работодатель способствует предупреждению профессиональных заболеваний, формированию здорового образа жизни своих сотрудников.

Образ жизни (поведение человека, способы жизнедеятельности, поддержание здоровья, отсутствие вредных привычек и др.) предопределяет механизмы адаптации организма человека к условиям окружающей среды, гармоничное взаимодействие всех органов и систем органов, способствующее полноценному выполнению им социальных функций и достижению продолжительной жизни [3]. Образ жизни относится к факторам, непосредственно влияющим на здоровье.

В заключение хотелось отметить, что трудовая молодежь является наиболее социально-уязвимой группой, которая подвержена различным социальным рискам. Старшее поколение сотрудников уязвима в ухудшении состоянии здоровья. Тренеры-преподаватели особая категория специалистов, нуждающаяся в пристальном внимании со стороны работодателей, чтобы окружить их своей заботой и поддержкой, обеспечив комфортные условия труда. И особое внимание необходимо уделять организации медицинских осмотров работающих для профилактики профессиональных заболеваний.

Библиографический список:

1. *Грамотность* населения в вопросах здоровья / Н. М. Попова, А. Л. Зарипова [и др.] // Ростовский научный вестник. 2023. № 5. С. 54-58. ISSN 2782-2125. Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. URL: <https://e.lanbook.com/journal/issue/335819> (дата обращения: 20.03.2024). Режим доступа: для авториз. пользователей. С. 1.

2. *Григорьев, И.В.* Показатели и каналы получения информации о состоянии здоровья работников по фазам жизненного цикла / И. В. Григорьев // Современная экономика: проблемы и решения. 2021. № 12. С. 58-75. ISSN 2078-9017. Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. URL: <https://e.lanbook.com/journal/issue/319313> (дата обращения: 21.03.2024). Режим доступа: для авториз. пользователей. С. 15.

3. *Культура – человек – философия: к проблеме интеграции и развития* // Вопросы философии. 2020. № 2. С. 61-63.

4. *Приказ* Министерства здравоохранения Российской Федерации от 28.01.2021 № 29н «Об утверждении порядка проведения обязательных предварительных и периодических медицинских осмотров работников, предусмотренных частью четвертой статьи 213 трудового кодекса Российской Федерации, перечня медицинских противопоказаний к осуществлению работ с вредными и (или) опасными производственными факторами, а также работам, при выполнении которых проводятся обязательные предварительные и периодические медицинские осмотры» [Электронный ресурс] // <https://normativ.kontur.ru/document?moduleId=1&documentId=416520> (дата обращения: 22.03.2024).

5. *Хомякова, В.С.* Социальное партнерство в сфере труда в условиях регуляторной гильотины / В. С. Хомякова, Н. В. Гущина // Вестник Прикамского социального института. 2022. № 2. С. 65-70. ISSN 2071-3622. Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система.

УДК 376.24

Черемнов К.Ю., Комлева С.В.

Cheremnov K.Y., Komleva S.V.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,

г. Екатеринбург, Россия

Russian state professional Pedagogical University,

Yekaterinburg, Russia

**ПРОБЛЕМА СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВОМ
АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ**

**THE PROBLEM OF PRESERVING THE HEALTH OF CHILDREN WITH
AUTISM SPECTRUM DISORDER IN PRIMARY SCHOOL**

Аннотация: Проблема сохранения здоровья детей с расстройством аутистического спектра в начальной школе через занятия физической культурой считается «наилучшей практикой» для уменьшения симптомов аутизма и максимизации функционирования детей. Многие исследования доказали эффективность, в частности, раннего интенсивного поведенческого вмешательства, и в некоторых случаях улучшения были впечатляющими, когда дети выходили из аутистического спектра. Цель данной работы рассмотреть сохранение здоровья детей с расстройством аутистического спектра в начальной школе.

Ключевые слова: расстройство, спектр, начальная школа, аутизм, задержка развития

Abstract: The problem of preserving the health of children with autism spectrum disorder in primary school through physical education classes is considered the “best practice” for reducing autism symptoms and maximizing the functioning of children. Many studies have shown the effectiveness of early intensive behavioral intervention in particular, and in some cases the improvements have been dramatic when children move beyond the autism spectrum. The purpose of this work is to consider maintaining the health of children with autism spectrum disorder in elementary school.

Keywords: disorder, spectrum, primary school, autism, developmental delay

Существует недостаточное количество литературы, изучающей качество жизни, связанное со здоровьем, в популяциях с задержкой развития нервной системы, включая детей с нарушениями речевого развития и детей с расстройствами аутистического спектра.

Качество жизни, связанное со здоровьем, в этих двух группах остается малоизученным. Кроме того, исследования, как правило, опирались на отчеты воспитателей и учителей, а не на самоотчеты. Психолого-педагогическое