**Министерство образования и науки Российской Федерации**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования**

**«Самарский государственный экономический университет»**

УТВЕРЖДЕНО

ученым советом университета

(протокол № 5 от 15 февраля 2017 г.)

**ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ**

**ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ «СГЭУ – ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ» НА 2017 г.**

Самара 2017

**Цель:** Создание в рамках университета условий, способствующих популяризации и пропаганде здорового образа жизни (ЗОЖ), профилактике заболеваний, асоциальных явлений, и обеспечение их успешного и длительного функционирования.

**Задачи:**

1) обеспечить внутривузовское взаимодействие и партнерство по вопросам сохранения и укрепления здоровья студентов и сотрудников университета;

2) формировать у студентов и сотрудников вуза соответствующее мировоззрение и эмоционально-ценностное отношение к ЗОЖ.

3) образовать внутривузовскую среду, ориентированную на ценности здоровья и ЗОЖ; создать условия учебы, работы и отдыха, обеспечивающие физический, психологический комфорт и высокую работоспособность, реализацию принципов ЗОЖ;

4) повысить уровень информированности студентов по вопросам сохранения и укрепления здоровья через создание и поддержание постоянно действующей информационной и образовательной системы, направленной на мотивацию к ЗОЖ, привлечение к активному отдыху, занятиям физической культурой, туризмом и спортом;

5) по способствовать использованию всех ресурсов медпункта СГЭУ для укрепления и восстановления здоровья студентов и сотрудников, для эффективной профилактики заболеваний; обеспечить доступность и полноценность профилактических услуг;

6) совершенствовать систему мониторинга здоровья, факторов риска и уровня информированности по вопросам сохранения и укрепления здоровья; тесно взаимодействовать с другими программами: по профилактике и запрету курения, употребления алкогольных напитков, наркотических средств и психотропных веществ; проведению воспитательной работы со студентами СГЭУ; по осуществлению профориентационной работы в СГЭУ;

