

**Программа «Охрана и укрепление здоровья студентов
Амурской ГМА» на 2017-2023 г.г.**

Перечень основных разделов Программы.

1. Ранее выявление заболеваний и оздоровление студентов.
2. Формирование здорового образа жизни.
3. Информационное обеспечение и управление программой.

Сроки реализации программы. В течение 2017-2023 г.г.

Исполнители основных мероприятий: Оздоровительная комиссия Амурской ГМА, Профком Амурской ГМА, Студенческое самоуправление и студенческая профсоюзная организация Амурской ГМА, Кафедра физического воспитания.

Ожидаемые результаты:

1. создание системы формирования, активного сохранения и укрепления здоровья студентов.
2. Создание предпосылок для снижения заболеваемости, улучшения качества жизни, улучшение демографической ситуации в стране.

Цель и задачи программы, важнейшие целевые показатели:

1. реализация стратегии организации и развития системы охраны и укрепления здоровья у здоровых студентов Амурской ГМА.
2. Разработка перспективных и эффективное внедрение существующих оздоровительных мероприятий по укреплению здоровья и профилактике заболеваний.
3. Укрепление, сохранение здоровья студентов, путем внедрения оздоровительных программ.
4. Формирование мотивации к здоровому образу жизни.
5. Улучшение условий труда, быта и отдыха студентов.
6. Создание информационного обеспечения здорового образа жизни.

Заказчик Программы: Администрация Амурской ГМА.

Основные разработчики Программы: ФГБОУ ВО Амурской ГМА

**Программа центра студенческого самоуправления
«Инициативная молодежь XXI века»
по оздоровлению студентов
ФГБОУ ВО Амурская ГМА Минздрава России
«Я выбираю здоровый образ жизни!»
на 2017-2023.г.**

Разработчики Программы: первый председатель Студенческого центра Борзенко Е.С.

Аннотация к программе.

Данная программа включает в себя многоступенчатый подход к формированию положительной доминанты на ведение здорового образа жизни и оздоровлению студентов Амурской ГМА через реализацию следующих проектов.

- 1. Проект «Выбор молодежи – здоровье нации», включающий профилактические мероприятия для студентов Амурской ГМА.**
- 2. Проект по определению параметров здоровья и оздоровлению студентов Амурской ГМА на базе Научно-практического лечебного центра «Семейный врач» ФГБОУ ВО Амурской ГМА – «Будь здоров!».**
- 3. Проект проведения обучающей студенческой смены на базе оздоровительного лагеря «Медик» - «Инициативная молодежь XXI века».**
- 4. Проект создания единой студенческой информационной базы по пропаганде здорового образа жизни «ИнформАГМА».**
- 5. Проект студенческих спортивно-оздоровительных мероприятий «Citius! Altius! Fortius!».**
- 6. Проект «Мониторинг здоровья» студентов Амурской ГМА.**

- 1. Проект «Выбор молодежи – здоровье нации», включающий профилактические мероприятия для студентов Амурской ГМА.**

Аннотация: в последние годы в России социально-экономические, политические и информационные процессы обуславливают глобальную психологизацию, дифференциацию, дезинтеграцию общества, что способствует развитию девиантного и делинквентного форм поведения, падению уровня культуры, политического и гражданского самосознания, духовно-нравственных ценностей, творческого потенциала, социальной активности.

Кроме того, стресс, аддиктивные состояния, ведущие к алкоголизму, наркомании, игромании, сложившиеся материально – бытовые условия, влекущие к социально значимым заболеваниям (туберкулезу, инфекций, передающихся преимущественно половым путем, гепатиты, ВИЧ – инфекция), а также неэффективные меры первичной профилактики и отсутствие мотивации на заботу о собственном здоровье способствуют росту деструктивных процессов, которым подвержены все слои населения, но

самой социально незащищенной является молодежь. Для их решения необходимо создание социального проекта, направленного на повышение уровня социально-психологической адаптации, выработку мотивации и осознания значимости психосоматического и репродуктивного здоровья, стереотипа здорового образа жизни среди молодежи.

Для достижения максимального эффекта и поставленных целей и задач необходимо реализовывать данный проект в течение всего цикла (1-6 курсы) обучения студентов в ФГБОУ ВО Амурской ГМА.

Цели и задачи программы:

1. формирование стереотипа здорового образа жизни среди студентов Амурской ГМА;
2. формирование отрицательной доминанты к деструктивным формам общественного поведения;
3. разработка эффективных мероприятий, направленных на повышение качественного уровня первичной профилактики;
4. формирование достаточного уровня психосоциальной адаптации студентов;
5. организация целенаправленной работы со СМИ по всестороннему освещению и пропаганде здорового образа жизни;
6. формирование организационно-методической базы для обеспечения эффективности работы социального проекта.

