

УТВЕРЖДАЮ
ректор ГБОУ ВПО КрасГМУ
им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого
Минздрава России

И.П. Артюхов

«28»

2014 года

ПРОГРАММА

деятельности по формированию здорового образа жизни
в Государственном бюджетном образовательном учреждении высшего
профессионального образования «Красноярский государственный
медицинский университет имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого»
Министерства здравоохранения Российской Федерации
на 2014-2015 годы

I. Общие положения

Программа деятельности по формированию здорового образа жизни (далее – Программа) государственного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Красноярский государственный медицинский университет имени профессора В. Ф. Войно-Ясенецкого» (далее – университет) на 2014-2015 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, обуславливающие 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 (с 2009 по 2013 г.) показал, что в 1,5 раза уменьшилась категория студентов «здоровые лица», в 2,2 раза увеличилась группа студентов, имеющих хронические заболевания, а группа студентов, имеющих «риск» заболеваний, за годы обучения осталась практически без изменений и составляет 32-35% от общего числа обучавшихся за обследуемый период.
- 3) Распространенность факторов риска развития психосоматической патологии у студентов и сотрудников (снижение адаптационных возможностей, межличностные проблемы, неудовлетворительная организация учебного и научного процессов, несбалансированное питание), что наряду с отсутствием знаний по самоконтролю и развитию

индивидуальных резервных возможностей, отсутствием мотивации к здоровому образу жизни приводят к нарушениям здоровья, пристрастию к пагубным привычкам.

4) Отсутствие системы мероприятий по пропаганде здорового образа жизни в обществе и в молодежной среде, в том числе в контексте ценностей здорового образа жизни для общественного престижа личности и страны.

5) Наличие потребности в научно-обоснованном анализе здоровья в и разработке программ формирования здорового образа жизни и безопасной образовательной среды с учетом междисциплинарных подходов.

Университет видит свою роль социального института, формирующего не только компетентного специалиста, но и полноценную, здоровую личность с такими качествами и свойствами, как социальная активность, ориентация на здоровый образ жизни, эстетические идеалы и этические нормы жизни.

В связи с этим, положения настоящей Программы полностью соответствуют:

1) **Миссия Университета:** «Мы стремимся сохранять здоровье и развивать медицинскую культуру нашего общества через подготовку и нравственное воспитание высококвалифицированных специалистов, работающих на основе последних достижений науки и принципов этики и гуманизма»;

2) **Цели его стратегического развития** на период до 2020 года: «Развитие университета как государственного образовательного учреждения инновационного типа, осуществляющего многоуровневую подготовку конкурентоспособных специалистов на базе интеграции научного, учебного и лечебно-диагностического процессов, использования современных образовательных и управленческих технологий, инновационной и производственной деятельности для внедрения результатов фундаментальных исследований в медицинскую практику».

II. Цель, задачи, принципы Программы

Цель программы – разработка и реализация в образовательном пространстве Университете системы формирования здорового образа жизни, обеспечивающей развитие профессиональной, психо-социально компетентной, физически здоровой и нравственно устойчивой личности.

Задачи программы:

1) Достижение нового качества подготовки специалистов за счет организации всех видов деятельности Университета путем интеграции здоровьеразвивающих технологий, формирования идеологии здорового образа жизни.

2) Улучшение показателей здоровья обучающихся и сотрудников Университета за счет новых форм организации лечебно-диагностической, профилактической, реабилитационной, физкультурно-оздоровительной работы, психолого-педагогической поддержки.

3) Модернизация инфраструктуры Университета для развития безопасной здоровьесберегающей профессиональной среды, способствующей максимальной самореализации обучающихся и сотрудников.

4) 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) Разработки национальных, региональных и адаптации 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.

III. 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 и региона:**

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 и науки Красноярского края, Министерством спорта и молодежной политики Красноярского края, Департаментом здравоохранения г. Красноярска, региональными центрами здоровья, лечебно-профилактическими учреждениями 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 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, создание Отделения общей врачебной практики Университета, развитие отделений нейро- и кардиореабилитации на базе клиники Университета, создание Института человека и межкафедральной лаборатории спортивной медицины и здоровьеразвивающих технологий, развитие службы мониторинга здоровья обучающихся и сотрудников, создание службы поддержки студенческих семей, в том числе по вопросам грудного вскармливания и ухода за ребенком, создание 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 базы для физкультурной и спортивной работы в Университете (строительство бассейна, модернизация существующих спортивных объектов в учебных корпусах, общежитиях кампуса и за городом (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 в кампусе Университета).

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 последиplomного образования, в территории края).

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 (программа «Student Health Ambassador», 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 кампуса, 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 корректирующие программы, мониторинг с использованием технологий оценки качества жизни).

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.

IV. Обеспечение реализации программы

Основными «опорными» элементами для реализации Программы являются:

- 1) Координационный совет по формированию здорового образа жизни.
- 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, Лаборатория спортивной медицины и здоровьеразвивающих технологий, Центральная научно-исследовательская лаборатория.

7) Общественные организации Университета: Совет обучающихся, Союз молодежи, Студенческий Совет, профсоюзная организация, Совет капитанов спортивных команд.

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 2014 году составят 60 млн. рублей, в 2015 году – 80 млн. рублей.

Ассигнования бюджета Красноярского края в 2015 году составят 39 млн. руб.

Внебюджетное финансовое обеспечение мероприятий Программы осуществляется за счет собственных внебюджетных средств университета и

средств бизнес-структур и составит в 2014 году 68 млн. рублей, в 2015 году – 110 млн. руб.

Общий объем финансирования программы составит 357 млн. рублей, в том числе:

за счет средств федерального бюджета – 140 млн. рублей;

за счет средств регионального бюджета – 39 млн. рублей;

за счет средств внебюджетных источников – 178 млн. рублей.