

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
«Кемеровский государственный университет»**



## **ПРОГРАММА**

**деятельности Кемеровского государственного университета  
«ВУЗ здорового образа жизни»  
на период 2013-2017 годы**

**КЕМЕРОВО, 2013**

### **А в т о р ы:**

- В. А. Волчек** ректор Кемеровского государственного университета, доктор исторических наук, профессор
- Ю. Н. Журавлев** первый проректор Кемеровского государственного университета, доктор физ.-мат. наук, профессор
- Н. Э. Касаткина** заведующая межвузовской кафедрой общей и вузовской педагогики; доктор педагогических наук, профессор, заслуженный работник высшей школы
- Э. М. Казин** доктор биологических наук, профессор, заслуженный работник высшей школы
- С. Л. Лесникова** доцент межвузовской кафедры общей и вузовской педагогики, кандидат педагогических наук, доцент
- М. Г. Леухова** директор Центра довузовской подготовки, кандидат исторических наук, доцент
- И. А. Свиридова** заведующая кафедрой физиологии человека и безопасности жизнедеятельности, доктор медицинских наук, доцент, почетный работник высшей школы РФ

### **О т в е т с т в е н н ы й   р е д а к т о р**

- Н. Э. Касаткина:** доктор педагогических наук, профессор, заслуженный работник высшей школы, лауреат премии Правительства в области образования

### **Р е ц е н з е н т ы:**

- Руднева Е. Л.:** ректор Кузбасского регионального института развития профессионального образования, доктор педагогических наук, профессор
- Красношлыкова О. Г.:** ректор Кузбасского регионального института повышения квалификации и переподготовки работников образования, доктор педагогических наук, профессор

Программа деятельности Кемеровского государственного университета «Вуз здорового образа жизни» на период 2013-2017 годы / В. А. Волчек, Ю. Н. Журавлев, Н. Э. Касаткина, Э. М. Казин, С. Л. Лесникова, М. Г. Леухова, И. А. Свиридова. – Кемерово: Кузбассвузиздат, 2013. – 32 с.

Программа разработана с учетом теоретико-методологических основ формирования, сохранения и укрепления здоровья субъектов воспитательно-образовательной среды вуза и представляет собой организацию целенаправленной деятельности по реализации мероприятий по сохранению и укреплению здоровья, формированию здорового образа жизни студентов и преподавателей вуза. Предназначена для специалистов, разрабатывающих и реализующих аспекты здоровьесбережения.

## ВВЕДЕНИЕ

*Кемеровский государственный университет осуществляет комплексную деятельность по оздоровлению участников образовательного процесса и пропаганде здорового образа жизни с 1989 года.*

**Особая миссия университета:** опосредованно через формирование здорового образа жизни студентов, преподавателей и сотрудников Кемеровского государственного университета, а также распространение идей и технологий осуществляется формирование ценностного и ответственного отношения к своему здоровью всего регионального сообщества.

Разработанную учеными КемГУ *Модель Центра научных основ здоровья и развития* при поддержке Администрации области успешно реализуют более 90 учреждений дошкольного и общего образования, вузы, ИПК Кемеровской области, а также учреждения образования Томской области и Алтайского края.

Здоровьесберегающая деятельность университета позволила в течение пяти лет уменьшить заболеваемость студентов и преподавателей в среднем на 25%.

Разработанная в Кемеровском госуниверситете Модель центра здоровья и развития послужила основой для разработки **Программы деятельности Кемеровского государственного университета по оздоровлению участников образовательного процесса и пропаганде здорового образа жизни**, которая реализуется с учетом идей программно-целевого, личностно-деятельностного и средового подходов.

*Стратегическая цель Программы:* повышение качества образования при сохранении здоровья студентов и преподавателей вуза за счет осуществления личностно-ориентированной психолого-педагогической, социальной и медицинской помощи, укрепления индивидуального здоровья, увеличения творческого долголетия, повышения работоспособности субъектов воспитательно-образовательного процесса.

*Цель* – создание и реализация в образовательном пространстве университета системы формирования здорового образа жизни, обеспечивающей становление профессионально компетентной, социально активной, нравственно устойчивой, психически и физически здоровой личности.

### **Структура Программы:**

I. Концепция Программы.

II. Цели и задачи Программы.

III. Содержание Программы.

IV. Ожидаемые итоги реализации Программы.

## I. Концепция программы

Здоровье студенческой молодежи и профессорско-преподавательского состава вуза является одним из важнейших условий эффективной деятельности участников воспитательно-образовательного процесса. Различные отклонения и ухудшение показателей здоровья, социально-психологической и медико-физиологической адаптации, возникающие в процессе обучения, являются препятствиями в достижении успехов в образовательном процессе вуза.

Кроме гуманитарного аспекта, выражающегося в самооценности здоровья, проблема имеет четко выраженную социально-экономическую сторону, так как здоровье – одно из обязательных условий полноценного выполнения человеком своих социальных и профессиональных функций. Отсюда следует, что забота о здоровье студентов и преподавателей есть важнейшая задача в деле подготовки специалистов.

В русле вузовского обучения одним из важнейших является педагогический воспитательный аспект, определяющий вопросы формирования ценностного отношения студентов и преподавателей к здоровьесбережению, как мировоззренческой установки личности.

Постоянная возрастающая интенсификация учебного процесса, значительные умственно-эмоциональные нагрузки на фоне ограниченного двигательного режима вызывают напряжение регуляторно-компенсаторных механизмов студентов. Рост заболеваемости студентов на фоне снижения общего уровня их психофизического развития определено нашим исследованием. Исследование показало, что в начале XXI века у большей части студентов (около 70%) ухудшилось состояние здоровья. За эти годы обучения в вузе число здоровых студентов уменьшилось на 25,9%, а хронически больных - увеличилось на 20%, за время обучения в вузе одна пятая часть студентов переходит из категории относительно здоровых в категорию страдающих хроническими заболеваниями. Именно эти студенты плохо адаптируются к учебной деятельности, которая предполагает необходимость усвоения больших объемов информации в условиях дефицита времени, гипокинезии, неполноценного питания, конфликтных ситуаций, что, в конечном счете, сопровождается у них патологическими изменениями деятельности основных функциональных систем организма.

Вместе с тем анализ наших исследований, посвященных данной проблеме, свидетельствует, что подавляющее большинство преподавателей и руководителей вузов не называют здоровье в числе основных жизненных ценностей.

Под *профессиональным здоровьем преподавателя* мы понимаем способность организма сохранять и активизировать компенсаторные, защитные, регуляторные механизмы, обеспечивающие работоспособность, эффективность и развитие личности в процессе его профессиональной деятельности.

Здоровье преподавателя выступает в качестве абсолютной социальной ценности, поскольку характеризует не только состояние человека определенной профессиональной группы, но и является необходимым условием воспитания здорового поколения.

*Проведенное нами исследование позволяет сделать следующие выводы:*

– профессия преподавателя относится к профессиям группы «риска» по таким факторам, как синдром эмоционального выгорания, стресс и профессиональная деформация, причем для деятельности преподавателя типичны все виды психологического стресса – эмоциональный, информационный, коммуникативный;

– при определении социального статуса преподавателя вуза, характера и объема выполняемой им учебной нагрузки необходимо учитывать совокупность его индивидуально-типологических особенностей и, по возможности, устранять действие эмоционального дистресса;

– профессиональная медико-биологическая и социально-психологическая консультация преподавателя, включающая комплексную оценку его функционального состояния, должна быть направлена на продление периода оптимальной трудоспособности и максимальное увеличение продолжительности жизни с учетом «критических периодов» индивидуального и профессионального развития, биологического возраста (Э. М. Казин и др., 2000; Н. А. Литвинова, 2000).