Сроки реализации: в течение учебного года.

Ожидаемые результаты и критерии эффективности:

- формирование положительной доминанты на ведение здорового образа жизни;
- формирование негативного отношения к деструктивным формам общественного поведения;
- повышение качественного уровня первичной профилактики;
- увеличение уровня психосоциальной адаптации студентов;
- эффективность пропаганды здорового образа жизни в СМИ;
- формирование организационно-методической базы для обеспечения эффективности работы социального проекта;
- повышение числа студентов, ведущих здоровый образ жизни;
- создание мотивации среди студентов к участию в социальных и общественных процессах;

Участники проекта: студенты 1-6 курсов, СЦ «Инициативная молодежь XXI века», доверенные врачи, прикрепленные к каждому курсу (1-6 курсы) при содействии педагогов ФГБОУ ВО Амурской ГМА.

Этапы проекта:

I этап: сентябрь - октябрь – разработка, изготовление, распространение агитационного материала по здоровому образу жизни, социальной направленности, изготовление мультимедийных презентаций по формированию положительной доминанты на ведение здорового образа

жизни при участии научного, информационного секторов, студ.совета общежитий, спортивного, учебного секторов и «Здоровья».

II этап: ноябрь - декабрь – проведение анкетирования среди участников проекта, проведение тематических дискуссионных площадок, «Кейс-метод», проведение спортивных мероприятий, направленных на популяризацию здорового образа жизни среди участников проекта, размещение и распространение социальной рекламы в Амурской ГМА, в т.ч. в местах общего пользования. На территории общежитий Амурской ГМА расположить информационные стенды в местах общего пользования: бытовые комнаты, туалеты, душевые и спортивные комнаты и т.д.

(Т.е. на стенде могут быть размещены следующие материалы по формированию здорового образа жизни: антипропаганда курения, наркомании, алкоголизма; информация о социально значимых заболеваниях (туберкулез; инфекции, передающихся преимущественно половым путем; гепатиты, ВИЧ – инфекция и т.д.).

III этап: январь - февраль– проведение интеллектуальных игр под эгидой «Здоровая молодежь – будущее России!» в Амурской ГМА (идеологический, научный сектора, сектор «Здоровье»).Размещение информационного агитационного материала в газете «Амурская медицина»,

IV этап: март – апрель – май–Проведение школ «Я выбираю здоровый образ жизни!» для участников проекта: презентации-лекции через мультимедиа. Освещение в СМИ, размещение социальной рекламы.

V этап: июнь – июль – август– размещение информации на сайтах студенческого самоуправления регионов о здоровом образе жизни с целью популяризации проекта. Распространение агитационного материала на профильных сменах актива студентов региона, планирование дальнейшей деятельности СЦ «Инициативная молодежь XXI века» Амурской государственной медицинской академии.

VI этап: сентябрь – подведение итогов работы СЦ «Инициативная молодежь XXI века» Амурской государственной медицинской академии и создание оргкомитета по дальнейшему развитию проекта.

Реализация проекта: проект реализовывается по двухуровневой системе в учебное и внеучебное время в ходе учебно-воспитательного процесса согласно Плана воспитательной деятельности Амурской ГМА на учебный год, участия в социально-значимом проекте «Ярмарка здоровья». Основные тенденции развития высшего профессионального образования- повышение уровня требований жизни к необходимости полного раскрытия творческого потенциала будущего специалиста Амурской ГМА, усиление личной ответственности за социальную реализацию собственного предназначения, за решение конкретных задач.

Одним из условий полноценного активного социального развития личности будущего специалиста-врача является форма коллективной студенческой самоорганизации, такая как центр студенческого самоуправления «Инициативная молодежь XXI века» Амурской ГМА. В

общеобразовательном процессе более эффективные результаты в области воспитания студентов могут быть получены при равноценном сочетании методов административной и педагогической воспитательной работы с механизмами студенческой самодеятельности, самоорганизации и самоуправления.

Из Концепции воспитательной работы Амурской ГМА следует, что одной из наиболее эффективных форм воспитания студентов Амурской ГМА является вовлечение студентов в творческую деятельность, тесно связанную с профессиональным становлением студентов Амурской ГМА. Примером такой формы работы может служить социальный проект «Ярмарка здоровья», реализуемый на территории Амурской области.

