УТВЕРЖДАЮ
и.о. ректора ФГБОУ ВО КрасГМУ
им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого
С.Ю. Никулина
«14» февраля 2019 г.

ПРОГРАММА
по оздоровлению участников образовательного процесса и пропаганде здорового образа жизни

в Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный медицинский университет имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого» Министерства здравоохранения Российской Федерации
на 2019-2022 годы

I. Общие положения

Программа деятельности по формированию здорового образа жизни (далее Программа) Федерального государственного образовательного учреждения высшего образования «Красноярский государственный медицинский университет имени профессора В. Ф. Войно-Ясенецкого» (далее - Университет) на 2019-2022 годы является неотъемлемым компонентом программы развития Университета.

Университет рассматривает свою активность по формированию здорового образа жизни как деятельность, ориентированную на сохранение капитала здоровья обучающихся и сотрудников для повышения эффективности соответствующей сферы общественного производства (образование, здравоохранение).

Общественные предпосылки к разработке и реализации Программы:

1) Высокие темпы экономического развития региона, обусловливающие потребность в новых технологиях и кадрах для сохранения здоровья трудоспособного населения.

2) Негативная динамика показателей здоровья обучающихся: по данным мониторинга здоровья студентов КрасГМУ за 6 лет обучения показал, что в 1,5 раза уменьшается категория студентов «практически здоровые», в 3,2 раза увеличилась группа студентов, имеющих хронические заболевания, а группа студентов, имеющих «риск» заболеваний, за годы обучения осталась практически без изменений и составляет 33-36% от общего числа обучавшихся за обследуемый период. Таким образом, студенческая молодежь, уже на первом курсе приходит с хроническими заболеваниями всех органов и систем (только в 2018 году выявлено практически здоровых 39%, имеющих факторы риска – 20% и имеющие хронические заболевания и врожденную патологию – 41%). Омрачается данная ситуация и тем, что больше половины студентов имеют 2 заболевания и более (52,3)%.

3) Улучшение показателей здоровья обучающихся и сотрудников Университета новых форм организации лечебно-диагностической.

профилактической, реабилитационной, физкультурно-оздоровительной работы, психолого-педагогической поддержки.
4) Модернизация инфраструктуры Университета для развития безопасной здоровъесберегающей профессиональной среды, способствующей максимальной самореализации обучающихся и сотрудников.
5) Адресная подготовка специалистов и научно-методическое обоснование комплексных систем развития капитала здоровья в системе образования и здравоохранения.

Достижение цели и задач прогнозируется за счет:
1) Развития в Университете сектора фундаментальных и прикладных исследований для создания научно-обоснованных программ сохранения и развития капитала здоровья.
2) Подготовки в Университете квалифицированных кадров по вопросам сбережения и развития здоровья.
3) Разработка национальных и региональных стандартов и адаптация международных стандартов в систему мер по формированию здорового образа жизни.
4) Усиление подразделений, отвечающих за реализацию мероприятий Программы.
5) Целевой поддержки наиболее продуктивно работающих в рамках Программы обучающихся и специалистов Университета.

В зоне ответственности Университета - обеспечение качественно нового уровня организации и внедрения мероприятий по формированию здорового образа жизни, создание единого образовательного пространства, обеспечивающего личность обучающегося и сотрудника Университета адекватными его способностям и интересам возможностями реализовать потребность вести здоровый образ жизни, развивать навыки и опыт ответственного отношения к здоровью как ценности.

II. Мероприятия и условия реализации Программы

Деятельность Университета по выполнению Программы базируется на двух основных составляющих:
1) Создание безопасной здоровьесберегающей среды как развитой инфраструктуры для организации научно-методической, образовательной, лечебно-диагностической, профилактической, реабилитационной, спортивно-оздоровительной, управленческой и аналитической деятельности по формированию здорового образа жизни и улучшению показателей здоровья обучающихся и сотрудников Университета.
2) Развитие идеологии культуры здоровья как единства представлений о физической, психической и духовно-нравственной его составляющих, о мотивации к ведению здорового образа жизни, о способности управлять здоровьем, сохранять и укреплять его.

Основные механизмы достижения цели и задач Программы:

1) Эффективное использование ресурсного потенциала Университета:

1.1. Разработка и формирование организационного, нормативно-правового, методического и технологического обеспечения Программы.