7) проводить в ходе учебного процесса поисковые и прикладные научные исследования по проблеме «Здоровье нации – современные ориентиры в образовании и воспитании учащейся молодежи», направленные на решение актуальных задач образования и воспитания как в целом по стране, так и в СГЭУ в частности.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Наименование мероприятия** | **Кол-во участ**  **ников** | **Форма проведения мероприятия** | **Сроки проведения**  **мероприятия** | **Ответственные исполнители** |
|  | Информационно-аналитический модуль | | | | |
| 1 | Ежегодный профилактический медицинский осмотр студентов (охват 100%) с распределением их по группам здоровья и разработкой индивидуальных программ оздоровления и реабилитации | 1500 | Осмотр студентов бригадой медицинских специалистов | Сентябрь - октябрь 2017 г. | Врач медпункта СГЭУ, зав. кафедрой физического воспитания |
| 2 | Распределение студентов по группам для занятий физической культурой в зависимости от их состояния здоровья и в соответствии с индивидуальной программой оздоровления и реабилитации | 1500 | Первое практическое занятие | Сентябрь - октябрь  2017 г. | Кафедра физического воспитания |
| 3 | Диспансеризация преподавателей и сотрудников университета | 500 | Медосмотр всех сотрудников | Май - ноябрь  2017 г. | Медпункт, ректорат |
| 4 | Создание базы данных по контролю состояния здоровья студентов | 10 | Электронная база данных | Июнь - ноябрь  2017 г. | Медпункт, кафедра физического воспитания |
|  | Административно-правовоймодуль | | | | |
| 1 | Утверждение плана мероприятий программы, координация работы по программе |  | Заседание ученого совета | Февраль 2017 г. | Ученый совет университета. |
|  | Модуль здоровьесберегающей инфраструктуры | | | | |
| 1 | Разработка инновационных профилактических и оздоровительных методик | 500 | Учебные занятия в специальном учебном отделении | В течение года | Медпункт, кафедра физического воспитания |
| 2 | Выполнение плана санаторно-курортного лечения сотрудников и студентов университета | 20-30 | Индивидуальная | В течение года | Профком сотрудников и управление по воспитательной и социальной работе студентов |
| 3 | Разработка и выполнение комплекса мероприятий по устранению (уменьшению неблагоприятного воздействия) вредных производственных факторов, осуществление сертификации рабочих мест |  | Индивидуальная по требованию | В течение года | Профком сотрудников, заведующие кафедрами, преподаватели, проректор по АХР и строительству |
| 4 | Проведение соцопросов и участие в открытых лекциях по профилактике заболеваний, выявлению факторов риска их развития, запрету курения, употребления алкогольных напитков, наркотических средств, психотропных веществ и т.д. | 1500 | Лекции согласно плану профилактики курения, употребления алкогольных напитков, наркотических средств, психотропных веществ и т.д. | В течение года | Медпункт, подразделения университета, реализующие программу ЗОЖ |
| 5 | Регулярное проведение оздоровительных мероприятий в условиях физкультурно- спортивного комплекса СГЭУ для студентов и сотрудников университета | 1500 | Дни здоровья, спортивные соревнования, праздники | В течение года, (согласно Плана учебно-воспитательной и спортивно-массовой работы кафедры физ. воспитания - 32 мероприятия в год (внутривузовские)) | Кафедра физического воспитания, СК «САМЭК» |
|  | **Научно-методический модуль** | | | | |
| 1 | Внедрение в учебный процесс открытых лекций, обучающих приемам и методам сохранения и укрепления здоровья, право­вым вопросам его охраны | 1500 | Лекции | В течение года | Кафедра экологии и безопасности жизнедеятельности, медпункт университета, кафедра социологии и психологии, кафедра физического воспитания |
| 2 | Использование возможностей учебных дисциплин для акцентирования вни­мания на вопросах ЗОЖ (с учетом специфики будущей профессиональной деятельности), в том числе анкетирование абитуриентов | 500 | Ввод в анкеты на профпригодность элементов ЗОЖ.  Дни открытых дверей, ярмарки вакансий и т.д. | В течение года | Профилирующие кафедры университета, кафедра физического воспитания |
| 3 | Организация конференций по проблемам сохранения и укрепления здоровья студентов и преподавателей университета | 100 | Конференции | Декабрь, апрель  2017 г. | Кафедры физического воспитания, экологии и безопасности жизнедеятельности и др. |
| 4 | Выпуск сборников научных трудов, научных журналов по проблемам здоро­вья | 100 | Журнал «OlymPlus» и др. | Декабрь, апрель  2017 г. | Кафедры физического воспитания, экологии и безопасности жизнедеятельности и др. |
| 5 | Разработка учебно-методического обеспечения формирования ЗОЖ, в том числе с использованием современных ИКТ |  | Оздоровительные видеоуроки, методические пособия, рекомендации, тесты | В течение года | Кафедры физического воспитания, экологии и безопасности жизнедеятельности |
| 6 | Участие преподавателей и студентов в конкурсах и грантах по ЗОЖ | 12 | Конкурсы и гранты различных уровней (внутривузовские, региональные, всероссийские) | В течение года | Кафедры физического воспитания, экологии и безопасности жизнедеятельности, социологии и психологии |
|  | **Модуль организационно-массовых мероприятий** | | | | |
| 1 | Развитие студенческого самоуправления, план работы рабочей группы и студенческого актива по реализации программы | 12 | Заседания рабочей группы и студенческого актива (не реже 1 раза в месяц) | В течение года | Кафедры физического воспитания, экологии и безопасности жизнедеятельности, социологии и психологии, поофком студентов |
| 2 | Привлечение студентов к участию в творческих конкурсах, фестивалях различного уровня; проведение творческих вечеров, развитие движения КВН, Студенческой весны, создание центра эстетического воспитания и др. | 500 | Фестивали, конкурсы и др. | В течение года | Профком студентов СГЭУ |
| 3 | Сотрудничество с культурными учреждениями города (театры, кинотеатры, досу­говые центры, спортивные комплексы) | 150 | Концерты, спектакли, соревнования | В течение года | Профком студентов СГЭУ |
| 4 | Привлечение к пропаганде спорта вeдyщиx cпeциaлиcтoв по спортивно-оздоровительной работе, ведущих cпopтcмeнoв, oбщecтвeнныx дeятeлeй. | 250 | Тематические встречи, семинары, соревнования | В течение года | Профком студентов СГЭУ, кафедра физического воспитания, СК «САМЭК» |
| 5 | Работа студенческого строительного отряда | 50 |  | Июнь - август  2017 г. | Профком студентов СГЭУ |
|  | **Физкультурно-спортивный модуль** | | | | |
| 1 | Выявление интересов, потребностей и мотивации студентов и определение эф­фективности работы по пропаганде физической культуры и ЗОЖ | 500 | Анкетирование | Сентябрь 2017 г. | Кафедра физического воспитания |
| 2 | Разработка и внедрение рекомендаций по объему двигательной активности в зависимости от индивидуальных особенностей студентов | 500 | Лекция, размещение нормативов на сайте СГЭУ | Октябрь 2017 г. | Кафедра физического воспитания |
| 3 | Обеспечение преемственности программ физического воспитания в универси­тете по ВПО И СПО, привлечение к участию в спортивных программах выпу­скников и будущих абитуриентов вуза | 50 | Программы СПО, бакалавриата (очного и заочного обучения) | Август 2017 г. | Кафедра физического воспитания |
| 4 | Привлечение к участию в соревнованиях различного уровня студентов и преподавателей; сотрудничество с федерациями различных видов спорта, организация спор­тивно-оздоровительных летних лагерей | 350 | Соревнования | не менее 30 мероприятий регионального, всероссийского и международного уровня | Профком студентов СГЭУ, кафедра физического воспитания, СК «САМЭК» |
| 5 | Проведение мониторинга здоровья студентов, систематически занимающихся физиче­ской культурой и спортом | 300 | Врачебный осмотр | Сентябрь-октябрь  2017 г. | Врач медпункта СГЭУ, зав. кафедрой физического воспитания |
| 6 | Выполнение сту­дентами университета норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО | 100 | Соревнования | В течение года | Кафедра физического воспитания |
| 7 | Разработка физкультурно-оздоровительных программ для преподава­телей и сотрудников по видам спорта, содействие в организации занятий физической культурой и спортом | 460 | Тренировки, оздоровительные занятия | В течение года | Кафедра физического воспитания, профком сотрудников СГЭУ |
| 8 | Организация и проведение соревнований среди ППС и сотрудников университета | 40 | Соревнования | В течение года | Кафедра физического воспитания, Профком сотрудников СГЭУ |
|  | **Модуль сохранения и укрепления психического здоровья** | | | | |
| 1 | Разработка и внедрение комплекса профилактических мероприятий по сохране­нию и укреплению психического здоровья |  | Обследование | Сентябрь 2017 г. | Кафедра социологии и психологии |
| 2 | Оказание адресной психологической помощи студентам и преподавателям в решении проблем личностной сферы и межличностного взаимодейст­вия | 50 | Беседы | В течение года | Кафедра социологии и психологии |
| 3 | Повышение стрессоустойчивости и психоадаптивных способностей у студентов | 500 | Беседы, тестирование, посещение кабинета разгрузки и др. | В течение года | Кафедра социологии и психологии |
|  | **Профилактически-оздоровительный** **модуль** | | | | |
| 1 | Индивидуальная оценка состояния здоровья с учетом факторов риска | 500 | Ведение дневников здоровья, рабочих тетрадей | В течение года | Кафедра физического воспитания |
| 2 | Разработка, проведение, контроль эффективности и коррекция комплекса ле­чебно-профилактических, оздоровительных мероприятий и диспансерного дина­мического наблюдения за студентами и сотрудниками СГЭУ с выявленными заболеваниями | 50 | Лечебные карты | В течение года | Медпункт СГЭУ |
| 3 | Регулярный мониторинг здоровья студентов, ППС и сотрудников университета с использованием физиологических, антропометрических, психо­логических показателей здоровья | 1500 | Мониторинг здоровья | Два раза в год | Медпункт СГЭУ |
| 4 | Мониторинг соблюдения санитарно-гигиенических и эргономических норм организации учебной и трудо­вой деятельности |  | ОПОГ, ППСЗ | В течение года | Учебно-методическое управление, медпункт, кафедра физического воспитания, проректор по АХР и строительству |
| 5 | Обеспечение условий для удовлетворения потребностей студентов и сотрудников университета в качественных услугах организации питания |  | Проверка комиссией качества питания | В течение года | Ректорат, комбинат питания, комиссии профсоюзных организаций |
| 6 | Побуждение студентов к осознанному принятию решения не курить, не употреб­лять алкоголь и наркотики | 500 | Беседы, лекции, семинары | В течение года | Медпункт, подразделения СГЭУ, реализующие программу ЗОЖ |
| 7 | Создание обстановки в вузе, защищающей студентов от влияния различных форм психофизической зависимости |  | Отрегулирован-ная работа всех вышеперечислен-  ных модулей, контроль, оповещение СМИ | В течение года | Медпункт, подразделения СГЭУ, СМИ |

