

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора

от 18.12.2015 № 323-а

ПРОГРАММА

**«Профилактики заболеваний, оздоровления обучающихся,
пропаганды и обучению навыкам здорового образа жизни
и требованиям охраны труда»**

на период с 2016 по 2020 гг.

Санкт-Петербург
2015

I. Общие положения.

Программа «Профилактики заболеваний, оздоровления обучающихся, пропаганды и обучению навыкам здорового образа жизни и требованиям охраны труда» (далее, Программа) Северо-Западный институт управления – филиал Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации (далее по тексту «Институт») определяет цель, задачи, направления деятельности Института в области формирования здорового образа жизни обучающихся на период 2016 - 2020 годов.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами, регламентирующими работу по профилактике заболеваний и пропаганде здорового образа жизни:

Указы Президента

- Указ Президента РФ №1374 от 18.10.2007 г. «О дополнительных мерах по противодействию незаконному обороту наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров»;
- Указ Президента РФ №690 от 09.06.2010 г. «Об утверждении стратегии государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 года»;

Федеральные Законы

- Федеральный закон от 21.11.2011 №323-ФЗ (с изменениями и дополнениями) «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»;
- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании»;
- Федеральный Закон №38-ФЗ от 30.03.1995 г. «О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ-инфекции)»;
- Федеральный Закон №157-ФЗ от 17.09.1998 г. «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней»;
- Федеральный Закон №52-ФЗ от 30.03.1999 г. «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»;
- Федеральный Закон №77-ФЗ от 18.06.2001 г. «О предупреждении распространения туберкулеза в Российской Федерации»;
- Федеральный Закон №329-ФЗ от 04.12.2007 г. «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

Распоряжения Правительства

- Распоряжение Правительства РФ №2128-р от 30.12.2009 г. «О Концепции реализации

государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкогольной продукцией и профилактике алкоголизма среди населения Российской Федерации на период до 2020 года»

Постановления Правительства

- Постановление Правительства РФ от 04.10.2000 N 751 "О национальной доктрине образования в Российской Федерации";
- Постановление Минздравсоцразвития РФ №53 от 19.07.2000 г. «Об утверждении методических рекомендаций по деятельности государственного (муниципального) учреждения «Центр психолого-педагогической помощи населению»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ №19 от 07.04.2009 г. «О совершенствовании мероприятий по реализации национального календаря профилактических прививок и дополнительной иммунизации населения в Российской Федерации»;

Приказы и методические рекомендации Министерства здравоохранения Российской Федерации:

- Приказ Минздрава РФ №36 от 03.02.1997 г. «О совершенствовании мероприятий по профилактике дифтерии»;
- Приказ Минздрава РФ №116 от 15.04.1997 г. «О мерах по предупреждению распространения туберкулеза в Российской Федерации»;
- Приказ Минздрава РФ №232 от 05.08.1997 г. «О создании центра и региональных групп мониторинга вредных привычек среди детей и подростков»;
- Приказ Минздравсоцразвития РФ №337 от 20.08.2001 г. «О мерах по дальнейшему развитию и совершенствованию спортивной медицины и лечебной физкультуры»;
- Методические рекомендации «Мониторинг и оценка эффективности мероприятий по профилактике и лечению ВИЧ-инфекции» (утверждены 20.09.2007 г.);
- СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03I. «Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы»;
- СанПиН 2.2.1/2.1.1.1278-03 «Гигиенические требования к естественному, искусственному и совмещенному освещению жилых и общественных зданий»;
- Другие нормативно-правовые акты.

Программа может корректироваться и модифицироваться с появлением новых нормативных документов, дополнительных ресурсов и возможностей.

II. Необходимость разработки программы.

Здоровый образ жизни – это образ жизни человека, направленный на профилактику болезней и укрепление здоровья. Мотивация к ведению здорового образа жизни актуальна в связи с увеличением рисков техногенного, экологического, психологического, военного

характеров, провоцирующих негативные сдвиги в состоянии здоровья населения. Нарастает опасность распространения социально-значимых заболеваний (туберкулез, ВИЧ-инфекция, гепатиты, инфекции, передающиеся половым путем и др.)

