

Ассоциация «Совет ректоров медицинских и фармацевтических высших учебных заведений»

«УТВЕРЖДАЮ»

Председатель Ассоциации
« Совет ректоров медицинских
и фармацевтических ВУЗов»
академик РАН

П.В. Глыбочко



" " 26.05.2017 2017 года.

Межвузовская программа

формирования здорового образа жизни
студентов, профилактики и контроля
заболеваемости в молодежной среде на период
2017-2020 г.

2017г.

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

№	Название раздела	Содержание раздела паспорта
1.	Название программы	Межвузовская программа формирования здорового образа жизни студентов, профилактики и контроля заболеваемости в молодежной среде на период до 2017-2020 гг.
2.	Заказчик программы	Ассоциация «Совет ректоров медицинских и фармацевтических высших учебных заведений»
3.	Основания для разработки программы	Техническое задание по реализации проекта «Здоровье каждого – богатство страны!» с использованием средств государственной финансовой поддержки, выделенных в качестве гранта в соответствие с распоряжением Президента Российской Федерации от 05.04.16 № 68-рп и на основании конкурса проведенного Общероссийской общественной организацией «Лига здоровья нации»
4.	Разработчики программы	Первый Московский государственный медицинский университет им. И.М. Сеченова, Воронежский государственный медицинский университет им. Н.Н. Бурденко, Волгоградский государственный медицинский университет, Казанский государственный медицинский университет, Красноярский государственный медицинский университет им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого, Ростовский государственный медицинский университет, Рязанский государственный медицинский университет им. академика И.П. Павлова, Саратовский государственный медицинский университет им. В.И. Разумовского,
5.	Исполнители программы	Высшие учебные заведения медицинского и фармацевтического профиля
6.	Сроки реализации программных мероприятий	2017-2020гг

ОБОСНОВАНИЕ ПРОГРАММЫ

В последние годы основные медико-демографические показатели здоровья молодежи имеют неблагоприятные тенденции. Наблюдается снижение количества абсолютно здоровых студентов, рост хронических заболеваний во всех возрастных группах, изменение структуры хронической патологии, обилие и динамичность факторов риска негативно влияющих на состояние здоровья молодых людей. Проведенные Научным исследовательским институтом гигиены и охраны здоровья детей Российской Федерации исследования показали, что лишь 10 процентов выпускников общеобразовательных организаций могут быть отнесены к категории здоровых. Из 13,4 миллионов детей школьного возраста более половины – 53 процента – имеют ослабленное здоровье, а две трети детей в возрасте 14 лет имеют хронические заболевания. Критичным является то, что количество детей не готовых к систематическому обучению уже сегодня превышает 32 процента. Эта цифра неуклонно растет и касается абсолютно всех регионов нашей страны. А в недалеком будущем это тот контингент, который на фоне крайне тревожной демографической ситуации пополнит ряды абитуриентов, а в последующем сформирует студенческую среду.

В этой связи, ежегодно увеличивается число учащихся и студентов, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе. За последние пять лет увеличилось с 10 до 20–25%, в некоторых вузах достигает 40% и, по прогнозам, к 2020г. приблизится к 50% от общего количества студентов. В структуре функциональных расстройств наибольший удельный вес имеют нарушения органов зрения, системы пищеварения, системы кровообращения, эндокринные и обменные нарушения. Следует отметить, что 22% студентов имеют аномалии рефракции глаз, однако, обращаемость к врачу по этому виду заболевания наименьшая.

За последнее десятилетие значительно ухудшились показатели физического развития. В этом аспекте важную роль играет питание и физическая активность студентов. Весомое влияние на здоровье молодых людей оказывает учебная деятельность (ее характер, интенсивность и организация). Неправильно составленное расписание учебных занятий содействует развитию ранней усталости, утомления и переутомления. Студенты-медики в этом отношении занимают особое положение, так как учебная нагрузка в медицинском вузе в среднем в 2 раза выше, чем у студентов технического вуза. Кроме того, для студентов медицинских вузов характерны еще и специфические факторы – значительные временные затраты на переезд, что приводит к увеличению продолжительности учебного дня, физической и умственной нагрузки; психоэмоциональное напряжение. В процессе обучения на нервно-эмоциональную сферу студентов негативно влияют состояние и переживание больных, их родственников; процесс получения информации в ходе профессиональной подготовки сопряжен с негативными ассоциациями, например, боль, травмы, смерть и т.д. В результате растет тревожность и утомляемость, что закономерно ведет к снижению успеваемости. На фоне длительно существующего переутомления и сопутствующей тревожности нередко формируется аддиктивное поведение (у лиц с низкой переносимостью

