

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Национальный исследовательский ядерный университет «МИФИ»
Болгодонский инженерно-технический институт –
филиал федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования
«Национальный исследовательский ядерный университет «МИФИ»
(ВИТИ НИЯУ МИФИ)



Утверждаю
Руководитель ВИТИ НИЯУ МИФИ

В. А. Руденко

2021 год

Комплексная программа
Здоровьесбережения студентов
на 2021-2025г.

2021г

1. Пояснительная записка

Неоспоримым качеством, которое лежит в основе успешного формирования социально активной личности, является состояние ее здоровья. Однако следует признать, что для современного периода развития общества, наоборот, характерно резкое ухудшение физического, психического и нравственного здоровья, понижение резервов жизнедеятельности человека. Анализ состояния здоровья студенческой молодежи убеждает в том, что существовавшая система его формирования значительно подорвана, а новая только создается. Отсутствуют реальные социальные и экономические возможности, способные повлиять на причины сдвигов здоровья отдельного человека и нации в целом. Не исключено, что в этом кроется одна из причин пренебрежительного отношения большей части студенчества к своему здоровью, к здоровому образу жизни.

Необходимо также отметить, что здоровье студенческой молодежи является одним из важнейших условий эффективного ее участия в образовании. Различные отклонения и ухудшения в здоровье, возникающие в процессе обучения, являются препятствиями в достижении успехов в образовательном процессе вуза. Для обеспечения достижения обучающимися уровня профессиональной подготовки не ниже соответствующего Государственному образовательному стандарту необходимо в учебно-воспитательном процессе уделять существенное внимание сохранению, а по возможности и укреплению их здоровья.

Таким образом, существует потребность в формировании здорового образа жизни студенческой молодежи как фактора ее профессиональной конкурентоспособности.

2. Цели и задачи программы.

Цель Программы - реализация системы работы по формированию устойчивой ценностной ориентации студенческой молодежи на здоровый образ жизни.

Задачи программы:

1. Формирование культуры здоровья студентов на основе осознания здоровья как ценности.
2. Создание приоритета здорового образа жизни через осознание ценности здоровья.
3. Создание ситуации нетерпимого отношения ко всем видам психоактивных веществ (ПАВ), наркотикам, алкоголю.
4. Внедрение системы мер профилактического, адаптивного характера, связанных с оздоровительными мероприятиями, психологической поддержкой студентов.
5. Организация и создание условий для проведения медико-биологической направленности (учебно-исследовательские работы студентов, работы преподавателей кафедр, дипломное проектирование) и внедрение результатов в учебный процесс, практику подготовки студентов.

6. Внедрение комплекса образовательно-просветительских программ, направленных на приобретение студентами знаний, умений и навыков сохранения и укрепления здоровья.

3. Направления реализации Программы

Основные направления реализации Программы определяются ее целями и задачами и включают в себя следующие разделы:

- **информационно-образовательный**, который предусматривает разработку и внедрение комплекса образовательных программ в форме лекtorиев, профессорских чтений, круглых столов, конференций, семинаров и тренингов, направленных на приобретение студентами знаний, умений и навыков сохранения и укрепления здоровья, формирования культуры здоровья. Основной целью реализации данного направления явилась деятельность, направленная на саморазвитие навыков здоровьесбережения (см. рис.1).