Вуз должен выступать инициатором и организатором целенаправленной и эффективной работы по сохранению, реабилитации и укреплению здоровья студентов и преподавателей. Поэтому в современной российской высшей школе *необходима целостная концепция непрерывного здоровьесберегающего образования*, в которой процесс сохранения и укрепления здоровья должен рассматриваться в двух планах: *во-первых*, в плане реализации внешних социокультурных условий жизнедеятельности и потребности в здоровье, как условия благополучия (физического, психического и социального); *во-вторых*, в плане реализации внутренних условий, связанных с ответственностью человека за существование целостности своего бытия с учетом своих возрастных и индивидуально-типологических особенностей.

*Авторским коллективом Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет» разработаны концептуальные подходы к созданию региональной модели центра содействия укреплению здоровья школьников, студентов и преподавателей в учреждениях довузовского, вузовского и послевузовского образования.*

**Модель Центра здоровья и развития**, апробированная в образовательных учреждениях различного типа и вида, послужила научной основой для принятия Минобразованием России решения о развертывании в Кузбассе регионального центра здоровья коллективного пользования, оснащенного аппаратно-программным комплексом по контролю за

*состоянием здоровья обучающихся, который включает головные (учебно-научный центр «Валеология» Кемеровского государственного университета, Кемеровский психолого-валеологический центр) и территориально-обособленные подразделения (свыше 90 центров в общеобразовательных и профессиональных образовательных учреждениях области) – инфраструктура, не имеющая аналогов в Российской Федерации.*

На базе учебно-научного центра валеологических проблем (УНЦ «Валеология») при Кемеровском государственном университете в рамках программы «Государственная поддержка интеграции высшего образования и фундаментальной науки» апробирован целый комплекс научных практических разработок, в том числе составлена и реализуется образовательная программа «Медико-биологические и психолого-педагогические подходы к состоянию здоровья студентов»; изучены механизмы психофизиологической адаптации студентов к учебной деятельности с учетом индивидуальных психосоматических особенностей организма, социально-экологических и генетических факторов; в систему физического воспитания внедрены познавательно-развивающие педагогические технологии оздоровительной направленности.

*В ходе разработки Программы деятельности Кемеровского государственного университета по оздоровлению участников образовательного процесса и пропаганде здорового образа жизни на период 2013-2017 годы*

*выявлено:*

– формирование здорового образа жизни в процессе физического воспитания при аудиторной и внеаудиторной двигательной деятельности возможно на основе функционального системного подхода, который учитывает характер изменения физических, психических, функциональных и социальных показателей здоровья;

– использование основных средств, методов и разнообразных педагогических технологий физического воспитания студентов (игровых, регламентированных, соревновательных, самостоятельных) позволяет сократить число лиц с низким уровнем сформированности здорового образа жизни с 58,5% до 4,5% и, соответственно, увеличить в 2-2,5 раза количество студентов со средним и высоким уровнями сформированности здорового образа жизни; если до начала реализации Программы положительное отношение к физкультурно-спортивной деятельности характерно было для 36,7% студентов, то после ее реализации – 74% стали позитивно относиться к физкультурно-спортивной деятельности.

*Установлено:*

– приобщение студентов к различным формам здоровьесберегающей деятельности формирует у них необходимость давать отчет перед собой за свое здоровье благодаря: действию личных интеллектуальных и физических ресурсов; выработке самостоятельной активной позиции, которая проявляется в самостоятельном поиске и освоении информации о здоровье,

усвоении способов ее обработки и применения, реализации полученных знаний на практике, участии в здоровьесберегающей деятельности и др.

В процессе реализации педагогических условий количество студентов с высоким уровнем здоровьесберегающей ответственности увеличилось с 18,7% до 32,5%, а количество студентов с низким уровнем - уменьшилось в 4 раза (с 55,9% до 13,5%).

*Определено:*

– роль физического воспитания студентов вуза к будущей профессиональной деятельности будет тем значимее, если физическое воспитание рассматривается студентами вуза как процесс, способствующий успешности их подготовки к будущей профессиональной деятельности.

*Доказано,* что совместная деятельность преподавателей и студентов вуза способствует формированию потребности студентов в здоровом образе жизни на основе организации индивидуально-дифференцированной физкультурно-оздоровительной деятельности: число студентов с высоким уровнем потребности увеличилось более, чем в 2 раза.

*Обосновано,* что с помощью при определении социального статуса преподавателя вуза, характера и объема выполняемой им учебной нагрузки необходимо учитывать совокупность его индивидуально-типологических особенностей и устранять действие эмоционального дистресса с помощью проведения оздоровительных и социальных мероприятий, направленных на психологическую разгрузку, увеличение адаптационного потенциала, формирование устойчивой здоровьесберегающей мотивации.

*Установлено,* что результативность сохранения и укрепления здоровья учащейся молодежи зависит от реализации следующих организационно-педагогических условий:

- поэтапное осуществление сохранения и укрепления здоровья учащейся молодежи позволяет организовать педагогическое взаимодействие субъектов образовательного процесса, которое обеспечивает приобретение знаний о здоровье, его сохранении и укреплении, овладение важнейшими здоровьесберегающими компетенциями и предполагает использование их без помощи преподавателя;

- вовлечение обучающихся с целью сохранения и укрепления их здоровья во внеаудиторную (внеучебную) деятельность, представленную разнообразными формами и методами (научно-исследовательская и проектная деятельность, научно-практические конференции; олимпиады и др.);

- обеспечение научно-методической подготовки преподавателей как субъектов здоровьесберегающей деятельности, которая направлена на изучение и реализацию теоретико-методологических основ сохранения и укрепления здоровья учащейся молодежи, обновление профессиональной педагогической информации о здоровье;

- корректирование педагогического взаимодействия субъектов образовательного процесса, которое организуется с учетом личностных и индивидуальных особенностей обучающегося и позволяет максимально

использовать индивидуальные возможности и резервы молодых людей с целью сохранения и укрепления их психосоматического и социального здоровья.

В Кемеровском государственном университете и его филиалах создана, оптимально функционирует и постоянно развивается материально-техническая база физического воспитания субъектов образовательного процесса, вкладываются значительные средства в социальную защиту всех членов университетского коллектива.

Очевидно, что для того, чтобы быть здоровым, необходимы не только соответствующие условия, но и желание и умение человека быть здоровым, проявлять ответственность за свое здоровье.

*Формирование потребности студентов и преподавателей в оздоровлении и физическом совершенствовании – одно из приоритетных направлений деятельности университета.*

В университете регулярно проводятся исследования студентов, преподавателей и сотрудников с целью определения успешности работы по формированию здоровья и здорового образа жизни. С помощью исследований выявляется, в чем выражена забота университета о здоровье коллектива, наиболее типичные показатели личной заботы о своем здоровье, физкультурно-спортивные потребности, мотивы и реальная активность студентов.



## II. Цели и задачи Программы

**Стратегической целью Программы является** повышение качества образования при сохранении здоровья студентов и преподавателей вуза за счет осуществления личностно-ориентированной психолого-педагогической, социальной и медицинской помощи студентам, сотрудникам и преподавателям, психофизиологического сопровождения воспитательно-образовательного процесса с целью решения проблем вузовской адаптации студентов, успешности их учебной деятельности, сохранения и укрепления индивидуального здоровья, увеличения творческого долголетия, повышения работоспособности субъектов воспитательно-образовательного процесса.

**Цель Программы** – создание и реализация в образовательном пространстве университета системы формирования здорового образа жизни, обеспечивающей становление профессионально компетентной, социально активной, нравственно устойчивой, психически и физически здоровой личности.