трудностей, которые стремятся восстановить психологический комфорт, улучшить настроение путем ухода от реальной действительности). Снижение общего уровня культуры молодежи, в том числе санитарно-гигиенической, способствует распространению саморазрушительных видов поведения, таких как курение, потребление алкоголя, наркотических и психоактивных веществ.

Вопросы сохранения и укрепления здоровья нации всегда были и остаются в числе важнейших приоритетов государственной политики. Среди первоочередных задач – совершенствование системы сохранения и укрепления здоровья молодежи в образовательных организациях и пропаганда здорового образа жизни.

В этой связи, многие вузы, руководствуясь федеральными законами и постановлениями, разрабатывают собственную правовую документацию. Практически во всех вузах медицинского и фармацевтического профиля существуют Программы по оздоровлению участников образовательного процесса и пропаганде ЗОЖ. Однако главный недостаток вузовских профилактических программ – это использование однотипных методов профилактики – информационной деятельности, различных акций, средств физической культуры и спорта. А основная проблема в сфере реализации профилактических программ – недостаточное внимание к эмпирической и теоретической основе разработки профилактических программ и последующей оценке их эффективности. В настоящее время, практически нет работ, содержащих комплексное изучение тенденций динамики здоровья студентов высших учебных заведений, нет масштабных исследований, позволяющих объединить и оценить уже имеющийся опыт и наработки в области здоровьесбережения молодежи, не учтена эффективность социальных программ, не разработаны организационные механизмы оказания медицинской и социальной помощи студенческой молодежи.

Исходя из вышесказанного, для достижения успеха необходимы совместные усилия вузов медицинского и фармацевтического профиля и комплексный подход к решению вопросов сохранения и укрепления здоровья студенческой молодежи. В первую очередь, нам необходимо унифицировать подходы к вопросам здоровьесбережения, изложить их в едином документе и приступить к их поэтапной реализации.

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель: создание среды, способствующей сохранению и укреплению здоровья субъектов образовательного процесса, их продуктивной учебно-познавательной и практической деятельности, основанной на рациональной организации трудовой деятельности и культуре здорового образа жизни личности.

Задачи:

1. Создание современной здоровьесберегающей инфраструктуры образовательной организации, соответствующей стратегическим целям сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса.

2. Формирование методического обеспечения реализации модели безопасного здоровьесберегающего пространства.

3. Разработать и апробировать систему регулярного универсального эпидемиологического мониторинга поведенческих, биологических, социально-экономических, экологических, производственных и бытовых факторов риска развития неинфекционных заболеваний и заболеваемости на федеральном и региональном уровнях для оценки тенденций и эффективности проводимых мероприятий по реализации программы.

4. Совершенствовать систему пропаганды здорового образа жизни, санитарного просвещения населения о факторах риска развития неинфекционных заболеваний и необходимости ответственного отношения к своему здоровью, здоровью своих родных и близких.

5. Обеспечить необходимый уровень профессиональной подготовки в рамках получения додипломного и последипломного медицинского образования по вопросам формирования здорового образа жизни и профилактики неинфекционных заболеваний на основе корректировки федеральных государственных образовательных стандартов и учебных программ.

6. Разработать технологические основы формирования и оценки профессиональной компетентности студентов в области оздоровительной деятельности.

7. Разработать критерии оценки образовательного пространства вуза в области формирования здоровьесберегающей образовательной среды.

8. Осуществить прогностическую оценку образовательного пространства в соответствии с разработанными критериями.

9. Апробировать разработанные средства оценки уровней сформированности профессиональной компетентности студентов в области оздоровительной деятельности.

ПРИОРИТЕТНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ

- Организационная и нормативно-правовая деятельность;
- Медицинская (диагностическая) деятельность;
- Воспитательная деятельность;
- Спортивно-оздоровительная деятельность;
- Информационно-методическая и просветительская деятельность;
- Научно-исследовательская деятельность;
- Образовательная деятельность (аудиторная и внеаудиторная);
- Деятельность, направленная на развитие материально-технической базы;
- Межведомственное взаимодействие.

МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. Организационная и нормативно-правовая деятельность:

- Утвердить План мероприятий («дорожную карту») по пропаганде здорового образа жизни участников и исполнителей программы;
- Создать межвузовскую комиссию при Ассоциации «Совета ректоров медицинских и фармацевтических высших учебных заведений» по пропаганде здорового образа жизни студентов медицинского профиля, утвердить ее состав;
- Утвердить Положение о деятельности межвузовской комиссии по пропаганде здорового образа жизни, вопросам сохранения и укрепления здоровья молодежи.
- Контроль за выполнением программы возложить на руководителей медицинских и фармацевтических высших учебных заведений.
- поэтапный анализ итогов работы по программе проводить на заседаниях Ассоциации «Совета ректоров медицинских и фармацевтических высших учебных заведений».

2. Медицинская (диагностическая) деятельность:

- Разработка и внедрение единой системы мониторинга факторов риска неинфекционных заболеваний и комплексной оценки эффективности основных направлений реализации программы;
- Создание и внедрение электронных паспортов здоровья студенческой молодежи, включающего риск развития наиболее часто встречающихся заболеваний, оценку функциональных резервов соматического, биоэнергетического и психологического статуса, степень физического развития, уровень мотивации человека на сохранение и укрепление здоровья, определение обратимости выявленных изменений в состоянии здоровья;
- Разработка и внедрение системы самооценки уровня здоровья и самооздоровление молодых людей в процессе обучения;
- Выявление отдельных групп учащейся молодежи, оздоровление которых требует проведения специальных медицинских и социальных мероприятий;
- Организация диспансерного наблюдения лиц с высоким индивидуальным уровнем риска развития неинфекционных заболеваний, с проведением комплекса профилактических и лечебно-оздоровительных мероприятий по его снижению;
- Обеспечение условий для эффективной организации диспансеризации и профилактических медицинских осмотров на основе повсеместного внедрения электронной медицинской карты и компьютерных программ учета их прохождения;
- Разработка средств оперативного медицинского контроля за лицами, занимающимися спортом, участвующими в физкультурно-оздоровительных программах непосредственно по месту учебы;

- Проведение индивидуальных и групповых мероприятий по повышению мотивации и охвата вакцинацией против инфекционных заболеваний, способствующих развитию или осложняющих течение неинфекционных заболеваний.

3. Воспитательная деятельность:

- Создание условий для духовно-нравственного воспитания, интеллектуального, творческого и физического развития молодежи, реализации ее научно-технического и творческого потенциала;
- Разработка учебно-образовательных программ о здоровье для телевидения, популярных кинофильмов, компакт-дисков, конкурсов здоровья и т.д.;
- Внедрение развлекательно-оздоровительных технологий в сфере молодежного досуга, творческого развития.

Спортивно-оздоровительная деятельность:

- Организация работы по различным видам спортивно - оздоровительной деятельности, востребованной участниками образовательного процесса, мероприятий, содействующих повышению привлекательности спорта и здорового образа жизни (конкурсы, спортивные фестивали, турниры, соревнования, праздники)
- Организация и проведение динамических часов, подвижных перемен и часов здоровья в режиме учебного дня студентов;
- Внедрение в процесс физического воспитания современных оздоровительных технологий;
- Создание условий и организация системы внеурочной деятельности физкультурно-оздоровительной и спортивной работы;
- Обеспечение доступности занятий физической культурой и спортом для всех возрастных групп студенческой молодежи, включая инвалидов и других лиц с ограниченными физическими возможностями;
- Разработка программно-методического материала по вопросам внедрения и реализации комплекса ГТО в образовательных организациях;

Информационно-методическая и просветительская деятельность:

- Повышение уровня санитарно-гигиенического просвещения населения в области профилактики неинфекционных заболеваний и формирования здорового образа жизни, а также повышение приверженности молодых людей к его ведению с привлечением средств массовой информации, широким использованием социальной рекламы на всех каналах телевидения, включением в этот процесс органов и структур образования и культуры, молодежной и социальной политики, физической культуры и спорта, а также работодателей, общественных организаций и движений, волонтеров;
- создание на интернет-сайте образовательной организации раздела по вопросам формирования здоровьесберегающей образовательной среды;

- организация системной работы по обеспечению присутствия информации о проекте в СМИ (репортажи о планах работы, готовящихся мероприятий, освещение фестивалей и соревнований);
- создание буклетов, стендов, макетов баннеров, афиш и прочей продукции.