«Ярмарка здоровья» была инициирована клубом «Ротари» в 2006 году. Целевой группой данного социального проекта являются учащиеся школ, ссузов, вузов Амурской области. Основная цель «Ярмарки здоровья» - популяризация и формирование положительной доминанты на ведение здорового образа жизни среди молодежи региона. В настоящий момент организаторами проекта являются специалисты Управления здравоохранения г. Благовещенска, Управления образования г. Благовещенска, представители «Ассоциация деловых женщин Приамурья», сотрудники ГБОУ ВПО Амурская государственная медицинская академия. Исполнители проекта и партнеры в течение трех лет представлены СЦ «Инициативная молодежь XXI века», кафедрами АГМА: общей врачебной практики, факультетской терапии, лучевой терапии и лучевой диагностики с курсом онкологии, педиатрии, Центр медицинской профилактики, Управление федеральной службы контроля за оборотом наркотиков по Амурской области, общественные объединения Амурской области, представители органов правопорядка. Технологически проект в каждом учебном заведении осуществляется по следующей схеме: целевая группа учащихся, распределенных по возрасту последовательно посещает каждую лекцию/презентацию в объеме, предусмотренном орг.комитетом, которая рассчитана на 20 минут. Тематически лекции подразделяются на: антропометрию, викторину, «Репродуктивное здоровье мальчиков», «Репродуктивное здоровье девочек», «О вреде курения и алкоголя», «Наркотикам нет» и т.д.

«Ярмарка здоровья» объединяет внеучебную работу студентов Амурской ГМА с учебным процессом. Общение студентов с преподавателями кафедр Амурской ГМА на занятиях получает естественное продолжение во внеаудиторной работе, что находит отражение в социально-значимых проектах. Таким образом, студенты Амурской ГМА проходят процесс адаптации в ходе учебно-воспитательного процесса на основании формирования в Амурской ГМА студенческой корпоративной культуры в лице СЦ. Участие студентов СЦ в «Ярмарке здоровья» имеет основание для творческой реализации научно-исследовательской работы в процессе создания лекций мультимедийных презентаций. Студенты СЦ самостоятельно подготавливают темы и содержание лекций с учетом

ориентации социально-обусловленных потребностей молодежи в современных условиях и презентуют их в ходе проведения проекта. Разрабатывают агитационный материал в виде цветных, хорошо иллюстрированных буклетов, памяток, содержащих социальную рекламу, и распространяют его в ходе реализации «Ярмарок здоровья».

Постоянный творческий настрой, личное отношение к профессии и общественным явлениям, активность студентов Амурской ГМА играют большую роль в деле формирования личных качеств будущего специалиста-врача, что создает фонд материальных и духовных ценностей, способствует выработке новаторских идей и профессионального достоинства.

2. Проект по определению параметров здоровья и оздоровлению студентов Амурской ГМА на базе Научно-практического лечебного центра «Семейный врач» ФГБОУ ВО Амурской ГМА – «Будь здоров!».

Аннотация к проекту.

В настоящий момент мероприятия по оздоровления студентов АГМА требуют корректировки и систематизации. Данный проект направлен на улучшение качества профилактических, лечебно-диагностических и оздоровительных мероприятий для студентов 1-6 курсов АГМА.

Цели и задачи проекта:

1. Оценка состояния здоровья студентов 1-6 курсов Амурской ГМА.
2. Проведение регулярных диагностических мероприятий.
3. Выявление хронических заболеваний.
4. Диспансерный учет данной категории граждан.
5. Проведение эффективных профилактических и лечебно-оздоровительных мероприятий среди всех студентов Амурской ГМА.
6. Прохождение обязательных профилактических осмотров перед летней производственной практикой студентами 1-6 курсов.
7. Создание базы данных, систематизация, хранение и учет медицинской документации студентов Амурской ГМА.

Сроки реализации проекта:

В течение учебного года.

Участники проекта:

Заказчик: ФГБОУ ВО Амурская ГМА в лице ректора ГБОУ ВПО Амурская ГМА.

Исполнитель: НПЛЦ Амурской ГМА «Семейный врач» в лице главного врача НПЛЦ Амурской ГМА «Семейный врач».

Центр студенческого самоуправления «Инициативная молодежь XXI века».

Студенты 1-6 курсов лечебного и педиатрического факультетов ГБОУ ВПО Амурской ГМА.

Финансирование: за счет средств ГБОУ ВПО Амурской ГМА на оздоровление студентов.

Реализация проекта: С 2007 года на базе НПЛЦ «Семейный врач» проводятся медицинские осмотры студентов, сформирована амбулаторная

картотека, проводится мониторинг параметров здоровья студентов, осуществляются лечебно-диагностические, лечебные и оздоровительные мероприятия студентов.