1.2. Создание Координационного совета по формированию здорового образа жизни с привлечением представителей администрации, подразделений и обучающихся для разработки и принятия управленческих решений и экспертного сопровождения мероприятий Программы.
1.3. Организация системы повышения квалификации профессорско-преподавательского состава, административно-управленческого персонала и обучающихся по проблематике Программы.
1.4. Формирование высокой заинтересованности руководства Университета, научно-образовательных и иных подразделений, сотрудников и обучающихся в реализации Программы.
1.5. Развитие Отделения общей врачебной практики и профильных подразделений Университета для расширения спектра и повышения эффективности медицинских услуг, реабилитационных и профилактических мероприятий для обучающихся и сотрудников Университета, создание действенной системы оказания качественной и доступной медицинской помощи и службы социально-психологической поддержки участников образовательного процесса в Университете.
1.6. Развитие системы профессиональной экспертизы здоровьесберегающих и здоровьеразвивающих технологий, конкурсный отбор и целевая поддержка деятельности в рамках мероприятий Программы (конкурс внутривузовских грантов по формированию здорового образа жизни, привлечение внешних экспертов для оценки эффективности мероприятий Программы).
1.7. Развитие совместной деятельности с Министерством здравоохранения Красноярского края, Министерством образования Красноярского края, Министерством спорта Красноярского края, Агентством молодежной политики и реализации программ общественного развития, Агентства науки и инновационного развития Красноярского края, Краевым центром медицинской профилактики, медицинскими организациями Красноярского края и г. Красноярска, вузами региона по вопросам формирования здорового образа жизни.
1.8. Научный анализ социальных и экономических эффектов реализации программы (стимулирование и поддержка в Университете научных проектов в области анализа и развития капитала здоровья, оценки эффективности здоровьесберегающих и здоровьеразвивающих технологий).

2) Открытость для взаимодействия и активная интеграция на международном, федеральном и региональном уровнях:

2.1. Изучение опыта создания и реализации отечественных и зарубежных программ формирования здорового образа жизни на индивидуальном и групповом уровнях.
2.2. Привлечение ведущих специалистов, создание и развитие новых образовательных программ междисциплинарного характера, в том числе в сотрудничестве с российскими и зарубежными центрами и университетами, по вопросам формирования здорового образа жизни.

2.3. Использование возможностей программ академической мобильности обучающихся и сотрудников Университета для реализации мероприятий Программы.
2.4. Участие сотрудников Университета в разработке национальных, региональных и адаптации международных стандартов в систему мер по формированию здорового образа жизни.
2.5. Открытость механизмов и результатов мониторинга физиологической и социально-психологической адаптации студентов к обучению в Университете.
2.6. Открытость ресурсов и обеспечение информационной поддержки Программы в едином информационном пространстве медицинских и фармацевтических вузов Российской Федерации.

3) Развитие инфраструктуры для реализации существующих и внедрения новых научно-образовательных, лечебно-диагностических и оздоровительных технологий в Университете:

3.1. Модернизация учебных программ для масштабного использования контекстного обучения, предполагающего воспитание культуры здоровья через дисциплины вузовской программы в рамках программ высшего и последипломного образования.
3.2. Разработка и включение новых образовательных модулей междисциплинарного характера при обучении по специальностям «лечебное дело», «педиатрия», «клиническая психология», «социальная работа» (в том числе по проблемам определения уровня стресса и его профилактики, методам коррекции стресса, методам (само) оценки физической и психической работоспособности, профилактики гиподинамии, методам отказа от курения, диагностики и лечения алкогольной и наркотической зависимости, организации рационального питания, диагностики и коррекции нарушений липидного обмена, профилактики заболеваний, передающихся половым путем, современным методам реабилитации).
3.3. Адресная подготовка специалистов, владеющих современными знаниями о методах оценки и увеличения резервов физического и психического здоровья, оценки и коррекции образа жизни, оценки и подбора диеты и индивидуальной физической нагрузки, для региональных центров здоровья и центров медицинской профилактики, физкультурно-врачебных диспансеров, отделений реабилитации.
3.4. Внедрение практики индивидуальных профессиональных и образовательных траекторий для сотрудников и обучающихся Университета 5 в соответствии с показателями их индивидуального здоровья и режимом оздоровительных мероприятий, в том числе для лиц с ограниченными возможностями.
3.5. Включение новых образовательных модулей по проблематике Программы в учебные комплексы Университета (организация медицинского обеспечения студентов высших учебных заведений, методология формирования здорового образа жизни, организация работы в группах риска,

технологии оценки стресса и методы борьбы с ним, разработка и внедрение специальных тренинговых программ).

3.6. Модернизация материально-технической базы для воспитания культуры здоровья и проведения оздоровительных и реабилитационных мероприятий (оснащение профильных кафедр, общежитий, отделений клиники Университета современным оборудованием и методическим обеспечением по проблематике Программы).