Научно-исследовательская деятельность:

- Формирование стратегии охраны и укрепления здоровья учащейся молодежи, разработка научных основ реализации индивидуального потенциала здоровья человека в период обучения в вузе как основы предупреждения заболеваний;
- Получение на основе фундаментальных исследований новых и углубление имеющихся знаний о здоровом и больном организме человека, его жизнедеятельности и индивидуальных механизмов адаптации к условиям окружающей физической и социальной среды;
- Разработка новых методов экспресс-диагностики и коррекции сниженных резервов организма, восстановления утраченного здоровья, увеличения продолжительности периода активной жизни человека;
- Разработка новых схем организации медицинской помощи студенческой молодежи и управления здравоохранением с учетом специфической социальной группы – студенческой молодежи.

Образовательная деятельность (аудиторная и внеаудиторная):

- Формирование банка модернизированных образовательных программ по сохранению здоровья на основе внедрения новейших методик и здоровьесберегающих технологий;
- Создание интегрированных образовательных программ основного и дополнительного образования с рассмотрением вопросов диспансеризации, профилактических медицинских осмотров и скрининга основных неинфекционных заболеваний;
- Организация циклов тематического усовершенствования во всех медицинских вузах по вопросам формирования здорового образа жизни и профилактики неинфекционных заболеваний.

Деятельность, направленная на развитие материально-технической базы:

- Формирования Центров здоровья, кабинетов оздоровления по месту учебы молодых людей;
- Приведение центров здоровья, отделений и кабинетов медицинской профилактики в соответствие с требованиями Приказа Минздрава России от 30 сентября 2015 года № 683н и их ведущей ролью в процессе индивидуальной и групповой профилактики неинфекционных заболеваний, персонального информирования и мотивирования студентов к ведению здорового образа жизни;

- Материально-техническое обеспечение реализации ВФСК ГТО посредством проектирования и развития спортивно-оздоровительной инфраструктуры образовательного организации.

Межведомственное взаимодействие:

- Привлечение партнеров по деятельности в интересах здоровья здоровых на всех уровнях: человек, семья, место учебы, населенный пункт, регион, государство;
- Обеспечение развития межведомственного партнерства в области профилактики неинфекционных заболеваний и формирования здорового образа жизни, разработка мер, стимулирующих и мотивирующих участников образовательного процесса к реализации программ и отдельных мероприятий по сохранению и укреплению здоровья.

ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

Реализация 1 этапа: 2017 – 2018 годы:

- Формирование мотивационно-ценностных установок на здоровье и здоровый образ жизни;
- Разработка методик оценки здоровья студентов;
- Внедрение положений концепций в учебные планы и в деятельность структурных подразделений университета;
- Проведение мероприятий по профилактике, диагностике, раннему выявлению заболеваний, коррекции здоровья студентов;
- Разработка новых методов профилактики;
- Разработка методических пособий и указаний по здоровому образу жизни и физической культуре;
- Повышение квалификации и переподготовка кадров всех структурных подразделений университета с учетом требований здоровьесбережения;
- Организация учебного процесса по нормативам и стандартам здоровья (учебных аудиторий, лабораторий, учебных мест, введение отдельной оценки знаний о здоровье в междисциплинарный экзамен, организация УИРС по проблемам здоровья).
- Поддержка здорового социально-психологического климата в вузе.

