

**Федеральное государственное образовательное учреждение
высшего образования
«Башкирский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации
(ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России)**

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

Уфа, 2018

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
1. Цели и задачи программы.....	3
3. Приоритетные направления программы	5
4. Ресурсы для эффективного решения задач	11
5. Нормативная база реализации проекта.....	12

1. Пояснительная записка

Программа деятельности по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни на период до 2021 года (далее – Программа ЗОЖ) разработана в соответствии со Стратегией развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года, целью которой является создание условий, обеспечивающих возможность для граждан страны вести здоровый образ жизни, систематически заниматься физической культурой и спортом, получить доступ к развитой спортивной инфраструктуре, а также повысить конкурентоспособность российского спорта.

В этой связи приоритетными направлениями политики вуза становятся формирование идеологии здорового образа жизни всех участников образовательного процесса, создание условий, необходимых для успешного выполнения здоровьесберегающей деятельности. В данном контексте можно отметить, что повышается роль высшей школы как социального института, формирующего не только компетентного специалиста, но и полноценную, здоровую личность.

1. Цели и задачи программы

Целью программы деятельности по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни на период до 2021 года является: Повышение качества образования за счёт создания и реализации в образовательном пространстве университета, системы формирования здорового образа жизни, обеспечение комплекса мер, направленных на поддержание и укрепление здоровья студентов и сотрудников БГМУ.

К числу основных задач, требующих решения для достижения поставленной цели, относятся:

1. Сформировать мотивы в сфере физической культуры и спорта у обучающихся, профессорско-преподавательского состава и сотрудников вуза;
2. Обеспечить ежегодную диспансеризацию обучающихся, профессорско-преподавательского состава и сотрудников БГМУ;
3. Сформировать ценностное отношение к здоровью среди обучающихся, профессорско-преподавательского состава и сотрудников БГМУ;
4. Вовлечь обучающихся, профессорско-преподавательский состав, сотрудников БГМУ в систематические занятия физической культурой и спортом;
5. Сформировать отрицательное отношение к вредным привычкам: употребление алкоголя, наркотиков, курение табака;
6. Показать обучающимся, профессорско-преподавательскому составу и сотрудникам БГМУ преимущества здорового образа жизни в профилактике заболеваний и продлении жизни;
7. Использовать разнообразные формы работы с целью информирования обучающихся, профессорско-преподавательского состава и сотрудников БГМУ о способах сохранения и укрепления здоровья;
8. Создать благоприятные условия для физического и психического здоровья условия обучения, труда, отдыха, быта обучающихся, профессорско-преподавательского состава и сотрудников университета, а также предоставить им возможности для оздоровления и лечения;
9. Развивать научно-исследовательскую, научно-методическую, образовательную, производственную и просветительскую деятельность университета в сфере сохранения и укрепления здоровья;
11. Разработать и внедрить в образовательный процесс инновационные оздоровительные и образовательные технологии, ориентирующие обучающихся, профессорско-преподавательский состав и сотрудников БГМУ

на самосохранительное поведение, духовное и физическое самосовершенствование;

12. Создать в БГМУ доступную здоровьесберегающую среду способствующую поддержанию и укреплению уровня здоровья участников образовательного процесса;

13. Организовать комплексный мониторинг показателей функционального состояния здоровья обучающихся, профессорско-преподавательского состава и сотрудников БГМУ.

3. Приоритетные направления программы

№ п/п	Наименование мероприятий	Сроки реализации	Ответственные	Индикаторы реализации
1. Изучение состояния здоровья обучающихся, профессорско-преподавательского состава и сотрудников БГМУ				
1.	Организация ежегодных медицинских осмотров	Ежегодно, по графику	Поликлиника при клинике БГМУ	Анализ данных медицинских отчетов
2.	Оценка здоровья по обращаемости в динамике	Ежегодно	Кафедра общественного здоровья и организации здравоохранения с курсом ИДПО	Анализ данных статистической документации
3.	Вакцинация	Ежегодно в осенне-зимний период	Пполиклиника при клинике БГМУ	Анализ данных медицинских отчетов
4.	Анкетирование по проблемам здорового образа жизни, профилактике злоупотребления психоактивных веществ	Ежегодно	Кафедра общественного здоровья и организации здравоохранения с курсом ИДПО, кафедра педагогики и психологии	Анкетирование
5.	Оценка качества жизни обучающихся, профессорско-преподавательского состава и сотрудников БГМУ	Ежегодно	Кафедра общественного здоровья и организации здравоохранения с курсом ИДПО, кафедра педагогики и	Анкетирование и использование методики ESPAD, шкалы депрессии, тревоги и др.