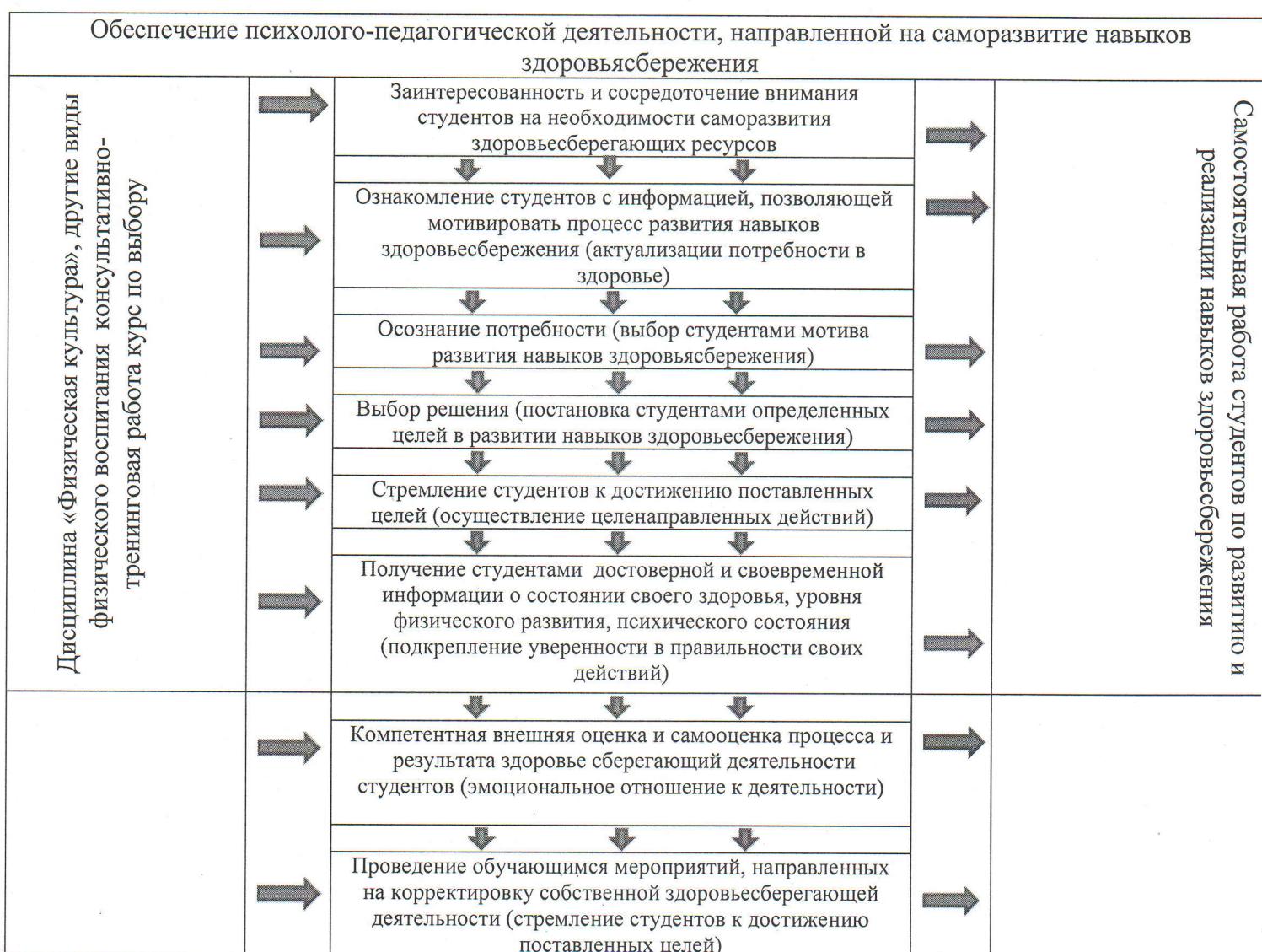


Рис. 1. Обеспечение психолого-педагогической деятельности, направленной на саморазвитие навыков здоровьесбережения

Самостоятельная работа студентов по развитию и реализации навыков здоровьесбережения

- **психолого-педагогический**, включающий разработку и проведение психологических тренингов, направленных на формирование осознанности студентами здоровья как ценности; проведение психологических консультаций студентов по различным проблемам личностного характера.
- **профилактический**, направленный на организацию и совершенствование работы по профилактике алкоголизма, наркомании, табакокурения, суициального поведения среди студентов..
- **оздоровительный**, направленный на систематическую деятельность по физическому воспитанию студенческой молодежи.

4. Правовое обоснование Программы

Правовую основу программы составляют Конституция Российской Федерации, указы Президента Российской Федерации, устав института, постановления ученого совета, приказы ректора, правила внутреннего распорядка и иные правовые нормы, действующие на территории ВИТИ НИЯУ МИФИ.

5. План реализации программы

№ п/п	Мероприятия	Сроки проведения
1. Информационно – образовательные		
1.	Участие в реализации общегородской молодежной программы, а также во всех мероприятиях проводимых Министерством по ДМ, спорту и туризму УР и Управления по делам молодежи администрации г Волгодонска по профилактике наркомании, алкоголизма, курения, токсикомании, суициального поведения и ВИЧ-инфекции среди студентов	В течение года
2.	Участие в городском конкурсе программ и проектов молодежных и общественных объединений.	В течение года
3.	Сотрудничество с ПДН УВД г Волгодонска по вопросам профилактики наркомании, алкоголизма, курения, токсикомании и ВИЧ-инфекции среди студентов ВИТИ НИЯУ МИФИ .	В течение года
4.	Разработка методических рекомендаций по профилактике наркомании, алкоголизма, курения, токсикомании и ВИЧ-инфекции	В течение года
5.	Проведение кураторских часов по вопросам профилактики наркомании, алкоголизма, курения, токсикомании и ВИЧ-инфекции среди студентов института и техникума.	В течение года
6.	В студенческом телевидении» организовать включить рубрику «Наркологи предупреждают»	В течение года
7.	Формирование банка данных о студентах, находящихся в социально-опасном положении	В течение года
8.	Создание и размещение информационных стендов о пагубных последствиях употребления никотина, наркотических веществ, алкоголя, о проблеме СПИДа	В течение года
9.	Конкурс социальной рекламы (плакатов, слоганов) антиникотиновой, антинаркотической и антиалкогольной направленности	Апрель
10.	Конкурс сочинений - размышлений студентов на тему «Наркотики – опасная игра», «Может ли хороший человек быть наркоманом?»	Март
	Чтение лекций и распространение полиграфической продукции антиникотиновой, антиалкогольной и антинаркотической направленности врачами городской поликлиники	В течение года