Осуществление деятельности медицинских центров КрасГМУ (Отделение общей врачебной практики, Университетская клиника, Профессорская клиника, Стоматологическая поликлиника, Университетский центр стоматологии, ЦНИЛ, развитие отделений нейро-, кардио- и ортопедической реабилитации на базе клиники Университета, развитие службы мониторинга здоровья обучающихся и сотрудников через регулярные медицинские осмотры и проведение ФПГ-обследования на территории КрасГМУ при помощи собственного флюорологического кабинета, проведение благотворительных акций по оказанию бесплатной консультативной и лечебно-диагностической помощи сотрудникам и обучающимся в медицинских центрах КрасГМУ, поддержка работы службы социально-психологического сопровождения адаптации студентов к обучению в вузе, консультационного психологического пункта для обучающихся и сотрудников, кабинетов психологической разгрузки в учебных корпусах и общежитиях Университета).

3.7. Внедрение современной комплексной системы диспансеризации и мониторинга физического, психического и соматического состояния обучающихся и сотрудников, в том числе применение современных методов диагностики состояния органов и систем организма (биохимические и физиологические параметры жизнедеятельности, маркеры применения психоактивных веществ) на протяжении учебной и трудовой деятельности.

3.8. Развитие в Университете сектора фундаментальных и прикладных исследований в области общественного здоровья и здравоохранения, лечебной физкультуры и спортивной медицины, гигиены, психологии и наркологии, физиологии и биологии развития и экстремальных состояний, профилактической медицины, токсикологической химии, фармакологии, интегративной антропологии, информационных технологий в мониторинге жизнедеятельности организма.

3.9. Развитие и модернизация существующей базы для физкультурной и спортивной работы в Университете (модернизация существующих спортивных объектов в учебных корпусах, общежитиях кампуса и за городом (бассейн, спортивный зал, тренажерные залы, лыжная база).

3.10. Создание условий для безопасного учебного процесса и трудовой деятельности, зон отдыха за счет приведения их в соответствие с санитарно-гигиеническими нормами.

3.11. Модернизация системы общественного питания в Университете, развитие системы диетического питания для обучающихся и сотрудников.

3.12. Анализ основных факторов, оказывающих влияние образа жизни обучающихся и сотрудников университета, и принятие организационных решений, предупреждающих их воздействие (например, запрещение курения на территории университетского городка).
3.13. Активное привлечение обучающихся и сотрудников Университета к разработке и внедрению программ пропаганды здорового образа жизни для населения региона (организация тематических циклов «Формирование здорового образа жизни» студентами, выезжающими на практику, и преподавателями, выезжающими для проведения циклов последипломного образования, в территории края, а также бойцами студенческих отрядов по акции «Снежный десант»).
3.14. Разработка и внедрение электронного паспорта здоровья обучающихся и сотрудников Университета.

4) Новые технологии организации профилактической и оздоровительной работы в Университете:

4.1. Внедрение принципов системы управления качеством в организацию деятельности Университета по формированию здорового образа жизни (создание системы контроля качества оздоровительных, профилактических, лечебно-диагностических, реабилитационных мероприятий, качества питания и качества организации учебного и трудового процессов).
4.2. Расширение спектра форм образовательной и информационной работы по вопросам здорового образа жизни и внедрения здоровьесберегающих и здоровьеразвивающих технологий (тематические дни на факультетах, выставки, конференции, школы, акции, конкурсы, тренинги, форум на сайте Университета).
4.3. Активное вовлечение студентов в реализацию Программы: подготовка лидеров пропаганды и формирования идеологии здорового образа жизни из числа студенческой молодежи Университета (тематические дни на факультетах, подготовка к изданию информационных материалов силами обучающихся), привлечение студентов к реализации научно-исследовательских проектов по проблематике Программы.
4.4. Организация спортивно-оздоровительной работы в Университете на основе принципов общедоступности, многообразия, контроля эффективности, мобильности (тренажерные залы в учебных корпусах и общежитиях, внедрение механизмов эффективного мониторинга жизнедеятельности организма при выполнении физической нагрузки, современные методы организации двигательной активности во время учебной и трудовой деятельности, спортивные инструкторы в общежитиях).
4.5. Формирование и рекламирование привлекательных образцов и персонифицированных примеров для подражания, притягательных видов и форм предлагаемой оздоровительной и спортивной деятельности, развитие художественной самодеятельности, студенческих обществ, других форм организации здорового досуга в Университете.
4.6. Внедрение технологий активизации субъектной позиции студента и преподавателя по отношению к сохранению и развитию резерва здоровья

(технология постоянного усовершенствования, технологии индивидуального (в том числе анонимного) и группового консультирования, технологии формирования и закрепления мотивации, технологии формирования индивидуальных программ коррекционно-развивающей и реабилитационной работы).