Для достижения цели необходимо решить следующие **задачи**:

- сформировать мотивы и компетентности в сфере физической культуры и здоровьесбережения студентов вуза;
- вовлечь студентов и преподавателей в систематические занятия физической культурой;
- изучить роль физического воспитания в подготовке студентов к будущей профессиональной деятельности;
- привлечь студентов и студенческие организации в качестве организаторов работы по противодействию злоупотребления психоактивных веществ и популяризации здорового образа жизни;
- создать благоприятные для физического и психического здоровья условия обучения, труда, отдыха, быта студентов, преподавателей и сотрудников университета, а также предоставить им возможности для оздоровления и лечения;
- развивать научно-исследовательскую, научно-методическую, образовательную, производственную и просветительскую деятельность университета в сфере сохранения и укрепления здоровья студентов и преподавателей;
- выявить и экспериментально проверить педагогические условия формирования здорового образа жизни студентов вуза в процессе физического воспитания и педагогические условия, способствующие формированию здоровьесберегающей ответственности студентов вузов;
- использовать современные механизмы формирования осознанного и ответственного отношения субъектов образовательного пространства к здоровью, потребности в здоровом образе жизни и др.;
- проводить комплексный мониторинг показателей адаптации и состояния здоровья студентов и преподавателей, гигиенический мониторинг организации воспитательно-образовательного процесса;

– осуществить рекреационно-оздоровительные и реабилитационные мероприятия;

– разработать и внедрить в воспитательно-образовательный процесс инновационные оздоровительные и образовательные технологии, ориентирующие студентов, преподавателей и сотрудников на самосохранительное поведение, духовное и физическое самосовершенствование;

– разработать и реализовать комплекс организационно-методических мероприятий по духовно-нравственному воспитанию, психологической поддержке и сопровождению всех субъектов воспитательно-образовательного процесса;

– развивать в университете традиции массовой физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с учетом потребностей и состояния здоровья всех участников образовательного пространства;

– организовать активный досуг участников образовательного процесса;

– культивировать в образовательном пространстве университета философию «здоровья» и «успешной личности» с точки зрения современного общества;

– разработать и внедрить в воспитательно-образовательный процесс механизмы воспитания осознанного и ответственного отношения к здоровью, личностно-значимой мотивации к здоровьесберегающей деятельности др.

*Особая миссия университета* заключается в том, что опосредованно через формирование здорового образа жизни студентов, преподавателей и сотрудников крупнейшего вуза региона, а также распространение идей и технологий осуществляется формирование ценностного и ответственного отношения к своему здоровью у всего регионального сообщества. Расширяются параметры «территории здоровья» через интеграцию здоровьесберегающей среды университета в социально-культурную среду города и региона в целом.

Университет выступает индикатором здоровья и инициатором координации усилий муниципального сообщества по решению социальных проблем и утверждению в городской среде и сельских территориях высоких духовно-нравственных и эстетических норм на фоне противостояния наркомании, пьянству, бездуховности, сквернословия.

## III. Содержание Программы

### 3.1. Организационные мероприятия

#### 3.1.1. Подпрограммы:

- Разработка и внедрение научных основ здоровья и повышения работоспособности студентов и преподавателей.
- Медицинский контроль за состоянием здоровья студентов, преподавателей и сотрудников и оказание им необходимой квалифицированной помощи.
- Санитарно-гигиеническое воспитание студентов, борьба с пьянством, курением и наркоманией.
- Лечебно-профилактическая работа с профессорско-преподавательским коллективом.
- Физическое воспитание студентов. Развитие физической культуры и спорта в университете.
- Развитие материальной базы по физическому воспитанию и спорту студента.
- Психологический и психофизиологический контроль за состоянием адаптации студентов и психическим здоровьем субъектов воспитательно-образовательного процесса.

#### 3.1.2. Задачи на период до 2017 года:

- Обеспечить ежегодную диспансеризацию студентов, преподавателей и сотрудников КемГУ.
- Обучить каждого студента правилам санитарии и гигиены для чего разработать и прочесть лекции по основам медицинских знаний; осуществить просветительскую работу в области валеологической культуры.
- Создать на основе реальной оценки состояния отдельных систем организма человека и их взаимодействия индивидуальный паспорт здоровья; методику определения и прогноза состояния здоровья.
- Разработать методы и средства повышения приспособительных возможностей субъектов образовательного процесса с острыми и хроническими заболеваниями, провести оздоровительно-профилактические мероприятия на донологическом этапе для уменьшения функционального напряжения в деятельности отдельных органов и систем организма.
- Увеличить количество групп «здоровья», спортивных секций и разнообразить их виды для удовлетворения потребности студентов старших курсов, преподавателей и сотрудников в спортивно-оздоровительных занятиях.
- Обеспечить различными формами лечебно-оздоровительной работы (санаторий, санаторий-профилакторий, спортивно-оздоровительный лагерь и т. д.) ежегодно не менее 50% студентов, в том числе всех студентов, состоящих на диспансерном учете, ввести в университете диетическое питание.

– Разработать и внедрить научные основы охраны здоровья и повышения работоспособности студентов.

– Использовать результаты всеобщей диспансеризации для упорядочения работы по охране здоровья студентов и ранней профилактике заболеваний.

– Проводить сравнительный анализ осуществляемых оздоровительных мероприятий.

– С помощью психофизиологических исследований изучить факторы, влияющие на работоспособность студентов и т. д., и выработать рекомендации по практическому решению вопросов охраны здоровья студентов.

### *3.2. Мероприятия по реализации комплексной программы развития физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы*

3.2.1. Осуществить медицинский контроль за состоянием здоровья учащейся молодежи.

3.2.2. Осуществлять ежегодный медицинский осмотр всех студентов и проводить необходимое профилактическое лечение хронически больных студентов.

*Срок: ежегодно*

*Ответственные:* ректор, межвузовская поликлиника (МСЧ), санаторий-профилакторий «Вита», профком студентов

3.2.3. Укомплектовать необходимым диагностическим и реабилитационным оборудованием санаторий-профилакторий «Вита» и здравпункт.

*Срок: 2013-2014 гг.*

*Ответственные:* ректорат, гл. врач санатория-профилактория «Вита»

3.2.4. Рассматривать на заседании Совета университета (и факультетов) состояние заболеваемости студентов и итоги диспансеризации.

*Срок: ежегодно*

*Ответственные:* ректор, деканы факультетов, МСЧ

3.2.5. Обеспечить ежегодные чтения в курсах «Введение в специальность», «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности» лекции по правилам личной гигиены, борьбе с вредными привычками; освещение этих вопросов в курсах социально-общественных и естественных наук.

*Срок: ежегодно*

*Ответственные:* учебно-методическое управление, деканы факультетов, кафедра физического воспитания, кафедра физиологии человека и безопасности жизнедеятельности

3.2.6. Открыть лекторий по основам культуры здоровья, дающий устойчивые знания по личной жизни, гигиене умственного труда, организации рабочего дня и т. д.

*Срок: 2013-2014 гг.*

*Ответственные: ректорат, профком студентов, кафедра физиологии человека и безопасности жизнедеятельности*

3.2.7. Установить строгий контроль за соблюдением запрета курения и распития спиртных напитков в учебных корпусах и общежитиях.

*Срок: весь период*

*Ответственности: ректорат, УСВР, профком студентов*

3.2.8. Регулярно использовать многотиражную газету, стенную печать, радио и телевидение университета для целей пропаганды мероприятий программы «Образование и здоровье» и формирования здорового образа жизни.

*Срок: весь период*

*Ответственные: ректор, редакторы газет, радио, телевидения, кафедра физиологии человека и безопасности жизнедеятельности, кафедры факультета ФКиС*

### *3.3. Лечебно-профилактическая работа*

3.3.1. По итогам ежегодных медосмотров разработать и реализовать планы оздоровления студентов, состоящих на диспансерном учете, в санаториях-профилакториях, оздоровительно-спортивных лагерях, санаториях и пансионатах.

*Срок: ежегодно*

*Ответственные: профком студентов, ректорат совместно с МСЧ и санаторием-профилакторием «Вита»*

3.3.2. Разработать меры по расширению охвата студентов диетическим питанием, ежегодно обеспечивать полное освоение средств, выделяемых на эти цели.

*Срок: весь период*

*Ответственные: студенческий профком, санаторий-профилакторий «Вита»*

3.3.3. Продолжить внедрение диетического питания на базе столовых университета.

*Срок: 2013-2017 гг.*

*Ответственные: ректорат, профком студентов, санаторий-профилакторий «Вита»*

3.3.4. Обеспечить проведение в установленные сроки профилактических прививок и массовой вакцинации студентов, преподавателей и сотрудников.