			психологии	
6.	Подготовка и издание методических материалов по ЗОЖ, профилактике социально-значимых заболеваний и реализации приоритетного национального проекта «Здоровье»	Ежегодно	Кафедра общественного здоровья и организации здравоохранения с курсом ИДПО, кафедра педагогики и психологии	Методические материалы, пособия, электронные пособия
7.	Издание наглядных информационных материалов по вопросам ЗОЖ и профилактике социально-значимых заболеваний	Ежегодно	Кафедра общественного здоровья и организации здравоохранения с курсом ИДПО, кафедра педагогики и психологии, кафедра поликлинической терапии с курсом ИДПО, издательский отдел	Буклеты, листовки, брошюры и др.
8.	Освещение вопросов здорового образа жизни в университетской газете «Медик»	Постоянно	Кафедра общественного здоровья и организации здравоохранения с курсом ИДПО, редакция газеты «Медик»	Статьи, аналитические обзоры, др.
9.	Освещение вопросов здорового образа жизни на сайте БГМУ http://www.bgmy.ru	Постоянно	Заведующие кафедр	Статьи, аналитические обзоры, и др.
10.	Организация выставок книг в библиотеке БГМУ, посвященных здоровью и профилактике заболеваний.	Ежегодно	Заведующий библиотекой БГМУ	Выставки, фотоотчеты, презентации
11.	Проведение научно-методических, научно-практических конференций по проблемам здорового образа жизни и профилактике заболеваний в рамках	Ежегодно	Заведующие кафедр, деканы факультетов	Конференции, семинары, круглые столы

	факультетов и университета			
	2. Здоровьесберегающая деятельность с использованием современных информационных технологий			
	Обучение обучающихся, врачей-интернов, клинических ординаторов, аспирантов и преподавателей университета новым здоровьесберегающим технологиям	1 раз в квартал	Университетский центр телемедицины	Трансляция Всероссийских интернет-сессий в режиме прямой видеоконференцсвязи
	Обучение, врачей, социальных работников тренингам по пропаганде здорового образа жизни	1 раз в квартал	Университетский центр телемедицины	Проведение дней специалиста и учебных тренингов в режиме видеоконференцсвязи на районные телемедицинские пункты Республики Башкортостан
	Информационное обеспечение здоровьесберегающей деятельности структурных подразделений университета	Постоянно	Информационно-технический отдел	Создание web-страниц на сайте университете, посвящённых здоровому образу жизни и здоровьесберегающим технологиям
	Информационное обеспечение и поддержка интеллектуальных интернет-олимпиад среди обучающихся по проблемам здоровьесбережения	1 раз в год	Информационно-технический отдел	Организация проведения интернет-олимпиад в режиме заочных электронных конференций и через каналы электронной почты
	Проведение научно-практических конференций по вопросам здоровьесбережения в режиме телемостов с ведущими ВУЗами и НИИ	2 раза в год	Информационно-технический отдел	Трансляция докладов участников и дискуссий в режиме прямой видеоконференцсвязи
	3. Развитие физической культуры и спорта, в т.ч. улучшение материально-технического состояния спортивной базы			
	Оценка физической подготовленности обучающихся занимающихся	В течение года, ежегодно	Кафедра физической культуры	Выполнение контрольных нормативов и тестов

