



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО  
ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом ректора  
от 09.04.2021 №

615-13/12

**ПРОГРАММА**

**здоровьесбережения студентов Южно-Уральского  
государственного университета**

г. Челябинск

Здоровье студенческой молодежи является одним из важнейших условий эффективного его 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 конкурентноспособности.

**I. Общие положения**

1.1 Неоспоримым качеством, которое лежит в основе успешного формирования социально активной личности, является состояние ее здоровья. 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.

1.2 Основные направления здоровьесберегающей деятельности в университете:

**ВЕРНО**  
Ведущий документовед  
О.В. Брюкова

- обновление новых комплексных методов психологической, медико-физиологической, социально-гигиенической оценки состояния здоровья студентов и окружающей среды;
- мониторинг состояния здоровья студентов вуза с учетом экологических, техногенных и социально-экономических рисков на основе современных моделей развития общества;
- мониторинг образовательной среды с точки зрения ее влияния на состояние здоровья студентов;
- разработка концепции риска здоровью студентов вуза, проживающих в напряженных экологических и социально-экономических условиях;
- создание и реализация программ формирования здорового жизненного стиля, профилактики зависимости (алкогольной, никотиновой, гэмблинга), адекватного пищевого поведения;
- физкультурно-оздоровительная и психолого-психотерапевтическое воздействие с целью укрепления здоровья студентов и повышения из адаптационного потенциала внедрение малых форм двигательной активности, психотренинга, индивидуальная и групповая психотерапия, санаторно-курортное лечение).
- формирование готовности университета к здоровьесберегающей деятельности.

## II. Цели и задачи

2.1 Основной целью программы является реализация системы работы по формированию устойчивой ценностной ориентации студенческой молодежи на здоровый образ жизни.

### 2.2 Задачи программы:

- формирование культуры здоровья студентов на основе осознания здоровья как ценности;
- создание приоритета здорового образа жизни через осознание ценности здоровья;
- создание ситуации нетерпимого отношения ко всем видам психоактивных веществ (ПАВ);
- внедрение системы мер профилактического, адаптивного характера, связанных с оздоровительными мероприятиями, психологической поддержкой студентов;
- организация и создание условий для проведения мероприятий здоровьесберегающей направленности (учебно-исследовательские работы студентов, работы преподавателей кафедр, дипломное проектирование) и внедрение результатов в учебный процесс, практику подготовки студентов.

### III. Направления реализации программы

3.1 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 лекториев, 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;

– 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, суицидального поведения среди студентов;

– оздоровительный, направленный на систематическую деятельность по здоровьесберегающему процессу среди студенческой молодежи.

3.2 Модель реализации здоровьесбережения в условиях университета представляет собой систему, направленную на формирование и воспроизводство 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 университете здоровьесберегающего образовательного процесса.

1) Практико-деятельностный подход основан на формировании навыков здоровьесбережения лежит идея о том, что только от самого субъекта, мотивированного к данному 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.

2) Личностно-ориентированный подход предполагает направленность процесса обучения на овладение каждым студентом умениями самостоятельной здоровьесберегающей деятельности и

**ВЕРНО**

Ведущий документовед  
О.В. Брюхова

управлением данным процессом на основе тесного сотрудничества в плане получения информации с преподавателями, психологами, кураторами и т.д.

3) 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.

Мероприятия, реализуемые в ходе программы отражены в Приложении 1.

#### **IV. Механизм реализации программы. Исполнители и участники**

4.1 Механизмом реализации Программы является план работы университета на год, план работы структурных подразделений, обозначенных в программе в качестве исполнителей. Контроль за исполнением Программы осуществляет проректор по внеучебной работе и молодежной политике. Координацию деятельности и реализацию программных мероприятий осуществляет Управление по внеучебной работе и Центр профилактики асоциального поведения.

4.2 Ресурсное обеспечение программы: основанием для успешной реализации программы здоровьесбережения студентов Южно-Уральского государственного университета служат материально-техническая и учебно-методическая база университета.

#### **V. Нормативно-правовое обеспечение**

5.1 Программа разработана в соответствии со следующими правовыми актами:

- Конституцией Российской Федерации;
- Кодексом Российской Федерации об административных правонарушениях, от 30.12.2001 N 195-ФЗ (ред. от 09.03.2021);
- Уголовным кодексом Российской Федерации от 13.06.1996 N 63-ФЗ (ред. от 24.02.2021);
- Федеральным Законом от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным Законом от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Федеральным законом от 21.11.2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (последняя редакция);

**ВЕРНО**

Ведущий документовед  
О.В. Брюхова

– Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», действующие до 2027 г.

– Уставом Южно-Уральского государственного университета.

## VI. Ожидаемые результаты

6.1 Предполагается, что реализация программы будет способствовать:

- формированию основ здорового образа жизни студенческой молодежи;
- 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 университета;
- 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.