*Срок: весь период*

*Ответственные: здравпункт КемГУ*

3.3.5. Обеспечить строгий контроль за обучением студентов и соблюдением ими правил безопасности при проведении учебных занятий с использованием приборов повышенной опасности; не допускать использования в университете неисправного оборудования, угрожающего здоровью студентов, в том числе в студенческих общежитиях.

*Срок: постоянно*

*Ответственные: ректорат, управление охраны труда и безопасности жизнедеятельности, профком студентов*

3.3.6. Усилить контроль за санитарным состоянием учебных корпусов, общежитий, за соблюдением студентами правил личной гигиены, за обеспечением температурного режима, норм освещенности и шума, эффективностью действия вентиляционных систем в аудиториях, лабораториях, коридорах, местах общего пользования и других помещениях учебных корпусов и студенческих общежитий.

*Срок: постоянно*

*Ответственные: ректорат, управление охраны труда и безопасности жизнедеятельности, здравпункт, профком студентов*

### *3.4. Физическое воспитание студентов*

3.4.1. Совершенствовать учебный процесс по физическому воспитанию на 1-4-х курсах бакалавриата (в том числе для студентов, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе), 1-2 курсах магистратуры.

*Срок: постоянно*

*Ответственные: кафедра физического воспитания*

3.4.2. Деканатам совместно с профбюро факультетов разработать комплексные программы развития физической культуры и спорта на факультетах в соответствии с планом спортивно-массовых мероприятий КемГУ.

*Срок: ежегодно*

*Ответственные: деканы факультетов*

3.4.3. Спортивно-массовая работа:

– оказать помощь отдельным спортсменам, участвующим в первенствах Мира, Европы, Всемирных Универсиадах, Кубках Мира и Европы, России (шахматы, пауэрлифтинг, легкая атлетика, санный спорт, вольная борьба, мини-футбол, баскетбол, лыжные гонки, ледолазание, ушу, тайский бокс и др.);

– создать и организовать тренировки сборных команд в традиционных городских эстафетах в честь Дня Победы, спартакиаде города среди высших учебных заведений;

– организовать участие ППС в спартакиадах города и области;

– провести традиционные спартакиады университета по 14 видам спорта (*срок: ноябрь-май*);

– провести ежегодные традиционные спартакиады первокурсников по видам спорта (*срок: октябрь-ноябрь*);

– провести соревнования среди преподавателей и сотрудников КемГУ;

– провести соревнования и лично-командные первенства университета:

а) ежегодный чемпионат по стритболу;

б) спортивные праздники среди студентов.

*Срок: в течение года*

*Ответственные: УСВР, отдел по ФВиСП, кафедра физического воспитания*

3.4.4. Оказывать методическую помощь преподавателям, кураторам вуза в организации и проведении работы со студентами по профилактике наркозависимости и формированию потребности к здоровому образу жизни:

– осуществлять организационно-методическую помощь и консультативную помощь специалистам КемГУ (других образовательных учреждений) по вопросам психологических аспектов профилактики наркомании и зависимости от ПАВ в студенческой среде;

*Срок: ежегодно*

*Ответственные: психологическая лаборатория УСПРК*

– обеспечить взаимодействие сотрудников психологической лаборатории с кафедрами и структурными подразделениями КемГУ по организации и комплексному проведению антинаркотических профилактических мероприятий и мероприятий по формированию потребности студентов в здоровом образе жизни.

*Срок: постоянно*

*Ответственные: психологическая лаборатория УСПРК*

3.4.5. Материально-техническое обеспечение спортивно-оздоровительной деятельности КемГУ:

– закончить строительство лыжной базы;

*Срок: 2017 г.*

– произвести:

– косметический ремонт спортивных залов общежития № 2;

*Срок: 2015 г.*

*Ответственные: проректор по административно-хозяйственной работе*

– приобретать спортивный инвентарь в количестве достаточном для обеспечения учебно-тренировочного процесса на современном уровне;

– арендовать бассейн, легкоатлетический манеж;

– создавать для ведущих спортсменов университета условия, способствующие учебе, спортивному совершенствованию и отдыху.

*Срок: регулярно*

*Ответственные: ректорат*

3.4.6. Подготовить приказы об утверждении оргкомитета, гл. судейской коллегии для проведения и организации и проведения спартакиады КемГУ, спартакиады первокурсников, преподавателей, спартакиады общежитий.

*Срок: регулярно*

*Ответственные: отдел по ФВиСП, кафедра физического воспитания, факультет ФКиС*

3.4.7. Подготовить приказы ректора об утверждении сборных команд по видам спорта на учебный год, о надбавках к стипендии.

*Срок: 2 раза в год (с 1 февраля и с 1 июля)*

*Ответственные: отдел по ФВиСП, кафедра физического воспитания, факультет ФКиС*

3.4.8. Разработать и утвердить положения о назначении спортивных стипендий.

*Срок: 2013 г.*

*Ответственные: отдел по ФВиСП, кафедра физического воспитания, факультет ФКиС*

3.4.9. Сформировать спортивный актив на факультетах:

– в учебных группах;

– в студенческих общежитиях.

*Срок: в течение всего периода*

*Ответственные: зам. деканов по физическому воспитанию*

3.4.10. Заключение контрактов с тренерами сборных команд.

*Срок: 2 раза в год (с 1 февраля и с 1 июля)*

*Ответственные: декан факультета ФКиС*

3.4.11. Привлечь квалифицированных специалистов на работу в спортивный клуб КемГУ, привлечь лучших выпускников факультета ФКиС для работы в спортивном клубе КемГУ.

*Срок: в течение всего периода*

*Ответственные: проректор по социальным вопросам и молодежной политике, начальник УСВР, отдел по ФВиСП, кафедра физического воспитания, факультет ФКиС*

3.4.12. Мероприятия для реализации подпрограммы «Реабилитация»:

– создать кабинет психоэмоциональной разгрузки, оснащенный аппаратом «ФИТОН», аудиовизуальным ритмостимулятором, магнитофоном с набором аудиокассет, средствами акупунктурного воздействия;

– использовать методы массажа рефлексотерапии, способствующие нормализации функциональных нарушений во внутренних органах, устранению болевых симптомов, аутоаллергических процессов, повышению тонуса мышц и т.д.;

– проводить мануальную терапию, направленную на нормализацию подвижности позвоночного столба и отдельных двигательных сегментов с целью ликвидации нейротрофических нарушений и неврологических проявлений остеохондроза;

- использовать фитотерапевтические средства

*Срок: постоянно*

*Ответственные: санаторий-профилакторий «Вита»*



### 3.5. Оздоровительно-массовая работа

3.5.1. Организовать на спортивной базе КемГУ работу спортивных секций и групп оздоровительной направленности:

*Ответственные: ректорат, профком студентов, факультет ФКиС*

3.5.2. Изменить ценностное отношение студенческой молодежи к наркотикам и другим психоактивным веществам (ПАВ), сформировать личную ответственность за свое поведение; сформировать антинаркотические установки и потребности в здоровом образе жизни.

*Ответственные: ректорат, профком студентов, факультет ФКиС*

3.5.3. Осуществлять психологический анализ ситуации в университете по вопросам готовности студентов к здоровому образу жизни:

– обеспечить сбор, обобщение и анализ информации о влиянии неблагоприятных социальных и психологических факторов, способствующих вовлечению студенческой молодежи к употреблению ПАВ;

– подготовить отчетную документацию по результатам психологических исследований и деятельности психологической службы по программе «Образование и здоровье».

*Срок: 3 кв. 2014 г.*

*Ответственные: психологическая лаборатория УСПРК*

3.5.4. Реализовать антинаркотическую и пропагандистско-информационную кампанию по первичной психологической профилактике зависимости психоактивных веществ:

– подготовить материалы для организации обучающих семинаров для студенческого актива и волонтеров по психологическим вопросам первичной профилактики наркозависимости в студенческой среде;

– провести обучающие семинары для студенческого актива и волонтеров по психологическим вопросам первичной профилактики наркозависимости в студенческой среде и подготовка их для проведения работы в студенческом сообществе;

– оформить тематические стенды психологической лаборатории по профилактике наркомании и пропаганде здорового образа жизни;

– проводить просветительскую работу со студентами по популяризации психологических знаний о здоровом образе жизни;

– подготовить материалы по актуальной психологической проблематике для выступления на радио и телевидении, публикации в периодических изданиях КемГУ.