Триединство здоровья – это совокупность физического, психического, духовно-нравственного благополучия человека. Отношение к здоровью как к ценности, необходимость формирования здоровьесберегающих ценностных ориентаций, воспитание ответственности за собственное здоровье, обладание определенными знаниями и умениями по сохранению и укреплению здоровья, ведение здорового образа жизни – основные постулаты в реализации технологии самосбережения здоровья и обретения жизненного оптимизма. Сохранение здоровья, управление им в интересах жизненных достижений - это личное дело каждого человека.

Учитывая социальное предназначение молодежи как основного трудового потенциала российского общества, сохранение и укрепление здоровья студенческой молодежи имеет большое медико-социальное и общественное значение. Исходно низкий уровень здоровья, нервно-психическое перенапряжение, высокая учебная нагрузка, нерациональный образ жизни, экономическая и социальная незащищенность студентов приводят к росту их заболеваемости, препятствуя приобретению ими профессиональных знаний. Сказывается разобщенность учебных баз, информационная перегрузка, влияние факторов больничной среды на защитные механизмы организма.

Сохранение здоровья, физическое воспитание и развитие обучающихся является одной из приоритетных задач государства в сфере образования. Реализация этой задачи предполагает формирование культуры здоровья у всех субъектов образовательного процесса. Здоровье при этом рассматривается как цель и условие качественного обучения, как критерий оценки деятельности образовательного учреждения.

Требуют решения вопросы оптимизации организации учебного процесса и питания учащейся молодежи с позиции гигиенических требований. Значительная роль в этих вопросах должна отводиться формированию поведенческих стереотипов в сфере здорового образа жизни. Укрепление здоровья студента становится одним из основополагающих компонентов современного вузовского образования и отражением общественного заказа на подготовку специалиста.

Особенно важно создание оптимального и эффективного симбиоза образовательных, воспитательных и здоровьесберегающих технологий для самореализации студентов: формирование физически, психически, эмоционально, духовно, нравственно здорового, стремящегося к самореализации выпускника, имеющего необходимые ресурсы для успешной карьеры. Для улучшения общей ситуации по сохранению и укреплению здоровья

обучающихся, а также достижения более высоких результатов в подготовке специалистов необходима комплексная программа реализации основных принципов здорового образа жизни.

III. Цель и задачи программы:

Создание устойчивой мотивации к ведению здорового образа жизни и обеспечение условий для сохранения и укрепления здоровья, посредством создания условий для укрепления и сохранения здоровья в процессе учебы, формирование физической и медицинской культуры, искоренения вредных привычек, обучения знаниям, умениям и навыкам здорового образа жизни – цель данной программы.

Для реализации цели программы необходимо выполнить следующие задачи:

- популяризация физкультуры и спорта, формирование устойчивой потребности в регулярных занятиях массовой физкультурой и спортом;
- мониторинг здоровья обучающихся;
- сохранение и поддержание здоровья участников образовательного процесса, совершенствование здоровьесберегающих технологий;
- реализация комплекса мер по профилактике социально-значимых заболеваний, табакокурения, употребления алкоголя, наркотиков в студенческой среде;
- развитие духовно-нравственной составляющей воспитания, разнообразие досуга обучающихся, совершенствование волонтерского движения;
- формирование у обучающихся позитивного мышления, способности к успешной коммуникации, нравственному поведению;
- достижение высокого уровня физической подготовленности студентов, закрепление физической активности как необходимого элемента здорового образа жизни;
- формирование в сознании студентов понимания жизненной необходимости физкультурно-оздоровительных занятий.
- формирование негативного отношения к потреблению ПАВ (психоактивные вещества) путем проведения активной пропаганды ЗОЖ, повышение уровня осведомленности студентов о негативных последствиях потребления ПАВ;
- информирование обучающихся о юридической (административной и уголовной) ответственности в сфере употребления, хранения и сбыта наркотических средств;
- привлечение общественных организаций и медицинских учреждений к просветительской и профилактической работе с обучающимися;

- обучение кураторов групп конкретным формам и методам работы по профилактике здорового образа жизни;
- проведение диагностики возможных асоциальных проявлений в молодежной среде, мониторинг отношения обучающихся к ЗОЖ;
- внедрение комплекса образовательно-просветительских программ, направленных на приобретение студентами знаний, умений и навыков сохранения и укрепления здоровья.

IV. РЕАЛИЗАЦИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ПОЛИТИКИ

1. Регулярный мониторинг состояния здоровья участников образовательного процесса с использованием Электронной медицинской базы студентов и карт мониторинга здоровья (распределение студентов по группам здоровья и выделение групп риска).