	физической культурой и спортом			
	Организация работы специальных медицинских групп для занятий ФК	Ежегодно	Кафедра физической культуры	Анализ медицинских карт и справок студентов
	Организация работы спортивных секций с учетом предпочтений обучающихся	Ежегодно	Кафедра физической культуры	График работы секций
	Деятельность спортивных секций: баскетбол (м,ж), мини-футбол, волейбол (м,ж), кикбоксинг, гиревой спорт, легкая атлетика, плавание, шашки, шахматы, лапта, бадминтон, куреш, зимний полиатлон, горные лыжи, сноуборд, черлидинг, спортивный и оздоровительный туризм.	Ежегодно по расписанию занятий	Кафедра физической культуры	Отчеты, расписания занятий
	Реализация программы развития спорта и здорового образа жизни в БГМУ	Ежегодно	Кафедра физической культуры	Отчеты
	Просветительская работа по пропаганде здорового образа жизни и занятий физической культурой и спортом	Ежегодно в течение года	Кафедра физической культуры, газета «Медик», издательский отдел БГМУ	Статьи и заметки в газете «Медик», выпуск наглядных методических пособий, буклетов
4. Деятельность по оздоровлению и привлечению профессорско-преподавательского состава и сотрудников вуза для занятий физической культурой и спортом				
	Проведение диспансерных осмотров сотрудников	Ежегодно	Областная больница № 2	Медицинские отчеты
	Оздоровление сотрудников в спортивно-оздоровительном комплексе «Пульс» ежегодно 200-250 человек	Ежегодно	Спортивно-оздоровительный комплекс «Пульс»	Отчеты
	Лыжные гонки на приз врача А.Ф. Кургаева	Ежегодно (февраль)	Реском профсоюза работников здравоохранения, кафедра физической	Протоколы соревнований, расписание

			культуры	
	Водный марафон	Ежегодно (апрель)	Туристический клуб «Vitalis»	Протоколы соревнований, расписание
	Спартакиада ВУЗов республики Башкортостан	Ежегодно	Кафедра физической культуры	Протоколы соревнований, расписание
	Оздоровительное плавание (бассейны «Динамо» и ФОК БГАУ)	Ежегодно в течение года	Сотрудники кафедры физической культуры	Расписание занятий
	Оздоровительные занятия фитнесом, аэробикой и тренажерами	Ежегодно в течение года	Кафедра физической культуры	Расписание занятий
	Участие во Всероссийском туристическом слете на горе «Иремель»	Ежегодно (июль)	Кафедра физической культуры, туристический клуб «Vitalis»	Отчет, протоколы
	Проведение соревнований по мини-футболу на приз памяти профессора И.А.Сафина	Ежегодно (ноябрь)	Кафедра физической культуры	Отчет, протоколы
	Проведений теннисных турниров	Ежегодно	Кафедра физической культуры	Отчет, протоколы
	Проведение соревнований по борьбе на приз памяти доцента Е.А. Молодцова	Ежегодно	Кафедра физической культуры	Отчет, протоколы
	Просветительская работа по пропаганде здорового образа жизни и занятий физкультурой и спортом среди сотрудников ВУЗа	Ежегодно в течение года	Кафедра физической культуры	Статьи и заметки в газете «Вестник», выпуск наглядных пособий и плакатов
5. Профилактическая работа против вредных привычек среди обучающихся, профессорско-преподавательского состава и сотрудников БГМУ				
	Реализация программы профилактики злоупотребления психоактивными веществами	Ежегодно	Кафедра психиатрии и наркологии с курсом ИДПО	Разработка программ мониторинга состояния здоровья, распространенности и употребления ПАВ
	Реализация программы профилактики употребления табака	Ежегодно	Кафедра психиатрии и наркологии с	Разработка программ мониторинга

			курсом ИДПО	состояния здоровья, распространенность и никотиновой зависимости
	Реализация программы профилактики аутоагрессивного поведения обучающихся	Ежегодно	Кафедра педагогики и психологии, кафедра психиатрии и наркологии с курсом ИДПО	Разработка программ мониторинга состояния психического здоровья обучающихся, их адаптивной возможности
	Республиканские научно-практические конференции на темы профилактики и борьбы с вредными привычками среди обучающихся	В течение года	Кафедра психиатрии и наркологии с курсом ИДПО	Отчеты
	Организация и проведение социологического исследования по подверженности обучающихся и сотрудников БГМУ табакокурению(анкетирование, выборочный анализ степени хронического «отравления» угарным газом до и после отказа от курения, организация психологической помощи в процессе отказа от курения)	Ежегодно	Кафедра психиатрии и наркологии с курсом ИДПО	Отчеты
	Развитие волонтерского движения из числа обучающихся по пропаганде и проведению разъяснительной работы с целью отказа от табакокурения, употребления алкоголя и других психоактивных веществ	Ежегодно	Управление по воспитательной и социальной работе со студентами	Отчеты
6. Духовно-нравственное воспитание молодежи				
	Организация социальной помощи обучающимся из	Постоянно	Управление по воспитательной и социальной	Ежегодный отчет