*Срок: 2014 – 2017 гг.*

*Ответственные: психологическая лаборатория УСПРК*

3.5.5. Внедрять в образовательную среду психологические технологии, обеспечивающие развитие ценностей здорового образа жизни и мотивов отказа от приема наркотиков:

– укомплектовать психологическую лабораторию научно-методическими и научно-практическими материалами,

психодиагностическим инструментарием для совершенствования деятельности и оказания методической помощи студентам, преподавателям, сотрудникам университета в вопросах первичной профилактики наркозависимости в студенческой среде;

– проводить со студентами факультетов групповые занятия с элементами психологического тренинга, бесед по актуальным психологическим проблемам по выработке навыков противодействия употребления наркотиков и других психоактивных веществ;

– проводить психологическую работу со студентами «группы риска» по разрешению и предупреждению проблем наркозависимости.

*Срок: в течение 2014 – 2017 гг.*

*Ответственные: психологическая лаборатория УСПРК*

### *3.6. Информационное обеспечение Программы*

3.6.1. Привлечь квалифицированных специалистов спортивного клуба КемГУ и лучших выпускников факультета ФКиС для ведения тематической страницы «Спортивная жизнь в КемГУ» в студенческом вестнике «Статус - Во!».

*Срок: 4 раза в год*

*Ответственные: отдел по ФВиСП, отдел информации и связей с общественностью*

3.6.2. Создать на факультетах и в общежитиях стенды «Спортивная жизнь».

*Срок: в течение всего периода*

*Ответственные: зам. деканов по физическому воспитанию*

3.6.3. Осветить через университетские, городские и областные СМИ вопросы состояния спортивно-массовой работы, результаты выступления сборных команд в течение года, достижения выдающихся спортсменов.

*Срок: в течение всего периода*

*Ответственные: отдел по ФВиСП, отдел информации и связей с общественностью, кафедра физического воспитания*

### *3.7. Совершенствование сборных команд по видам спорта, входящих в перечень универсиады студентов вузов Кузбасса*

3.7.1. Организовать прием на различные факультеты квалифицированных спортсменов из ДЮСШ, УОР, СДЮШОР, колледжей.

*Срок: июль (ежегодно)*

*Ответственные: ректорат, отдел ФВиСП, кафедра физического воспитания, факультет ФКиС*

3.7.2. Ввести систему ежемесячного питания членов сборных команд в столовых КемГУ.

*Срок: в течение года (ежегодно)*

*Ответственные: ректорат, отдел ФВиСП, кафедра физического воспитания*

3.7.3. Приобрести спортивный инвентарь для сборных команд КемГУ.

*Срок: в течение года (ежегодно)*

*Ответственные: отдел ФВиСП, кафедра физического воспитания*

3.7.4. Организовать учебно-тренировочные сборы (УТС) в высокогорье для сборных по легкой атлетике и лыжным гонкам.

*Срок: август-ноябрь (ежегодно)*

*Ответственные: отдел ФВиСП, кафедра физического воспитания*

3.7.5. Организовать учебно-тренировочные сборы для сборных команд на базе отдыха КемГУ «Подъяково».

*Срок: июль-август (ежегодно)*

*Ответственные: ректорат, отдел ФВиСП, кафедра физического воспитания, факультет ФКиС*

3.7.6. Привлечь лучших спортсменов филиалов в сборные команды КемГУ для выступления на соревнованиях.

*Срок: ежегодно*

*Ответственные: ректорат, отдел ФВиСП, кафедра физического воспитания, факультет ФКиС*

### *3.8. Совершенствование организации спортивно-массовой работы*

3.8.1. Разработать и утвердить календарь спортивных мероприятий на учебный год.

*Срок: ежегодно*

*Ответственные: проректор по социальным вопросам и молодежной политике, начальник УСВР, отдел по ФВиСП, кафедра физического воспитания*

3.8.2. Систематически проводить оперативные совещания с зам. деканов и председателями спортбюро факультетов.

*Срок: в течение года*

*Ответственные: проректор по социальным вопросам и молодежной политике, начальник УСВР, отдел по ФВиСП, кафедра физического воспитания*

3.8.3. Осуществить постоянный контроль за ходом подготовки сборных команд КемГУ.

*Срок: в течение года*

*Ответственные: начальник УСВР, отдел по ФВиСП, кафедра физического воспитания*

3.8.4. Ежегодно проводить конкурс «Лучший спортсмен».

*Срок: в течение года*

*Ответственные: начальник УСВР, отдел по ФВиСП, кафедра физического воспитания, профком студентов*

### *3.9. Укрепление материально-технической базы физической культуры и спорта*

3.9.1. Осуществить строительство лыжной базы в КемГУ.

*Срок: 2014-2015 гг. (проектные работы)*

*Ответственные: ректорат, АХУ, ОКС,*

3.9.2. Провести капитальный ремонт в спортивном зале общежития №2.

*Срок: 2015 г.*

*Ответственные: проректор по административно-хозяйственной работе, кафедра физического воспитания, факультет ФКиС*

3.9.3. Осуществить ремонт открытых и закрытых спортивных площадок (залов) КемГУ.

*Срок: в течение всего периода*

*Ответственные: проректор по административно-хозяйственной работе, отдел по ФВиСП*

3.9.4. Обеспечить необходимым спорт-инвентарем и оборудованием базы отдыха КемГУ «Подъяково».

*Срок: ежегодно*

*Ответственные: кафедра физического воспитания, факультет ФКиС, профком студентов*

### *3.10. Формирование мотивации здорового образа жизни студентов*

3.10.1. Осуществить трансляцию в телесети университета видеороликов о здоровом образе жизни.

*Срок: ежегодно*

*Ответственные: УСВР, отдел информации и связей с общественностью*

3.10.2. Проводить прием ректором лучших спортсменов года.

*Срок: ежегодно*

*Ответственные: ректорат*

3.10.3. Проводить новогодний бал спортсменов.

*Срок: ежегодно*

*Ответственные: ректорат, УСВР, кафедра физического воспитания, профком студентов*

3.10.4. Организовать публикации в областных и городских СМИ и в студенческом вестнике «Статус-Во!» о спортивной жизни и достижениях спортсменов КемГУ.

*Срок: ежегодно*

*Ответственные: отдел информации и связей с общественностью, УСВР*

### *3.11. Комплексная психологическая и психофизиологическая диагностика показателей адаптации студентов к воспитательно-образовательному процессу вуза*

3.11.1. Изучить психологическую и социально-психологическую адаптацию студентов к воспитательно-образовательному процессу вуза:

– изучить социально-психологические проблемы и условия жизнедеятельности студентов университета, проблемы психологической адаптации к условиям обучения в университете;

– проводить психологическое консультирование студентов по разрешению проблем личностного и семейного характера, затруднений в адаптации к условиям обучения в вузе и профессиональной подготовки;

– оказывать психологическую поддержку студентам в трудной жизненной ситуации.

*Срок: постоянно*

*Ответственные: психологическая лаборатория УСПРК*

– изучить особенности социально-психологической адаптации студентов-первокурсников к воспитательно-образовательному процессу вуза;

*Срок: ежегодно*

*Ответственные: психологическая лаборатория УСПРК*

3.11.2. Проводить комплексный психолого-физиологический мониторинг показателей адаптации студентов-первокурсников, окончивших образовательные организации, сотрудничающие с КемГУ.

*Срок: ежегодно*

*Ответственные: лаборатория развития личности ЦДП*

3.11.3. Осуществлять комплексную психолого-физиологическую диагностику студентов первого курса с проблемами адаптации к воспитательно-образовательному процессу.