2. Систематический контроль за условиями обучения: соответствие требованиям СанПиН расписания занятий, уровня освещенности, учебной мебели, соблюдение техники безопасности и др.

3. Оздоровительная направленность физической культуры как элемента учебного процесса. Физические нагрузки индивидуальны и дифференцированы.

4. Здоровьесберегающая деятельность в тесном контакте с учреждениями-партнерами.

В результате реализации всех направлений здоровьесберегающей и здоровьесформирующей деятельности Института предполагается получить следующие практические результаты:

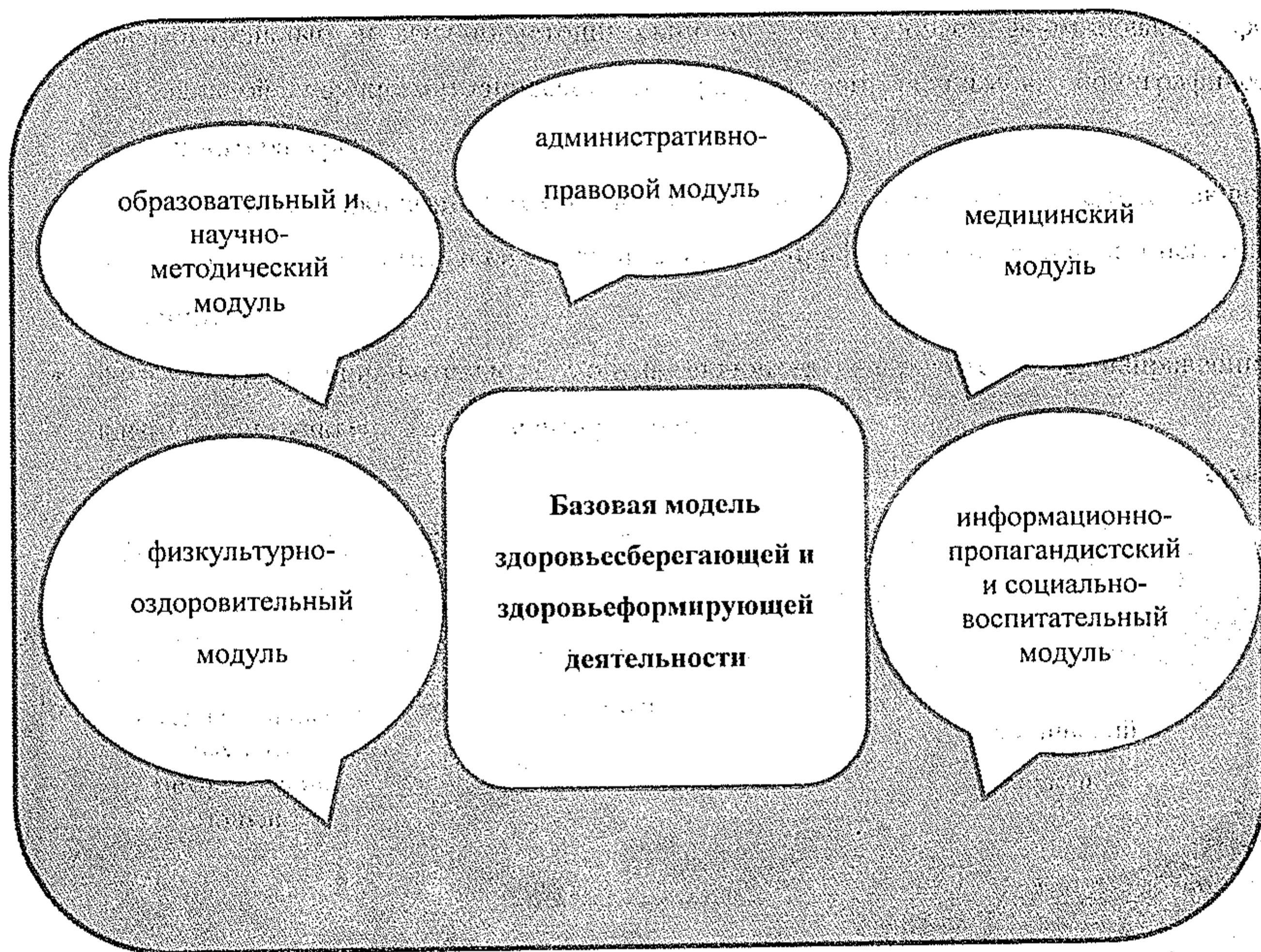
- 1) Осознание студентами ценности здоровья, повышение культуры здоровья.
- 2) Повышение компетентности участников образовательного процесса в здоровьесбережении и здоровьесформировании.
- 3) Повышение заинтересованности студентов Института в укреплении здоровья.
- 4) Стимулирование повышения внимания студентов и их родителей к вопросам здоровья, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.
- 5) Установка на здоровый образ жизни, отказ от употребления табака, алкоголя, наркотиков.
- 6) Совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода.
- 7) Обеспечение условий для практической реализации индивидуального подхода к обучению и воспитанию.
- 8) Методические пособия по здоровому образу жизни и занятиям физической