	категории инвалидов-сирот		работе со студентами	
	Работа в подшефном Куганакском детском доме (Стерлитамакский район) Проректор по воспитательной и социальной работе со студентами	Постоянно	Управление по воспитательной и социальной работе со студентами	Ежегодный отчет
	Организация и участие в фестивале «Дебют», студенческая весна, «Горячие сердца»	В соответствии с программой отдела культурно-массовой работы	Управление по воспитательной и социальной работе со студентами	Отчеты

4. Ресурсы для эффективного решения задач

Материально-технические условия: Башкирский государственный медицинский университет в своем ведомстве имеет прекрасно развитые спортивные объекты и сооружения, которые отвечают всем предъявляемым требованиям. В университете созданы все условия для обеспечения возможности обучающимся вести здоровый образ жизни, систематически заниматься физической культурой и спортом, получать доступ к развитой спортивной инфраструктуре, а также повысить конкурентоспособность российского спорта.

Сегодня БГМУ является одним из лидеров в Башкортостане по оснащению спортивными базами. Так в 2018 году местным муниципалитетом БГМУ передан дополнительный спортивный зал на 864 кв. м, что значительно расширяет возможности для физической активности студентами и профессорско-преподавательским составом вуза.

Кадровый состав: на кафедре физической культуры работает высококвалифицированный и профессиональный коллектив, в состав которого входят 3 кандидата наук: зав. кафедрой, к.б.н., доцент Гайнуллин Р.А.; доценты к.п.н., доцент Гайсина А.Х.; к.п.н., доцент Исаков В.А.; завуч кафедры Юлмухаметов А.А., доцент Яркин Ю.В., ст. преподаватели:

Абзалилов Р.Я., Бартдинова Г.А., Валеев М.А., Галимов А.М., Галимов Ф.Х., Сулейманова З.Г., Усманов Э.Г., Хамидуллин А.И., Юсупов И.Р., Гумеров И.И., Галиакберов Р.Р., Крючкова С.А., Самсонова И.В., преподаватели Заболотный О.А., Курамшин Р.Ф., Федосеева А.Р., Тонкачев А.С., Хадиятов Р.З., Закиев А.М.

Среди преподавателей трудятся: трехкратный победитель Кубка Мира мастер спорта России, член сборной команды России Тонкачев А.С.; «Отличник физической культуры и спорта Российской Федерации» доцент Ю.В. Яркин; мастер спорта по спортивной акробатике, доцент Гайсина А.Х.

5. Нормативная база реализации проекта

1. Конституция Российской Федерации;
2. Федеральный закон Российской Федерации от 21 ноября 2011 г. №323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»;
3. Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан (утверждено Верховным Советом РФ 22.07.1993 № 5487-1);
4. Об образовании (ФЗ, ст. 51);
5. О физической культуре и спорте в РФ (ФЗ № 329 от 04.12.2007 г.);
6. Федеральная Целевая Программа «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2016-2020 годы» (редакция, действующая со 2 января 2018 года);
7. Национальная доктрина образования РФ на период до 2025 г.;
8. «Комплексные меры противодействия злоупотреблению наркотиками» (Федеральная программа);
9. Федеральная целевая программа развития образования на 2016-2020 годы;
10. Концепция государственной молодежной политики Российской Федерации;

11. Федеральный закон от 21.11.2011 №323-ФЗ (ред. от 07.03.2018) «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»;
12. Концепция образовательной программы «Разработка региональной системы профилактики злоупотребления психоактивными веществами (ПАВ) детьми и молодёжью», 2002 г.;
13. Концепция охраны здоровья здоровых в РФ (Приказ Минздрава РФ от 21.03.2003 г. № 113);
14. Концепция профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде (Приказ Минобразования РФ от 21.03.2003 г. № 113);
15. Методические рекомендации Федерального НИИ Питания по открытию Центра профилактического, лечебного и восстановительного питания региона (Письмо НИИ Питания от 20.03.2008 г.);
16. Положение о социально-гигиеническом мониторинге (Постановление Правительства РФ от 01.06.2000 г. № 426);
17. «Об утверждении Положения об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи» (Постановление Правительства РФ от 29.12.2001 г. 916);
18. «О совершенствовании деятельности по профилактике заболеваний в РФ» (Приказ МЗ РФ от 23.09.2003 г. № 455);
19. «О стратегии воспитания и развития личности в системе общего и профессионального образования России» (Приказ Министерства общего и профессионального образования РФ № 1252 от 19.06.97 г.);
20. «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» (от 23.02.2013 №15-ФЗ последняя редакция)