*Срок: ежегодно по результатам зимней сессии*

*Ответственные: лаборатория развития личности ЦДП*

3.11.4. Проводить индивидуальное консультирование студентов по вопросам самоорганизации деятельности с учетом результатов индивидуальных заключений психологической и психофизиологической адаптации.

*Срок: регулярно*

*Ответственные: психологическая лаборатория УСПРК, лаборатория развития личности ЦДП.*

### *3.12. Медико-биологические и психолого-педагогические подходы к состоянию здоровья студентов*

3.12.1. Провести обучение преподавателей, сотрудников и студентов по программе «Медико-биологические и психолого-педагогические подходы к состоянию здоровья студентов».

*Сроки: с 2014 г, ежегодно*

*Ответственные: проректор по учебно-организационной работе, зав. кафедрой физиологии человека и безопасности жизнедеятельности*

3.12.2. Организовать обучение преподавателей и сотрудников медико-биологическим и психолого-педагогическим принципам и подходам к состоянию здоровья студентов в рамках курса «Преподаватель высшей школы» в объеме 72 часов.

*Сроки: 2014-2017 г, ежегодно*

*Ответственные: зав. межвузовской кафедрой общей и вузовской педагогики, зав. кафедрой физиологии человека и безопасности жизнедеятельности, декан социально-психологического факультета*

3.12.3. Организовать обучение студентов медико-биологическим аспектам здоровья в рамках учебного процесса по дисциплинам циклов: федеральный, национально-региональный, курсы по выбору, факультативы согласно ФГОС и учебных планов по специальностям и направлениям, реализуемым в КемГУ.

*Ответственные: проректор по учебно-организационной работе, УМУ, деканы факультетов*

### *3.13. Социологические исследования по изучению и анализу здорового образа жизни субъектов образовательного процесса*

Социологическая лаборатория КемГУ предлагает теоретико-методические разработки по изучению и анализу здорового образа жизни в целом, участников образовательного процесса, в частности, в том числе вузовских.

Проблемы здоровья и здорового образа жизни анализировались в рамках следующих социологических исследований:

- «Здоровье» (г. Кемерово, 1991 г.),
- «Медицина» (Кемеровская область, 1994-1996 гг.),
- «Проблемы медицинского страхования» (г. Кемерово, Кемеровская область, 1995, 1996, 2003 гг.),
- «Социальная защита населения» (1991-2001 г.),
- «Качество жизни» (2003, 2005 г.),
- «Реформа здравоохранения» (Кемеровская область, 1996 г.),
- «Здравоохранение» (Кемеровская область, 2002 г.),
- «Продукты питания и здоровье» (1999 г.),
- «Здоровье школьников (г. Новокузнецк, 1998, 2002 г.),
- «Молодежь и наркотики» (г. Кемерово, 1997 г.),
- «Общепрофессиональные и специальные дисциплины» (г. Кемерово, 2001 г.),
- «Свободное время студента» (г. Кемерово, 2002 г.),
- «Социальная защита студентов вузов Кемеровской области» (2004 г.),
- «Здоровье студентов» (г. Кемерово, 2006 г.),
- «Горбольница № 3» (Кемеровская область, 2006 г.),
- «Студент и общество» (КемГУ, 1995-2009 гг.),
- «Реализация нацпроектов» (г. Кемерово, 2007 г.),

- «Проблемы формирования корпоративной культуры КемГУ» (КемГУ, 2007 г.)
- «Вуз» (КемГУ и филиалы университета, 1998, 2000, 2003, 2006, 2009 гг.)
- «Отношение студентов к проблеме наркомании» (КемГУ, 2005),
- «Адаптация студентов КемГУ» (КемГУ, 2010 г.),
- «Отношение студентов к здоровью и здоровому образу жизни» (КемГУ, 2011 г.),
- «Изучение личностных особенностей студентов экономического факультета» (КемГУ, 2012 г.),
- «Здоровье студентов» (КемГУ, 2012 г.),
- «Мотивация учебной деятельности студентов экономического факультета» (КемГУ, 2012 г.),
- «Корпоративная культура экономического факультета КемГУ» (КемГУ, 2012 г.),
- «Качество учебного процесса в КемГУ (по оценкам студентов и преподавателей)» (КемГУ, 2012-2013 уч.г.),
- Планируемые социологические исследования:
- «Внеучебная деятельность студентов» (КемГУ, 2013 г.),
- «Отношение студентов к карьере» (КемГУ, 2013 г.),
- «Кузбасский студент – 2013 (омнибус)» (Кемеровская область, 2013-2014 уч. г.),
- «Корпоративная культура КемГУ» (КемГУ, 2013-2014 уч. г.).
- «Студент и общество» (КемГУ, 2014 гг.),
- «Мотивация учебной деятельности студентов КемГУ» (КемГУ, 2014 г.),
- «Медицинская грамотность студентов КемГУ» (КемГУ, 2016 г.),
- «Адаптация студентов КемГУ» (КемГУ, 2017 г.).

Исходя из основных положений и разделов Программы в раздел 7 «Социальные гарантии, льготы и социальная сфера» коллективного договора Кемеровского госуниверситета (с 2007 г.) включен план организации профилактических мероприятий разных уровней (медосмотры работников, проведение прививок, организация амбулаторной помощи, физкультурно-оздоровительные мероприятия), санаторно-курортное лечение (в т.ч. в с/п «Вита») и отдых работников на базах КемГУ («Подъяково» и «Городок»).

В соответствии с коллективным договором КемГУ, Работодатель и Профком направляют деятельность объектов культуры, спорта, отдыха и туризма КемГУ на удовлетворение, прежде всего, интересов и потребностей студентов, работников университета и их семей.

#### IV. Ожидаемые итоги реализации Программы

- Снижение уровня заболеваемости студентов и преподавателей;
- увеличение количества студентов, преподавателей и сотрудников университета с удовлетворительной адаптацией, уменьшение числа лиц с неудовлетворительной адаптацией и срывом адаптации;
- внедрение современной системы диспансеризации и мониторинга физического состояния студентов, преподавателей и сотрудников университета;
- развитие базы комплексной медико-социальной и психолого-физиологической диагностики и осуществление постоянного мониторинга за сохранением здоровья и адаптации субъектов воспитательно-образовательного процесса;
- оснащение образовательных учреждений спортивным инвентарем с целью оптимизации двигательной активности, как фактора сохранения и укрепления здоровья;
- увеличение количества студентов, преподавателей и сотрудников КемГУ, занимающихся физической культурой и спортом;
- создание системы информационного обеспечения и популяризации занятий физической культурой и спортом в КемГУ;
- укрепление материально-технической и финансовой базы физического воспитания и спортивно-массовой работы в университете;
- совершенствование уровня сборных команд КемГУ;
- формирование нормативно-правового и кадрового обеспечения спортивно-массовой работы в университете;
- возрождение традиционных и развитие новых спортивно-массовых мероприятий в вузе;
- совершенствование организации и расширение содержания спортивно-массовых мероприятий на уровне факультетов и университета;
- оборудование санатория-профилактория, медицинского и стоматологического кабинетов КемГУ;
- качественное горячее питание;
- повышение уровня знаний студентов и профессорско-преподавательского коллектива по вопросам сохранения и укрепления здоровья;
- создание эффективно функционирующей мобильной системы формирования здорового образа жизни, обеспечивающей воспитание профессионально-компетентной, социально-активной, нравственно устойчивой, психически и физически здоровой личности;
- формирование осознанного и ответственного отношения субъектов образовательного пространства вуза к здоровью, устойчивой ориентации на самосохранительное поведение, здоровый образ жизни;
- повышение здоровьесберегающей активности, эффективности учебной и трудовой деятельности;



– создание механизма устойчивой системы профессиональной ориентации в университете, оперативно реагирующей на актуальные и перспективные потребности областного рынка труда, активно участвующей в формировании государственного и социального заказа на подготовку квалифицированных кадров для образования, науки, социальной и политической сфер деятельности на основе психолого-педагогического и валеологического сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников и студентов первого курса.