4.7. Организация системы психологических тренингов для студентов (формирование навыков стрессоустойчивости, противодействия асоциальному и девиантному поведению), сотрудников (профилактика синдрома эмоционального выгорания, преодоление хронического стресса), а также тренингов для обеих категорий субъектов по вопросам уверенного поведения, коммуникативных навыков, эффективной самопрезентации, повышения психологической устойчивости, управления эмоциями, снижению деструктивной конфликтности, оптимизации личностного роста.

4.8. Использование механизмов студенческого самоуправления и института кураторства для достижения цели и задач Программы, в том числе при работе с группами риска.

4.9. Обеспечение позиции обучающегося или сотрудника как равноправного, компетентного и ответственного участника, вносящего свой вклад в развитие в популяризацию здорового образа жизни, независимо от индивидуальных физических способностей и спортивных достижений.

4.10. Применение новых технологий при реализации профилактических, лечебно-диагностических и реабилитационных мероприятий программы (технологии дистанционного мониторинга, интерактивные корригирующие программы, мониторинг с использованием технологий оценки качества жизни, наличие раздела «Здоровье» в личном кабинете авторизованного пользователя с возможностью предоставления авторизированного доступа необходимым профильным специалистам).

4.11. Усиление ответственности участников реализации Программы за своё здоровье и здоровье окружающих за счет включения показателей здоровья и личного участия в мероприятиях по формированию здорового образа жизни в рейтинговые системы оценки качества деятельности и механизмы стимулирования обучающихся и сотрудников Университета.

III. Обеспечение реализации программы

Основными «опорными» элементами для реализации Программы являются:

1) Совет по воспитательной, антитеррористической, антинаркотической и антикоррупционной работе.

2) Отделение общей врачебной практики и Центр здорового образа жизни.

3) Административно-хозяйственное управление.

4) Управление по воспитательной работе и молодежной политике, Управление корпоративной политики, Управление по внеучебной работе.

5) Профильные кафедры Университета: кафедра поликлинической терапии и семейной медицины с курсом здорового образа жизни, кафедра физической культуры; кафедра педагогики и психологии с курсом ПО; кафедра клинической психологии и психотерапии с курсом ПО; кафедра сестринского

дела и клинического ухода; кафедра гигиены; кафедра общественного здоровья и здравоохранения с курсом социальной работы.
6) Профильные научные подразделения Университета: Институт человека, международная ассоциированная лаборатория интегративной антропологии; Институт профилактического и лечебного питания; Психологический центр; Центральная научно-исследовательская лаборатория.
7) Общественные организации Университета: Совет обучающихся, Союз молодежи, Студенческий Совет, Студенческие отряды, профсоюзная организация.

Управление Программой:

1. Актуализация плана Программы на этапах ее выполнения и управление изменениями Программы.
2. Согласование структуры ответственности за выполнение работ с целью оптимизации использования человеческих ресурсов при выполнении программы, развития командного подхода к решению вопросов в рамках проблематики программы.
3. Эффективное бюджетирование Программы с целью достижения стратегических целей и задач.
4. Реализация основных и вспомогательных процессов (подготовка и распределение необходимой для участников проекта информации с требуемой периодичностью, регулярная оценка исполнения программы с целью подтверждения соответствия принятым стандартам качества, сбор рекомендаций, отзывов, предложений, их оценка, повышение квалификации участников реализации программы).
5. Освещение результатов выполнения Программы:

1) информирование обучающихся и сотрудников Университета о ходе реализации и итогах этапов выполнения программы (с использованием информационной системы вуза);
2) информирование внешних партнеров и наблюдателей о ходе реализации программы (с использованием средств массовой информации, открытых информационных ресурсов Университета).

Финансовое обеспечение Программы:

Достижение цели и решение задач Программы осуществляются путем скоординированного выполнения взаимоувязанных по срокам, ресурсам и источникам финансового обеспечения мероприятий Программы.

Ассигнования федерального бюджета на финансовое обеспечение мероприятий программы в 2019 г. составят 10 млн. р., в 2020 г. - 10 млн. р., в 2021 г. - 10 млн. р., в 2022 – 10 млн. р.

Внебюджетное финансовое обеспечение мероприятий Программы осуществляется за счет собственных внебюджетных средств университета и составит в 2019 г. - 4,7 млн. р., в 2020 г. - 4,9 млн. р., в 2021 г. - 4,9 млн. р., в 2021 г. - 4,9 млн. р.

Общий объем финансирования программы составит 59,7 млн. р.:

за счет средств федерального бюджета - 40 млн. р.;

за счет средств внебюджетных источников - 19,6 млн. р..