11.	(по графику)	
12.	Преподавание специальных уроков «Культура здоровья», «Профилактика аутоагрессии», «Физиологические основы наркомании, токсикомании, алкоголизма и курения», «Способы оздоровления» для студентов всех факультетов	В течение года
13.	Тематические кураторские часы в академических группах (беседы, лекции, диспуты).	В течение года
14.	Изготовление и распространение средства наглядной агитации для повышения уровня наркологической грамотности	В течение года
15.	Проведение студенческих акций «Мы за будущее без наркотиков»	Октябрь – ноябрь
16.	Организация круглого стола для студентов «В нашей жизни нет места наркотикам»	Февраль
17.	Проведение в студенческих общежитиях бесед с врачом о здоровом образе жизни	В течение года
18.	Проведение в студенческих общежитиях конкурса газет на тему: «Мы против наркотиков»	В течение года
19.	Размещение на сайте института, информационных стендах студенческих общежитий актуальной информации по проблемам духовного, нравственного и физического здоровья молодежи	

2. Формирование потребности в здоровом образе жизни

1.	Расширение сети кружков, секций и клубов по интересам	В течение года
2.	Работа Добровольного спортивного общества ВИТИ НИЯУ МИФИ	В течение года
3.	Разработка индивидуальных и коллективных программ оздоровления студентов	В течение года
4.	Организация досугового времени студентов на принципах формирования здорового образа жизни, участие студентов в художественной самодеятельности, творческих объединениях, строительных отрядах, спортивных секциях, клубах по интересам, отрядах охраны правопорядка, защиты природы, благотворительной деятельности и др.	В течение года
5.	Проведение мероприятий по популяризации спорта и здорового образа жизни: 4.1. Организация и проведение комплекса мероприятий по вопросу оздоровления и отдыха студентов (по отдельному плану) 4.2. Участие в студенческом туристическом слете 4.3. Проведение дней здоровья на факультетах 4.4. Участие в спортивных соревнованиях различного уровня	Апрель – июль Сентябрь Апрель В течение года
6.	Организация тематических выставок литературы из фондов библиотеки по формированию у студентов культуры здоровья и здорового образа жизни.	В течение года
7.	Проведение наркологического исследования на выявление наркотической зависимости среди студентов ВИТИ НИЯУ МИФИ(по графику)	ноябрь
8	Привлечение к деятельности по формированию в образовательном пространстве института здорового образа жизни сотрудников всех структурных подразделений вуза	В течение года
9	Включение в программы послевузовского и дополнительного профессионального образования курсов, направленных на формирование здорового образа жизни.	В течение года
10	Проведение научно-практических конференций и научно-педагогических семинаров по философии здоровья	В течение года
11	Разработка и реализация на каждом факультете с учетом его специфики системы формирования у студентов негативного отношения к употреблению ПАВ, мотивации на здоровый образ жизни, мероприятий по воспитанию культуры здоровья.	В течение года
12.	Проведение Дней здорового образа жизни	В течение года

3. Психологическая поддержка

Постоянная работа кабинета психологии.

В течение года

1.		
2.	Мониторинг отношения студентов к проблемам связанным с наркоманией в молодежной среде	Ноябрь
3.	Систематический мониторинг наркологической ситуации и заболеваний СПИД, ВИЧ среди студентов института по данным анкетного опроса	В течение года
4.	Проведение целевых социологических исследований по проблемам профилактики наркомании, алкоголизма, курения, токсикомании, суициdalной направленности и ВИЧ-ИНФЕКЦИИ среди студентов .	В течение года
5.	Проведение тренинговой работы со студентами направленной на формирование устойчивой жизненной позиции.	в течение года
6.	Анкетирование студентов первого курса по вопросам адаптации к условиям обучения в вузе	Октябрь
4. Мероприятия, направленные на сохранение здоровья студентов		
1.	Ежегодная диспансеризация студентов	В течение года
2.	Организационная поддержка работы здравпункта для оказания медицинской помощи студентам.	В течение года
3.	Ежегодное оздоровление и отдых студентов .	в течение года
4.	Ежегодное оздоровление студентов в санаториях.	в течение года
5.	Организация полноценного качественного общественного питания для студентов	В течение года
6.	Организация и проведение вакцинопрофилактики, флюорографии, тестирования на употребление наркотиков, анкетирования по раннему выявлению онкологических заболеваний, обязательных ежегодных профилактических осмотров, консультаций и лечения студентов	В течение года
7.	Реализация системы морального и материального поощрения: – за активную работу по формированию здорового образа жизни, профилактике ПАВ в студенческой среде; – за активное сохранение и укрепление личного и общественного здоровья (дипломы, публикации в газетах, денежные премии за ведение здорового образа жизни.	В течение года