Научно-методическая и организационно-педагогическая деятельность Кемеровского госуниверситета (головное учреждение и четыре филиала в гг. Анжеро-Судженске, Белове, Новокузнецке, Прокопьевске) по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволила сформулировать следующие рекомендации:

– здоровьесберегающая деятельность в вузе должна быть основана на системном подходе, предполагающем участие в ней всех субъектов учебно-воспитательного процесса;

– основным механизмом реализации здоровьесбережения в вузе является расширение диапазона приспособительных возможностей и повышения уровня стрессоустойчивости студентов и преподавателей в направлении совершенствования физиологического ресурса, психического состояния и формирования ценности здоровья и здорового образа жизни;

– развитие адаптационно-развивающего потенциала студентов возможно с помощью средств и методов физического воспитания в процессе преподавания дисциплины «Физическая культура», внеаудиторной и самостоятельной работы студентов;

– при формировании ценностно-смысловой сферы студентов в направлении здоровьесбережения каждое учреждение высшего профессионального образования должно ввести в учебный план комплекс психолого-педагогических курсов согласно специфике студенческого коллектива, региона, направленных на развитие или коррекцию ценностного отношения к здоровью у студентов;

– для успешной реализации здоровьесбережения в вузе необходимо разработать и внедрить методологические подходы и педагогические принципы, обосновывающие комплекс содержательных условий и учебно-диагностирующих мероприятий и дисциплин, позволяющих четко и грамотно подойти к решению поставленных задач.

***Практическая реализация разработанных в вузе рекомендаций возможна на основе обобщенной социально-педагогической модели сохранения и укрепления здоровья и комплексного мониторинга результатов здоровьесберегающей деятельности и должна обеспечиваться подготовкой, изданием цикла учебных и учебно-методических пособий по средствам, методам формирования знаний и навыков здорового образа жизни, повышением культуры здоровья учащейся молодежи и преподавателей.***

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b>	<b>3</b>
<b>I. Концепция Программы</b>	<b>4</b>
<b>II. Цели и задачи Программы</b>	<b>9</b>
<b>III. Содержание Программы:</b>	<b>11</b>
3.1. <i>Организационные мероприятия.</i>	11
3.2. <i>Мероприятия по реализации комплексной программы развития физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы</i>	12
3.3. <i>Лечебно-профилактическая работа</i>	13
3.4. <i>Физическое воспитание студентов</i>	14
3.5. <i>Оздоровительно-массовая работа</i>	17
3.6. <i>Информационное обеспечение Программы</i>	18
3.7. <i>Совершенствование сборных команд по видам спорта, входящих в перечень универсиады студентов вузов Кузбасса</i>	18
3.8. <i>Совершенствование организации спортивно-массовой работы</i>	19
3.9. <i>Укрепление материально-технической базы физической культуры и спорта</i>	20
3.10. <i>Формирование мотивации здорового образа жизни студентов</i>	20
3.11. <i>Комплексная психологическая и психофизиологическая диагностика показателей адаптации студентов к воспитательно-образовательному процессу вуза</i>	20
3.12. <i>Медико-биологические и психолого-педагогические подходы к состоянию здоровья студентов</i>	21
3.13. <i>Социологические исследования по изучению и анализу здорового образа жизни субъектов образовательного процесса</i>	22
<b>IV. Ожидаемые итоги реализации Программы</b>	<b>24</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ</b>	<b>27</b>

## **ПРИЛОЖЕНИЕ**

**Теоретические, методические разработки Кемеровского  
государственного университета по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни**

1. Бельчик, Т. А. Двухсубъектная оценка деятельности вуза [Текст] / Т. А. Бельчик // Социологический ежегодник КемГУ (2009/2010 учебный год): сборник отчетов по результатам внутривузовских социологических исследований / ГОУ ВПО «Кемеровский госуниверситет»; Социологическая лаборатория Управления развития карьеры и мониторинга КемГУ. – Кемерово, 2010. – С. 65 – 95.

2. Здоровьесберегающая деятельность в системе образования: теория и практика: учебное пособие [Текст] / под научной редакцией Э. М. Казина; ред. Коллегия: Н. Э. Касаткина, Е. Л. Руднева, О. Г. Красношлыкова и др. – Кемерово: Изд-во КРИПКИПРО, 2009. – 347 с.

3. Здоровьесберегающая деятельность в системе образования: теория и практика [Текст]: учебное пособие [Э. М. Казин, Н. Э. Касаткина, Е. Л. Руднева и др.]. – 3-е изд., перераб. – М.: Издательство «Омега-Л», 2013. – 443 с.: ил., табл. - (Университетский учебник)

4. Казин, Э. М. Адаптация и здоровье: монография [Текст] / Э. М. Казин, С. Б. Лурье, В. Г. Селятицкая и др. – Кемерово: изд-во КРИПКИПРО, 2008. – 300 с.

5. Казин, Э. М. Научно-теоретические аспекты подготовки педагогов физической культуры к реализации здоровьесберегающего образования [Текст] // Вестник Кемеровского государственного университета / Э. М. Казин, Н. Э. Касаткина, Н. В. Коваленко. – Кемерово: Изд-во КемГУ, № 1 (53), 2013. – С. 92-95.

6. Казин, Э. М. Образование и здоровье: медико-биологические и психолого-педагогические аспекты [Текст]: монография / Э. М. Казин. – Кемерово: Изд-во КРИПКИПРО, 2010. – 214 с.

7. Казин, Э. М. Основы индивидуального здоровья человека: учебное пособие для студентов высших учебных заведений [Текст] / Э. М. Казин, Н. Г. Блинова, Н. А. Литвинова. – М.: Гуманитарный изд. центр «Владос», 2000. – 192 с.

8. Казин, Э. М. Психофизиологические особенности студентов первого курса разных факультетов КемГУ [Текст] / Э. М. Казин, Н. Г. Блинова, С. Л. Лесникова, Е. В. Васина, Н. Н. Кошко, Л. А. Варич // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2009. – № 4. – С.13-17.

9. Казин, Э. М. Социально – педагогические подходы к здоровью как базовой адаптивной и социальной ценности [Текст] / Э. М. Казин, А. И. Федоров, Р. И. Айзман, Н. Э. Касаткина, Т. Н. Семенкова, О. Л. Тарасова. Социально – педагогические подходы к здоровью как базовой адаптивной и социальной ценности // Сибирский педагогический журнал. – 2012. – № 9. – С.30-37.

10. Казин, Э. М. Теоретическая и организационная основа формирования здоровьесберегающей среды в регионе: методическое пособие [Текст] / Э. М. Казин, И. А. Свиридова, Т. Н. Семенкова. – Кемерово: изд-во КРИПКиПРО, 2006. – 106 с.

11. Казин, Э. М. Формирование профессионального самоопределения учащейся молодежи в условиях сохранения и укрепления ее здоровья [Текст]: материалы Международной научно-практической конференции «Профессиональное самоопределение учащейся молодежи региона в условиях сохранения и укрепления ее здоровья» / Э. М. Казин, Н. Э. Касаткина, М. Г. Леухова, С. Л. Лесникова. Кемерово, 14-16 октября 2013 г.: в 2 ч. Ч. 2. – Кемерово: Изд-во КРИРПО, 2013. – С. 101-103.

12. Касаткина, Н. Э. Исследовательские факторы, определяющие позицию преподавателя образовательного учреждения к укреплению и сохранению здоровья обучающихся [Текст] // Вестник Кемеровского государственного университета культуры и искусства / Н. Э. Касаткина, Т. Н. Семенкова.- Номер 17 (2). – Кемерово: Вестник КемГУКИ, 2011. – С. 109-117.

13. Касаткина, Н. Э. Проблема адаптации студентов вуза к процессам обучения и сохранения здоровья [Текст] // Вестник Кемеровского государственного университета культуры и искусства / Н. Э. Касаткина, Т. Н. Семенкова. – № 18. – Кемерово: Вестник КемГУКИ, 2012. – С. 165-174.