Научно-исследовательская работа:

- разработка тестовых программ скринингового обследования различных систем организма, работающих в диалоговом режиме (эти программы должны предусматривать возможность введения анализов результатов медицинских и лабораторных исследований, определять расчетные показатели здоровья);
- внедрение разработанного Паспорта здоровья в повседневную практику учебной деятельности студентов и преподавателей;
- внедрение в повседневную практику учебной и производственной деятельности студентов и преподавателей разработанные методики оценки

потребностей в ценностях физической культуры, здорового образа жизни, в оптимальном здоровье;

- организация внутривузовских, региональных, федеральных, международных конференций по вузовскому мониторингу здоровья;
- осуществление экспертизы научно-технических разработок, программ исследований, технологий здоровья;

Организационно-хозяйственная работа:

- создание условий для поддержания и укрепления здоровья, следованию здоровому образу жизни;
- разработка нормативных оценок соответствия производственно-хозяйственной деятельности университета критериям здоровья;
- приведение условий труда, быта и отдыха студентов, преподавателей и сотрудников к научно обоснованным нормативам здоровья;
- внедрение новых принципов руководства основанных на паритетном взаимоотношении;
- осуществление согласованной деятельности структур, непосредственно обеспечивающих здоровье и ЗОЖ, содействовать более эффективному их сотрудничеству в деятельности, направленной на повышение здоровья студентов, преподавателей и сотрудников университета, включению их в здоровый образ жизни;
- внедрение рейтинговых нормативов, стимулирующих мониторинг здоровья структур университета.

Просветительская деятельность:

- организация семинаров по вопросам валеологии, медико-биологическим проблемам здоровья, физической культуры, по аспектам здорового образа жизни, по отказу от курения, злоупотребления алкоголем, по ликвидации лекарственной и наркотической зависимости, по экологии человека;
- подготовка и издание научных трудов, методических пособий преподавателями вуза по всем аспектам здоровья, популяризацию исторических подходов и современных представлений о здоровом образе жизни.

Реализация 2 этапа: 2019 – 2020 годы:

- практическая реализация концепций по всем аспектам здоровья и здорового образа жизни;
- дальнейшее улучшение условий, способствующих поддержанию и укреплению здоровья, ведению здорового образа жизни;
- укрепление материальной базы структур университета, непосредственно влияющих на здоровье студентов, преподавателей и сотрудников;
- введение в практику новых профилактических, здоровьесберегающих технологий;
- практическая реализация и дальнейшее развитие мероприятий, запланированных на 2017-2020 годы по разделам: формирование

мотивационно-ценностных установок на поддержание, укрепление здоровья и ведение здорового образа жизни; учебная работа, организационно-хозяйственная работа, финансовая деятельность, просветительская деятельность; научно-исследовательская работа (научное обеспечение Программы);

- совершенствование профилактической работы;
- разработка и внедрение новых методов профилактики.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. Формирование нравственно, физически, психически здорового специалиста, с устойчивой потребностью в ценностях физической культуры, здорового образа жизни, владеющего экологической культурой, способного плодотворно, профессионально трудиться, управлять своим здоровьем и содействовать поддержанию здоровья окружающих.

2. Повышение уровня всех параметров здоровья.

3. Снижение заболеваемости.

4. Внедрение современной системы диспансеризации и мониторинга физического состояния студентов, преподавателей и сотрудников вуза.

5. Совершенствование системы профилактических, оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;

6. Становление эффективно функционирующей мобильной системы формирования здорового образа жизни, обеспечивающей становление профессионально-компетентной, социально-активной, нравственно-устойчивой, психически и физически здоровой личности.

7. Введение унифицированных «Паспортов здоровья»

8. Создание учебных планов и учебных программ, скорректированных на здоровьесбережение.

9. Исключение или сведение к минимуму негативного влияния учебно-воспитательного процесса на здоровье молодых людей (организация учебно-воспитательного процесса с учетом его психологического и физиологического воздействия на организм учащегося, нормирование учебной нагрузки, профилактика утомляемости с учетом расписания и режима дня, использование педагогических приемов, методов и форм работы которые не наносят вреда здоровью, обеспечивают безопасные условия обучения и т.д.).

10. Создание интегрированных образовательных программ основного и дополнительного образования.

11. Подготовка методических пособий и рекомендаций по здоровому образу жизни и организаций занятий физической культурой.

12. Создание научных разработок по профилактике, диагностике, раннему выявлению заболеваний, коррекции здоровья студентов, преподавателей и сотрудников.

13. Переход к современным механизмам ресурсного обеспечения инновационных технологий с учетом требований времени.

ЦЕЛЕВЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ

Контрольные показатели реализации "дорожной карты"

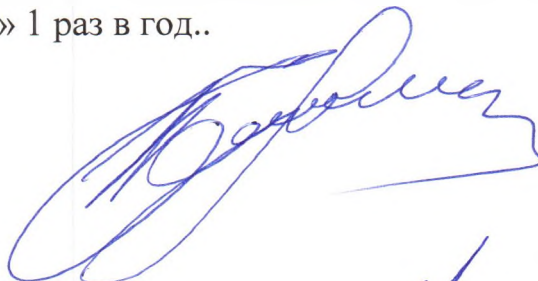
№	Наименование контрольного показателя	Целевое значение (целевой уровень)
1.	Наличие информационной базы о здоровье обучающихся и сотрудников вуза	Наличие информационной базы
2.	Охват студентов / сотрудников медицинскими осмотрами	100%
3.	Охват студентов / сотрудников иммунизацией в рамках национального календаря прививок	100%
4.	Охват студентов / сотрудников флюорографическим обследованием	100%
5.	Количество обучающихся, с ограниченными физическими возможностями	Не более 10% от общего числа обучающихся
6.	Доля обучающихся образовательных организаций, участвующих в мероприятиях, направленных на формирование здорового образа жизни и культуры питания	Не менее 50% от общего числа обучающихся
7.	Доля обучающихся образовательных организаций области, принявших участие в соревнованиях	Не менее 100 обучающихся
10.	Проведение пропагандистских мероприятий общественными организациями области	Не менее 5 в год
11.	Наличие собственных спортивных баз:	
	стадион	Количественный показатель
	спортивно-оздоровительный комплекс	Количественный показатель
	плавательный бассейн	Количественный показатель
	плоскостные сооружения	Количественный показатель
другие спортивные объекты	Количественный показатель	
12.	Наличие арендованных спортивных баз:	
	стадион	Количественный показатель
	плавательный бассейн	Количественный показатель
13.	Внеучебные физкультурно-спортивные мероприятия:	
	соревнования	Количественный показатель
	конкурсы	Количественный показатель
	смотри	Количественный показатель
	ГТО	Количественный показатель

14.	Наличие в структуре вуза, в том числе:	
	наличие медицинского кабинета в вузе	Количественный показатель
	наличие кабинета психологической помощи в вузе	Количественный показатель
	санаторий	Количественный показатель
	профилакторий	Количественный показатель
	оздоровительно-спортивный лагерь	Количественный показатель
	кабинет здорового образа жизни	Количественный показатель
	центр профилактики	Количественный показатель
наличие столовой	Количественный показатель	
15.	Публикационная активность в области здоровьесбережения:	
	учебники	Не менее 1 в год
	руководства	Не менее 1 в год
	монографии	Не менее 1 в год
	учебные пособия	Не менее 1 в год
	учебно-методические рекомендации	Не менее 1 в год
	учебно-методические указания	Не менее 1 в год
	информационные письма	Не менее 1 в год
	буклеты	Не менее 1 в год
	информационные брошюры, плакаты	Не менее 1 в год
	Научно-популярные статьи	Не менее 10 в год
	– всероссийские	Не менее 4 в год
– региональные	Не менее 6 в год	
16.	Научная деятельность:	
	Защищенные диссертации по вопросам профилактики и формированию ЗОЖ	Не менее 1 в год
	Участие сотрудников и студентов в научных конференциях по вопросам ЗОЖ	Не менее 5 в год
	Научные статьи	Не менее 10 в год
	– международные	
	– всероссийские	
– региональные		

СИСТЕМА ОРГАНИЗАЦИИ КОНТРОЛЯ ЗА ИСПОЛНЕНИЕМ ПРОГРАММЫ

1. Координация и управление деятельностью участников программы осуществляется администрацией медицинских и фармацевтических высших учебных заведений.
2. Поэтапный анализ итогов работы по программе проводится на заседаниях Ассоциации «Совета ректоров медицинских и фармацевтических высших учебных заведений» 1 раз в год..

Руководитель проекта



И.Э. Есауленко

Координатор проекта



В.А. Решетников

Руководитель образовательных программ проекта



Е.Е. Ачкасов

Ответственный за реализацию здоровьесберегающих технологий проекта на региональном уровне



Т.Н. Петрова