Разработчик

Директор ЦПАП



(подпись)

К.С. Гернега

Согласовано

Начальник УВР



(подпись)

С.А. Юдочкина

**ВЕРНО**  
Ведущий документовед  
О.В. Брюхова

**Мероприятия программы здоровьесбережения студентов  
Южно-Уральского государственного университета**

№	Мероприятие	Сроки	Ответственные за проведение
1	Проведение Совета по внеучебной и воспитательной работе с обсуждением вопроса: «Организация и проведение работы по вопросам здоровьесбережения студентов ЮУрГУ»	По графику	УВР, зам. директоры институтов/высших школ по внеучебной и воспитательной работе
2	Проведение заседания Совета по гражданско-патриотическому воспитанию студентов с рассмотрением вопроса здоровьесбережения студентов ЮУрГУ	По графику	УВР, зам. директоры институтов/высших школ по внеучебной воспитательной работе
3	Анкетирование студентов первого курса на тему: «Проблема организации здорового образа жизни студенческой молодежи»	По графику	КЦ «Топ-500»
4	Участие в профилактических мероприятиях Всемирного Дня трезвости	По графику	ОСО
5	Организация информационной кампании о ежегодной диспансеризации студентов	По графику	УВР, ОСО
6	Проведение занятий со студентами по профилактике наркомании	По графику	УВР
7	Проведение соцпроса студентов на тему информированности в вопросах здоровьесбережения	По графику	КЦ «Топ-500»
8	Участие в информационно – образовательной акции, посвященной Международному Дню отказа от курения	По графику	УВР
9	Организация и проведение вакцинопрофилактики, флюорографии, тестирования на употребление наркотиков, анкетирования по раннему выявлению онкологических заболеваний, обязательных ежегодных профилактических осмотров, консультаций и лечения студентов	Ежеквартально	УВР, зам. директоры институтов/высших школ по внеучебной воспитательной, КЦ «Топ-500»
10	Областной конкурс социальной рекламы среди студентов «Я выбираю жизнь!» совместно с «ЧОЦМП»	По графику	ОСО



Ведущий документовед  
О.В. Брюхова

11	Организация проведения мероприятий, посвященных Дню борьбы со СПИДом	По графику	ОСО
12	Изготовление и распространение информационных материалов Всероссийской акции «Стоп ВИЧ/СПИД»	По графику	УВР, ОСО
13	Тестирование на ВИЧ/СПИД Совместно с Областным центром ВИЧ/СПИД Челябинской области	По графику	УВР
14	Проведение цикла мероприятий в институтах и высших школах в рамках Всероссийской акции «Стоп ВИЧ/СПИД»	По графику	УВР, зам. директоры институтов/высших школ по внеучебной воспитательной работе
15	Ежегодное оздоровление студентов в профилактории	Ежемесячно	Профком, УВР
16	Ежегодное оздоровление и отдых студентов в спортивно-оздоровительный лагерь «Олимп»	Летний период	УВР
17	Проведении обучения навыкам оказания первой доврачебной помощи	По графику	УВР, ОСО
18	Мониторинг распространенности употребления наркотиков среди студентов	По графику	УВР
19	Проведение часов куратора в студенческих группах по мероприятиям, направленных на повышение уровня здоровьесбережения студентов	По графику	УВР, ЦПАП
20	Постоянная работа кабинета психологической разгрузки	В течение учебного года	КЦ «Топ-500»
21	Проведение целевых мероприятий по проблемам профилактики наркомании, алкоголизма, курения, токсикомании, суицидальной направленности и ВИЧ/СПИД среди студентов	По графику	УВР, ЦПАП
22	Проведение тренинговой работы со студентами направленной на формирование устойчивой жизненной позиции	В течение учебного года	КЦ «Топ-500»
23	Проведение Дней здорового образа жизни	По графику	УВР. ОСО
24	Привлечение к деятельности по формированию в образовательном пространстве университета здорового образа жизни сотрудников всех структурных подразделений вуза	В течение учебного года	УВР. ОСО

25	Проведение мероприятий по популяризации спорта и здорового образа жизни: - организация и проведение комплекса мероприятий по вопросу оздоровления и отдыха студентов; - развитие и поддержка студенческого туристического движения; - участие в спортивных соревнованиях различного уровня.	По графику	УВР. ОСО
26	Организация досугового времени студентов на принципах формирования здорового образа жизни, участие студентов в творческой деятельности, творческих объединениях, строительных отрядах, спортивных секциях, клубах по интересам, защиты экологии, волонтерской деятельности и др.	В течение учебного года	УВР. ОСО
27	Анкетирование обучающихся с целью уровня информированности по проблемам здоровьесбережения студентов университета	По графику	КЦ «Топ-500»
28	Издание информационных материалов в газете «Smart Университет» по проблемам здоровьесбережения студентов	В течение учебного года	Редакция газеты «Smart Университет»
29	Размещение информации, направленной на развитие здоровьесбережения студентов на сайте университета	В течение учебного года	УВР, УМиМ
30	Представление информации в СМИ по вопросу развития здоровьесбережения студентов университета. Освещение проводимой в университете работы по развитию здоровьесбережения студентов университета	В течение учебного года	УВР, УМиМ
31	Организация и участие в мероприятиях, направленных на повышение уровня профессиональной компетентности в сфере развития здоровьесбережения студентов университета	В течение учебного года	УВР, ЦПАП

**ВЕРНО**

Ведущий документовед

О.В. Бажурова



32	Организация и проведение встреч с сотрудниками ведомственных учреждений, социальными партнерами и заинтересованными представителями общественной сферы по вопросам здоровьесбережения студентов университета	В течение учебного года	УВР, ЦПАП
33	Организация и участие в научных конференциях, тематических форумах и семинарах в сфере здоровьесбережения студентов на городском, региональном и федеральном уровнях	В течение учебного года	УВР, ЦПАП

**ВЕРНО**

Ведущий документовед  
О.Э. Брюхова