14. Касаткина, Н. Э. Содержание образования будущего преподавателя физической культуры [Текст]: материалы Международной научно-практической конференции «Профессиональное самоопределение учащейся молодежи региона в условиях сохранения и укрепления ее здоровья» / Н. Э. Касаткина, Р. В. Конькова. – Кемерово, 14-16 октября 2013 г. – Кемерово: Изд-во КРИРПО, 2013. – С. 160-162.

15. Касаткина, Н. Э. Социально-педагогические аспекты сохранения и укрепления здоровья обучающихся [Текст]: материалы за 9-ой международной научно-практической конференции «Achievement of high school» / Э. М. Казин, Н. Э. Касаткина, Р. И. Айзман, И. А. Свиридова, Т. Н. Семенкова, А. И. Федоров, А. С. Шинкаренко, Э. В. Працун. – Том 26. – Педагогические науки. Физическая культура и спорт. София: "Бял ГРАД-БГ" ООД, 2013. – С. 28-33.

16. Касаткина, Н. Э. Ценности здоровья студентов вуза в условиях современного образовательного учреждения [Текст] // Вестник Кемеровского государственного университета культуры и искусства / Н. Э. Касаткина, Т. Н. Семенкова. – № 17 (1). – Кемерово: Вестник КемГУКИ, 2011. – С. 140-147.

17. Кочнева, О. П. Социологический мониторинг социальной защищенности студентов: теория и практика [Текст] / О. П. Кочнева, Е. А. Морозова // Социология образования. – 2010. – №6. – С. 67–80.

18. Лузгарева, О. И. Здоровье участников воспитательно-образовательного процесса и здоровьесберегающая среда в учреждениях образования [Текст] / О. И. Лузгарева // Наука и образование: мат. V регион.

научной конф. студентов и молодых ученых. – Белово: изд-во Беловский полиграфист, 2005. – Ч.1. – С.249-255.

19. Лузгарева, О. И. К вопросу о теории социального управления и управление здравоохранением [Текст] / О.И. Лузгарева // Сучасні проблеми управління: перспективні ідеї та технології / Уклад.: Б. В. Новіков, А. А. Мельниченко, В. Д. Піхорович, І. І. Федорова // Матеріали VI Міжнар. наук.-практ. конф. (01-02 грудня 2011). – К.: НТУУ «КПІ», 2011. – с. 54-55.

20. Лузгарева, О. И. Место и роль социологической оценки в системе социального управления и управления здравоохранением [Текст] / О. И. Лузгарева, О. П. Кочнева //“Key instruments of human co-existence organization: economics and law”: materials digest of the XIIth International Scientific and Practical Conference (Kiev, London, October 27 – November 1, 2011). Management and economical sciences/ All-Ukrainian Academic Union of specialists for professional assessment of scientific research and pedagogical activity; Organizing Committee: V. Zhitnigor (chairman); Chief editor – Pavlov V. V. – Odessa: InPress, 2011. – 246 p. – P. 143-145.

21. Лузгарева, О. И. Отношение студентов к здоровью и здоровому образу жизни [Текст] / О. И. Лузгарева // Социологический ежегодник КемГУ (2010-2011 год): сборник отчетов по результатам внутривузовских социологических исследований / Кемеровский государственный университет; социологическая лаборатория Управления социологического и психологического сопровождения и развития карьеры КемГУ. – Кемерово, 2011. – С. 83-146.

22. Онтогенез. Адаптация. Здоровье. Образование [Текст]: учебно-методический комплекс. Книга I. Здоровьесберегающие аспекты дошкольного и начального общего образования: учебно-методическое пособие/ред. коллегия: Э. М. Казин, О. Г. Красношлыкова, Е. В. Белоногова, Н. Г. Блинова и др.; отв. ред. Э. М. Казин. – Кемерово: Изд-во КРИПКиПРО, 2011. – 500 с.

23. Онтогенез. Адаптация. Здоровье. Образование [Текст]: учебно-методический комплекс. Книга II. Психолого-физиологические и социально-педагогические подходы к формированию здоровьесберегающей среды в основной и средней школе: учебно-методическое пособие / отв. ред. Э. М. Казин. – Кемерово: Изд-во КРИПКиПРО, 2011. – 695 с.

24. Онтогенез. Адаптация. Здоровье. Образование [Текст]: учебно-методический комплекс. Книга III. Адаптация и здоровье студентов: учебно-методическое пособие / ред. коллегия Е. Л. Руднева, Э. М. Казин, Н. Э. Касаткина и др.; отв. ред. Э. М. Казин. – Изд-во КРИПКиПРО, 2011. – 627 с.

25. Психолого-педагогические и здоровьесберегающие аспекты формирования адаптивно-развивающей образовательной среды: учебное пособие [Текст] / Э. М. Казин, Н. Э. Касаткина, И. А. Свиридова и др. / отв. ред. Э. М. Казин : ГОУ ВПО «Кемеровский Государственный Университет». – Кемерово, 2009. – 83 с.

26. Свиридова, И. А. Комплексная программа деятельности Кемеровского государственного университета «Вуз здорового образа жизни» [Текст] / И. А. Свиридова, Т. Н. Семенова, Н. Э. Касаткина, Э. М. Казин, М. Г. Леухова, С. Л. Лесникова // Здоровьесберегающая деятельность в системе образования: теория и практика: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием: в 2 частях, г. Кемерово, 26-27 октября 2011 г. / редкол.: Е. Л. Руднева, Э. М. Казин, Е. А. Пахомова и др. - Кемерово: Изд-во КРИПКиПРО, 2011. – Часть II. – С.231-235.

27. Свиридова, И. А. Комплексная программа деятельности Кемеровского государственного университета «ВУЗ здорового образа жизни» [Текст]: научно-практический журнал «Здоровьесберегающее образование»/ И. А. Свиридова, Н. Э. Касаткина, Т. Н. Семенова, Э. М. Казин, М. Г. Леухова, С. Л. Лесникова. – № 7-8 (19-20), ноябрь-декабрь 2011 года, г. Москва, С. 101-107.

28. Семенова, Т. Н. Особенности психофизиологической адаптации студентов первого курса к условиям обучения в вузе [Текст]/ Т. Н. Семенова, М. Г. Леухова, С. Л. Лесникова, Н. Г. Блинова, Н. Н. Кошко, Л. А. Варич // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2010. – № 2. – С. 47-52.

29. Семенова, Т. Н. Подготовка учащейся молодежи к сохранению и укреплению здоровья в условиях региона: концепция, проблемы, перспективы [Текст] / Т. Н. Семенова; под науч. ред. Н. Э. Касаткиной, Э. М. Казина. – Томск: Научно-техническая литература, 2011. – 282 с.

30. Семенова, Т. Н. Концепция сохранения и укрепления здоровья обучающихся: монография [Текст] / Т. Н. Семенова; под науч. ред. Н. Э. Касаткиной, Э. М. Казина. – Кемерово: Офсет, 2012. – 167 с.

31. Система непрерывного физического воспитания как условие адаптации, развития личности, формирования здорового образа жизни: учеб. пособие [Текст] / Э. М. Казин, Н. Э. Касаткина, О. Г. Красношлыкова, Н. В. Коваленко, А. И. Федоров, Е. Л. Руднева, Н. П. Недоспасова, О. Л. Тарасова, В. П. Зубанов, О. Б. Лысых, Т. В. Душенина, Г. И. Тушина, А. В. Сапего, Т. И. Шерер, Н. Т. Рылова, Э. В. Працун; отв. ред.: Э. М. Казин, Н. В. Коваленко. – Рекомендовано Ученым советом Института психолого-педагогических проблем детства Российской академии образования – Издательство «Омега-Л», 2013. – 435 с.: ил.,табл. – (Университетский учебник).

32. Физическое развитие личности в воспитательно-образовательном процессе школы: учебное пособие [Текст] /Э. М. Казин и др./отв. ред. Г. Г. Солодова, Э. М. Казин, С. И. Петухов. – Кемерово: Кузбассвуиздат, 2005. – 279 с.