С целью обобщения концептуальных положений и практической реализации Программы мы обратились к построению социально-педагогической модели реализации здоровьесбережения в условиях вуза, направленного на развитие навыков ведения здорового образа жизни (см. рис.2).

Модель реализации здоровьесбережения в условиях вузовского обучения является системой, направленной на формирование и воспроизведение целостной сущности человека, его развития как единства телесного, духовного и общественного, а также ориентирующей образовательный процесс на развитие навыков здоровьесбережения.

Модель включает в себя, помимо выше обозначенных механизмов и уровней, практико-деятельностный, личностно-ориентированный и индивидуально-творческий подходы в организации в вузе здоровьесберегающего образовательного процесса.

В основе практико-деятельностного подхода в формировании навыков здоровьесбережения лежит идея о том, что только от самого субъекта, мотивированного к данного рода деятельности, можно ожидать полной самоотдачи, творческой активности, заинтересованности в самореализации своих, заложенных природой

потенциальных возможностей, активности в плане получения знаний, умений и навыков в области здоровьесбережения. При этом учитывается, что только при условии включенности индивида в здоровьесберегающую деятельность происходит формирование его сознания и развитие личности, стремящейся к укреплению своего здоровья.

Личностно-ориентированный подход предполагает направленность процесса обучения на овладение каждым студентом умениями самостоятельной здоровьесберегающей деятельности и управлением данным процессом на основе тесного сотрудничества в плане получения информации с преподавателями, психологами, кураторами и т.д.

Индивидуально-творческий подход заключается в формировании со стороны личности студентов определенного критического взгляда на собственное физическое развитие и психическое состояние, и необходимость их совершенствования. Он формируется на основе сложившегося или выбранного идеала, умений проводить анализ собственного психофизического состояния, деятельности в плане ведения здорового образа жизни, использования возможностей самостоятельной профессионально-творческой работы, направленной на здоровьесбережение.

6. Кадровое обеспечение Программы:

Служба социально-психологической поддержки студентов, Управление по воспитательной и социальной работе, спортивный клуб, Центр досуга и творчества, профессорско-преподавательский состав (деканы, заместители деканов по воспитательной и социальной работе, кураторы групп), здравпункт, профком студентов и аспирантов, органы студенческого самоуправления на факультетах.

7. Механизм реализации Программы:

Основанием для успешной реализации Программы служат материально-техническая и учебно-методическая база ВИТИ НИЯУ МИФИ. Организацию и координацию выполнения программы по утвержденному плану осуществляет зам руководителя по воспитательной и социальной работе.

Реализация задач Программы осуществляется силами структурных подразделений ВИТИ НИЯУ МИФИ по плану-графику.

Отчет о выполнении Программы заслушивается на Ученом Совете, Советах факультетов. Контроль по выполнению Программы возлагается на зам руководителя по воспитательной и социальной работе.

8. Методическое обеспечение Программы:

Учебно-методические комплексы по формированию культуры здоровья субъектов педагогического процесса; организационно-методическое обеспечение кабинетов.

9. Предполагаемые результаты реализации Программы

1. Формирование основ здорового образа жизни студенческой молодежи.
2. Создание образовательной среды, способствующей сохранению здоровья студентов.

3. Выявление условий формирования культуры здоровья будущего специалиста.
4. Развитие у студентов исследовательских навыков через научную деятельность и приобретение ими новых знаний для активного, творческого подхода к жизни.

10. Оценка эффективности Программы.

Предполагается, что реализация программы будет способствовать:

- своевременному осуществлению мониторинга в рамках изучения основных составляющих здоровья и здорового образа жизни студентов;
- определению основных направлений в реализации модели здоровьесбережения в учебно-воспитательном процессе вуза;
- повышению антинаркотической, антитабачной и антиалкогольной ориентации студенческой среды, что повлечет за собой психическое и физическое оздоровление молодежи;
- совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода.

Авторы программы:

Творческий коллектив: специалисты Управления по воспитательной и социальной работе, психолог службы социально-психологической поддержки студентов, под руководством заместителя руководителя по воспитательной и социальной работе.