

Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Рязанский государственный медицинский университет  
имени академика И.П. Павлова»  
Министерства здравоохранения  
Российской Федерации  
(ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России)

---

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом ректора  
ФГБОУ ВО РязГМУ  
Минздрава России  
№ 458-г от 16.11.2016 г.

**ПРОГРАММА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ОЗДОРОВЛЕНИЮ И  
ПРОПАГАНДЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В  
ФГБОУ ВО РЯЗГМУ МИНЗДРАВА РОССИИ**

**Пояснительная записка.**

Данная программа разработана с целью формирования у молодых людей образа жизни, основанного на принципах заботы о собственном здоровье и здоровье окружающих, добровольного отказа от вредных привычек и профилактики различных негативных социальных проявлений.

Система высшего профессионального образования призвана решать данную проблему на основе комплексного подхода, который включает в себя воспитание и развитие личности при условии воздействия на все сферы её сознания: познавательную, деятельностьную, ориентационную, эмоционально-чувственную.

Существует ряд проблем, негативно влияющих на здоровье человека и обусловивших необходимость разработки данной программы, а именно:

1. Убыстряющийся темп жизни, ухудшение экологической обстановки.
2. Наличие стрессовых ситуаций, возрастающие учебные нагрузки.
3. Рост употребления алкоголя, токсических и наркотических веществ.
4. Недостаточность знаний о вреде и последствиях употребления алкоголя, наркотиков, табакокурения.

5. Недостаточность гигиенических знаний.
6. Наличие наследственной предрасположенности к ряду заболеваний.
7. Малоподвижный образ жизни.

### **Принципы реализации программы.**

Реализация программы рассчитана на период с 2017 по 2021 г.г.

Участники реализации программы: обучающиеся, профессорско-преподавательский состав и другие категории сотрудников ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России. Ряд мероприятий будет проводиться в рамках межвузовской и межведомственной интеграции. Межвузовская интеграция осуществляется в рамках взаимодействия с ВУЗами г.Рязани, межведомственная интеграция – с Министерством здравоохранения Рязанской области, Министерством образования Рязанской области, Управлением Федеральной службы Российской Федерации по контролю за оборотом наркотиков по Рязанской области, антинаркотической Комиссией Рязанской области, Управлением Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Рязанской области, ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Рязанской области».

### **Цели и задачи программы.**

Основной целью программы является определение путей и создание условий для улучшения здоровья участников образовательного процесса, внедрение здоровьесберегающих технологий в деятельность ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России.

Основные задачи программы:

1. Создание условий для полноценного питания студентов.
2. Формирование у обучающихся, профессорско-преподавательского состава, сотрудников университета положительной мотивации к заботе о состоянии своего здоровья.
3. Проведение мероприятий здоровьесберегающей направленности с использованием современных технологий.
4. Развитие в университете физической культуры и спорта, улучшение материально-технического состояния спортивной базы.
5. Вовлечение обучающихся, профессорско-преподавательского состава, сотрудников университета в активные занятия физкультурой и спортом.
6. Проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни и способствующих отказу от вредных привычек.
7. Проведение летней оздоровительной кампании для студентов университета в условиях базы отдыха «Здоровье» на безвозмездной основе.

## ***Основные направления деятельности в рамках программы и перечень мероприятий по их реализации***

### **1. Диагностика заболеваний и факторов риска, мониторинг состояния здоровья студентов и сотрудников университета**

- проведение медицинских осмотров первокурсников с целью распределения их на физкультурные и диспансерные группы;

Проведение медицинских осмотров студентов, в том числе иностранных, и сотрудников университета на базе университета в соответствии с приказом Минздравсоцразвития России №302н от 12.04.2011 г.;

- ежегодное ФЛГ-обследование сотрудников и обучающихся университета;

- организация и проведение плановой вакцинации и вакцинации по эпидпоказаниям обучающихся и сотрудников университета.

### **2. Комплексные оздоровительные мероприятия**

- организация работы студенческой поликлиники университета, включая создание кабинета репродуктивного здоровья;

- оказание медицинской (консультативно-диагностической, стоматологической) помощи обучающимся и сотрудникам в медицинских организациях университета;

- активное использование базы отдыха «Здоровье», в том числе в режиме «Выходного дня» сотрудниками и обучающимися вуза.