культурой.

Базовая модель здоровьесберегающей и здоровьесформирующей деятельности Института содержит взаимодействующие модули, каждый из которых реализует собственные задачи, а вместе они формируют целостную систему (Схема 1):

- административно-правовой модуль включает создание нормативно-правовой базы в сфере политики здоровья в Институте и контроль за ее модернизацией;
- медицинский модуль включает реализацию комплекса мер по совершенствованию форм и методов лечебно-профилактической помощи студентам;
- образовательный и научно-методический модуль включает формирование фонда специальной научно-методической литературы, видеофильмов, полиграфической и иной литературы;
- информационно-пропагандистский и социально-воспитательный модуль включает проведение общеинститутских акций с целью профилактики социально-негативных явлений;
- физкультурно-оздоровительный модуль включает оздоровительную направленность физической культуры как элемента учебного процесса.

Схема 1



Задачи здоровьесберегающей и здоровьесформирующей деятельности:

- сохранение и поддержание здоровья участников образовательного процесса;
- формирование у студентов потребности в здоровом образе жизни и обучение основам здорового образа жизни;
- достижение высокого уровня физической подготовленности студентов, закрепление физической активности как необходимого элемента здорового образа жизни;
- формирование у молодежи устойчивого интереса к регулярным занятиям массовой физической культурой и спортом;
- формирование в сознании студентов понимания жизненной необходимости физкультурно-оздоровительных занятий;
- мониторинг здоровья; совершенствование здоровьесберегающих технологий обучения и воспитания.

Пути решения задач по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни:

- создание в институте организационно-педагогических, материально-технических, санитарно-гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья участников образовательного процесса;
- развитие содержательной и материальной базы оздоровления участников образовательного процесса средствами физической культуры;
- создание материально-технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению участников образовательного процесса к здоровому образу жизни;
- разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья студентов;
- внедрение в деятельность Института достижений педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения;
- профилактика девиантного поведения, алкоголизма и наркомании в студенческой среде;
- создание единого пространства для формирования и воспитания гармонично развитой личности, физического и психического комфорта в условиях Института.

VI. Сроки реализации Программы:

- В период 2016 – 2020 гг.

VII. План реализации мероприятий.

№ п/п	Наименование мероприятия	Период проведения	Ответственный	Примечание
1	2	3	4	5
Административно-правовой модуль				
1.	Анализ нормативных документов: Конституция РФ, приоритетный национальный проект «Здоровье» в части формирования навыков здорового образа жизни, Национальная доктрина образования РФ до 2025 года.	ежегодно	Администрация института	
2.	Разработка приказов и распоряжений по вопросам укрепления и охраны здоровья, отказу от вредных привычек.	ежегодно	Заместитель директора, ОГОПБиОТ	
3.	Разработка планов мероприятий по проведению медицинских осмотров, диспансеризации, вакцинации студентов и др. видов медицинского обеспечения	ежегодно	медицинский пункт	
4.	Контроль за соблюдением санитарно-эпидемиологических правил и норм для учебных корпусов, общежитий, кафе и др. структурных подразделений института	ежегодно	Заместитель директора; УХО; УСО	
5.	Создание планов физкультурно-оздоровительных, агитационно-массовых мероприятий по пропаганде здорового образа жизни	ежегодно	СЦ «Виктория»;	
Медицинский модуль				
6.	Организация осмотра врачами специалистами студентов первого курса	ежегодно	Медицинский пункт	На базе ГП №75
7.	Осуществление обработки и анализа результатов медицинских осмотров и распределение студентов первого курса по группам здоровья, в том числе по группам для занятий физической культурой	ежегодно	Медицинский пункт	
8.	Организация ежегодного флюорографического обследования с привлечением максимального числа студентов	ежегодно	Медицинский пункт	По договору
9.	Проведение разъяснительной	ежегодно	Медицинский пункт	