**Ожидаемые результаты:**

- формирование у обучающихся, преподавателей и сотрудников университета знаний, умений и навыков ведения здорового образа жизни;

- обучение студентов и сотрудников университета навыкам профилактики различных заболеваний при помощи средств физической культуры, средств психологического воздействия, отказа от вредных привычек (табакокурение, алкогольная зависимость, наркомания, игромания и др.);

- выработка у студентов и ППС потребности в регулярной физической активности, участие в спортивно-массовой, физкультурно-оздоровительной жизни СГЭУ;

- уменьшение факторов риска, приводящих к правонарушениям в студенческой среде;

- формирование у студентов устойчивых представлений о здоровом образе жизни.

**Критерии оценки эффективности ожидаемых результатов:**

- количественный и качественный показатели участия обучающихся в профилактических и оздоровительных, спортивно-массовых мероприятиях;

- количественный и качественный показатели здоровья обучающихся, уменьшение пропусков занятий по причине болезни;

- повышение уровня мотивации студентов к обучению;

- динамика изменений количества студентов с отклоняющимся (девиантным) поведением;

- уровень занятости обучающихся на физкультурно-оздоровительных, спортивно-массовых мероприятиях;

- уровень социальной адаптации студентов, комфортности пребывания в СГЭУ.

**Формы представления результатов:**

- ежегодные аналитические отчеты врача медпункта, директоров институтов, заведующих кафедрами, деканов факультетов, директора СК «Самэк»;

- регулярное издание методических рекомендаций и разработок по проблеме ЗОЖ в СГЭУ;

- участие студентов и преподавателей в конкурсах и грантах по данной тематике;

- издание статей, научных журналов, сборников научных статей;

- проведение научно-практических конференций, семинаров, профилактических, спортивных и социально-культурных мероприятий и участие в них как студентов, так и преподавателей.