### **3. Духовно-нравственное воспитание студентов**

- выполнение ежегодного плана воспитательной работы с обучающимися ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России;

- выполнение мероприятий, предусмотренных Программой воспитательной работы в ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России на 2017-2021 г.г.;

- выполнение мероприятий, предусмотренных Концепцией воспитания специалиста в ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России на период с 2016 по 2020 г.г.;

- выполнение мероприятий по гражданско-патриотическому воспитанию студентов университета;

- контроль за выполнением планов воспитательной работы кафедр и деканатов;

- активизация работы кураторов, контроль за выполнением планов работы с курируемой группой;

- регулярное проведение донорских акций.

### **4. Мероприятия, способствующие формированию здорового образа жизни и отказу от вредных привычек**

- публикации в газете «Здравствуйте»;

- освещение мероприятий по формированию ЗОЖ на сайте университета;

- участие в ежегодной акции «31 мая – День отказа от курения. Навсегда»;

- конкурсы санбюллетеней, плакатов и макетов, посвящённые отказу от вредных привычек;
- чтение лекций по актуальным вопросам сохранения и укрепления здоровья, профилактике вредных привычек волонтерским отрядом РязГМУ в ВУЗах, ССУЗах и общеобразовательных школах г.Рязани (тематика лекций с подбором необходимой литературы, планом изложения материала, рецензиями ведущих специалистов по гигиеническим вопросам и вопросам физического воспитания разработана сотрудниками кафедры профильных гигиенических дисциплин);
- выступления профессоров университета в средствах массовой информации, подготовка и издание материалов в виде брошюр, научно-популярных статей;
- работа университетского лектория для популяризации ЗОЖ;
- работа университета в рамках Областной целевой программы «Комплексные меры противодействия злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту на территории Рязанской области» и участие в работе Медвузовской антинаркотической комиссии Рязанской области;
- подготовка и издание методических рекомендаций и учебных пособий для врачей различных специальностей, психологов, педагогов и социальных работников по профилактике и лечению алкогольной и наркотической зависимости, табакокурения;
- проведение «круглых столов» по проблемам профилактики различного рода зависимостей совместно с ВУЗами г.Рязани;
- выезды медицинских отрядов в районы Рязанской области для осмотров сельского населения.

## **5. Спортивно-оздоровительная работа**

- выполнение ежегодного плана спортивно-массовых мероприятий в ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России;
- разработка перспективного плана материально-технического оснащения спортивно-оздоровительной работы;
- привлечение большего количества студентов университета к занятиям в спортивных секциях;
- организация и проведение внутрифакультетских и общевузовских спортивных соревнований;
- увеличение количества участников спортивно-массовых мероприятий;
- систематическое участие в спортивных соревнованиях городского, областного, зонального и всероссийского уровней;
- развитие базы отдыха «Здоровье» как структурного подразделения университета;
- развитие в ВУЗе туристического движения и привлечение большего числа студентов в ряды туристического клуба РязГМУ «Телеос».

## **6.Профилактика социально-значимых заболеваний**

- разработка совместно с Министерством здравоохранения Рязанской области комплексных программ профилактики социально значимых заболеваний (туберкулёз, ХОБЛ, сердечно-сосудистые патологии, сахарный диабет, йоддефицитные заболевания, ВИЧ-инфекция, наркомания и др.);
- систематическая профилактическая вакцинация студентов и сотрудников университета против распространённых инфекционных заболеваний (сезонный грипп, вирусный гепатит В);
- обеспечение противоэпидемической безопасности университета и студенческих общежитий;
- разработка тематики лекций для студентов и сотрудников ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России, а также населения по профилактике социально-значимых заболеваний;
- выступление профессоров университета в средствах массовой информации по профилактике социально значимых заболеваний с изданием брошюр.

## **8. Организация здорового питания обучающихся и сотрудников университета**

- обеспечение обучающихся и сотрудников ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России горячим питанием;
- включение в меню студенческой столовой диетических блюд;
- разработка совместно со специалистами по гигиене питания тематики лекций по здоровому питанию;
- чтение лекций по здоровому питанию для обучающихся и сотрудников ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России;
- издание буклетов по здоровому питанию.