	работы среди студентов о безопасности и необходимости вакцинации			
10.	Организация проведения вакцинации от гриппа и ревакцинации (корь, паротит, гепатит, краснуха, дифтерия)	Согласно национально календаря прививок	Медицинский пункт	На базе ГП №75
11.	Организация диспансеризации студентов	ежегодно	Медицинский пункт	На базе ГП №75
12.	Проведение санитарно-просветительской работы по здоровому образу жизни: - распространение брошюр и печатных изданий; - оформление стенда наглядной агитации	В течение учебного года	Медицинский пункт	
13.	Создание и регулярное ведение электронной базы данных состояния здоровья участников образовательного процесса	ежегодно	Медицинский пункт	
Образовательный и научно-методический модуль				
14.	Формирование фонда специальной научно-методической литературы, полиграфической и иной продукции	ежегодно	ИнБиУ	
15.	Проведение мероприятий, посвященных «Всемирному дню здоровья»	ежегодно	Деканаты, УРСиМ, СЦ «Виктория», Студенческий совет СЗИУ	
16.	Организация лекций, семинаров, тренингов, показ видеороликов для профилактики: - табакокурения; - ВИЧ/СПИД; - наркозависимости; - и др. социально-негативных явлений.	ежегодно	Деканаты, УРСиМ, Студенческий совет СЗИУ	
17.	Пропаганда здорового образа жизни и охраны труда в рамках дисциплины БЖД	ежегодно	Деканаты, кафедра	
18.	Разработка содержания и внедрения обучающих программ по формированию устойчиво-позитивного отношения к здоровому образу жизни, по личностной и социальной компетентности и охраны труда	ежегодно	Руководители научно-образовательных направлений	!
19.	Контроль за исполнение студентами Федерального закона РФ от 23.02.2013 №15-ФЗ «Об охране	ежегодно	Деканаты, УРСиМ,	

	здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака»			
20.	Составление плана-графика проведения и организация тематических лекциях, семинарах, тренингах по профилактике социально-негативных явлений в молодежной среде.	ежегодно	УРСиМ	
21.	Проведение цикла видео-лекций по профилактике ЗОЖ, организованных совместно с общественной организацией «Общее дело».	ежегодно	ЦВРС УСО	На базе комплекса общежитий
22.	Составление плана-графика проведения турниров по направлениям занятий спортивных секций	ежегодно	ССК ФЭиФ «Ника»; СЦ «Виктория»; деканаты	
Физкультурно-оздоровительный модуль				
23.	Развития физкультуры и спорта в Институте, здорового образа жизни (учебные занятия, учебно-тренировочные занятия и мероприятия во внеучебное время)	постоянно	СЦ «Виктория»; УСО	
24.	Обеспечение приоритетности поддержки физкультурно-оздоровительной и массовой работы среди студенческой молодежи в учебное и внеучебное время, в т.ч. поддержки их участия в календарных спортивных мероприятиях;	Постоянно	Администрация института	
25.	Составление планов физкультурно-оздоровительной работы на факультетах и обеспечение их реализации-	Ежегодно	СЦ «Виктория»	
26.	Организация практических занятия по физической культуре в целях применения здоровьесберегающих методов, форм и технологий	В течение учебного года.	ППС	
27.	Выполнение комплексов упражнений во время регламентированных перерывов (физкультурные паузы, релаксационные упражнения во время теоретических занятий)	В течение учебного года	СЦ «Виктория»; Преподаватели института	