3. Проект проведения обучающей студенческой смены на базе оздоровительного лагеря «Медик» - «Инициативная молодежь XXI века».

Аннотация.

Загородный лагерь студенческого актива «Инициативная молодежь XXI века» планируется реализовать на спортивно-оздоровительной базе Амурской государственной медицинской академии «Медик». Лагерь «Инициативная молодежь XXI века» – это оздоровление и отдых, школа студенческих лидеров, своеобразная модель эффективного взаимодействия команды студентов 1-6 курсов, способствующая развитию творческой активности, гражданственности, формированию здорового образа жизни, подготовке социально активной личности.

Студенческий лагерь – инновационная форма активизации воспитательной деятельности студентов. Целью студенческого лагеря является создание творческой образовательной среды во время летнего и зимнего отдыха, способствующей саморазвитию свободной активной личности, адаптированной к динамическому обществу, способной к творческому самовыражению в учебной и практической деятельности. Цель достигается в процессе реализации программы лагеря.

Студенческий лагерь реализуется в течение 3х дней в летний и зимний период и позволяет студентам:

- Развить отдельные виды способностей: интеллектуальные, творческие, организаторские.
- Развить коммуникативные способности различными способами и в разных ситуациях.
- Развить адаптивность к непрерывным социальным изменениям.
- Сформировать адекватное представление на ведение здорового образа жизни.

Планируется участие 30-50 человек, состав которых определяется студенческим Советом.

Финансирование проекта реализуется за счет средств Студенческой профсоюзной организации.

Реализация проекта: в январе 2010-2011 года студенческой профсоюзной организацией и секторами «Студсовет общежитий», «Здоровье», «Спорт» центра студенческого самоуправления «Инициативная молодежь XXI века» была организована и проведена первая оздоровительная смена для студентов 1-6 курсов Амурской государственной медицинской академии в количестве 37 человек и 45 человек соответственно на базе отдыха под девизом «Здоровье – бесценное богатство!». Это стало доброй традицией Амурской ГМА и осуществляется до сих пор.

Цель данной смены: укрепление здоровья студентов, обучение методам формирования у студентов целевых установок на ведение здорового образа жизни, формам работы с молодежью по вопросам сохранения здоровья. Нами использовались тренинговые занятия на командное взаимодействие, умение общаться различными способами, правильно распределять свое время с уклоном на режим дня и гигиену питания; курсы на развитие личностных качеств, присущих лидеру и организатору; деловые и ролевые игры, дискуссионные площадки («Здоровье нации», «Вредные привычки – проблема личности и общества», «Мода на здоровый образ жизни»). Студенты самостоятельно разрабатывали социальные проекты на тему: «Мой подарок городу», с учетом специфики Амурской ГМА, средства социальной рекламы: буклеты, билборды, видеоролики, содержащие информацию об этиологии и патогенезе социально значимых заболеваний, факторах риска, способах профилактики и социальных проблемах нашего общества. По мнению студентов, с последующей реализацией данного материала в стенах академии и Амурской области. С целью укрепления здоровья использовался активный отдых: катание на горках, коньках, лыжах, пешие прогулки, проведение конкурса на изготовление эмблемы лагеря из подручного материала, тем самым, увеличивая физическую активность студентов, формируя положительные эмоции и отличное настроение.

4. Проект создания единой студенческой информационной базы по пропаганде здорового образа жизни «ИнформАГМА».

Проект направлен на формирование единой информационной студенческой базы по здоровому образу жизни, включает в себя разнообразные виды и формы агитационного материала, направленного на первичную профилактику.

5. Проект студенческих спортивно-оздоровительных мероприятий «Citius! Altius! Fortius!».

Аннотация: проект направлен на популяризацию спортивной деятельности среди всех студентов Амурской ГМА и выработку стереотипа здорового образа жизни.

Планируется многоплановый комплексный подход по направлениям для достижения максимального эффекта проекта. Мероприятия включают индивидуальный, коллективный, тренировочный и соревновательный компоненты на материально-технических базах спортивных комплексов АГМА. Также необходимо введение инновационных и традиционных видов соревнований для отработки навыков по оказанию врачебной помощи при различных ситуациях, реализация которых планируется на стадионах спортивного комплекса АГМА.

6. Проект «Мониторинг здоровья» студентов АГМА.

Планируется разработать внутренние критерии оценки для отслеживания динамики ведения здорового образа жизни, параметров здоровья студентов АГМА для оптимизации лечебно-профилактических мероприятий с учетом дифференциального индивидуализированного подхода и здоровьесохраняющих технологий.