28.	Проведение дней здоровья	ежегодно	СЦ «Виктория»	
29.	Составление расписания работы спортивных секций	ежегодно	СЦ «Виктория»	
30.	Организация работы спортивных студенческих секций по видам спорта	ежегодно	СЦ «Виктория»	На спортивных объектах СЗИУ.
31.	Проведение соревнований в рамках Академиады СЗИУ среди студентов по 21 виду спорта	ежегодно	СЦ «Виктория»	На спортивных объектах СЗИУ.
32.	Проведение спортивно-массовых мероприятий среди студентов (туристический слет, Зимние игры СЗИУ, соревнования среди первокурсников)	Ежегодно	СЦ «Виктория»	На спортивных объектах арендуемых СЗИУ.
33.	Проведение турниров по направлениям занятий спортивных секций	ежегодно	ССК ФЭиФ «Ника»; СЦ «Виктория»; деканаты	
34.	Участие в межвузовских соревнованиях среди студентов Санкт-Петербурга по 49 видам спорта	Ежегодно	СЦ «Виктория»	На спортивных объектах Санкт-Петербурга
35.	Участие в чемпионате города Санкт-Петербурга по 3 видам спорта.	Ежегодно	СЦ «Виктория»	На спортивных объектах Санкт-Петербурга
36.	Организация занятия по теннису для студентов СЗИУ.	ежегодно	СЦ «Виктория»	На кортах СЗИУ
37.	Организация и проведение спортивно-туристских слетов института	ежегодно	УРСиМ СЦ «Виктория»	Ленинградская область, турбаза
38.	Проведение оценки критериев эффективности физкультурно - массовой, оздоровительной и спортивной работы среди обучающихся	ежегодно	СЦ «Виктория»	
39.	Организация посещения студентами, проживающими в общежитиях, тренажерного зала общежития №2 и катка, расположенного рядом со зданием общежития по адресу; ул. Димитрова, д.3, корп.3	ежегодно	ЦВРС УСО	Общежитие №2
40.	Проведение спортивно-массовых мероприятий среди студентов	ежегодно	ЦВРС УСО	УСО
41.	Проведение футбольного	ежегодно	ЦВРС УСО	Общежитие №2

	турнира за кубок ССО между командами общежитий и школ Фрунзенского района, расположенных в микрорайоне общежития №2			
42.	Организация работы кабинетов психологической разгрузки	ежегодно	УСО	На базе комплекса общежитий.
Социально-воспитательный и информационно-пропагандистский модуль				
43.	Проведение общеинститутских акций с целью профилактики социально-негативных явлений: - фотовыставки по предупреждению вовлечения студентов в наркоманию и др. социально-негативные явления; - Недели спорта, Дни дружбы, Дня донора; - семинаров-тренингов и дискурсов по темам профилактики: - табакокурения; - ВИЧ/СПИД; - о вреде алкоголя и наркомании	Ежегодно по плану	Деканаты; УРСиМ; СЦ «Виктория»	
44.	Организация и проведение конкурсных мероприятий, связанных с пропагандой здорового образа жизни: - Военно-спортивная игра; - соревнования, посвященные Дню Защитника Отечества; - создание и демонстрация видеороликов по формированию спортивного образа студента СЗИУ	Ежегодно по плану	УРСиМ; Деканаты; СЦ «Виктория»	
45.	Проведение систематической работы по формированию устойчиво-позитивного отношения к здоровому образу жизни через кураторские часы.	Ежегодно по плану	УРСиМ; Деканаты; СЦ «Виктория»; Кураторы групп	
46.	Организация библиотечных выставок по тематикам:	ежегодно	ИнБиУ	

	- к дню борьбы со ВИЧ/СПИДом; - к дню здоровья; - о вреде курения; - профилактика наркомании.			
47.	Разработка и реализация информационно-пропагандистского обеспечения здоровьесберегающей и здоровьесформирующей деятельности.	ежегодно	Деканаты; УРСиМ	

VII. Ожидаемые результаты реализации программы:

- улучшение показателей состояния здоровья обучающихся Института;
- осознание студентами ценности здоровья, увеличение доли обучающихся, отказавшихся от вредных пристрастий;
- повышение уровня успеваемости в обучении;
- повышение заинтересованности обучающихся в укреплении здоровья, формировании устойчивой потребности в регулярных занятиях массовой физкультурой и спортом;
- повышение стрессоустойчивости обучающихся;
- повышение уровня компетентности выпускников Института, готовых к дальнейшей популяризации основ здорового образа жизни среди населения;
- формирование осознанного и ответственного отношения студентов к своему здоровью, ориентация на самоохранительное поведение;
- увеличение числа студентов, вовлеченных в спортивно-оздоровительные мероприятия, профилактические мероприятия, а также придерживающихся здорового образа жизни;
- предупреждение вовлечения новых студентов в наркоманию и другие социально-негативные явления.