



**РГРТУ**

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
«Рязанский государственный радиотехнический университет»

Комплексная программа РГРТУ «Образование и здоровье» на 2011-2013 гг.

**УТВЕРЖДАЮ**

**Ректор ФГБОУ ВПО «РГРТУ»**

\_\_\_\_\_ **В.С.Гуров**

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ **2011 г.**

***Комплексная программа РГРТУ  
«Образование и здоровье»  
на 2011 – 2013 гг.***

Рязань 2011

## Содержание

<b>1. Обоснование программы. ....</b>	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>
<b>2. Цель программы.....</b>	<b>4</b>
<b>3. Задачи программы .....</b>	<b>4</b>
<b>4. Основные направления реализации программы .....</b>	<b>5</b>
<b>4.1. Информационно-просветительская работа.....</b>	<b>5</b>
<b>4.2. Обеспечение безопасных для здоровья условий учебной и внеучебной деятельности .....</b>	<b>5</b>
<b>4.3. Досуг и организованный отдых.....</b>	<b>6</b>
<b>4.4. Спортивно - массовая работа.....</b>	<b>6</b>
<b>4.5. Лечебно - профилактическая работа.....</b>	<b>6</b>
<b>4.6. Психологическая поддержка .....</b>	<b>7</b>
<b>4.7. Охрана труда и техника безопасности .....</b>	<b>7</b>
<b>5. Материально - техническая база реализации программы .....</b>	<b>7</b>
<b>6. Подразделения, участвующие в осуществлении программы .....</b>	<b>9</b>
<b>7. Финансовое обеспечение .....</b>	<b>9</b>
<b>8. Механизмы реализации программы .....</b>	<b>10</b>

## 1. Обоснование программы

Сохранение и укрепление здоровья молодежи является одной из важнейших государственных задач. В период обучения в высших учебных заведениях студенты испытывают воздействие целого комплекса факторов, отрицательно влияющих на состояние их физического и психического здоровья. Изменение распорядка дня, возрастание учебной нагрузки, нарушение режима питания, стрессы, связанные с адаптацией к новым условиям, дефицитом времени, установлением межличностных отношений, все это может привести к психосоматическим расстройствам и различным заболеваниям.

Кроме этого, в молодежной среде продолжает существовать ряд негативных явлений:

- ухудшается состояние здоровья молодежи, имеют место отклонения в физическом и психическом развитии;
- растет число молодых людей, употребляющих алкогольные напитки и наркотики;
- остается актуальной проблема табакокурения;
- размываются духовные ценности и ориентиры.

В связи с этим на систему образования в целом и ВУЗы, в частности, помимо специальных задач возлагается и задача сохранения физического, психического и нравственного здоровья всех участников образовательного процесса.

Анализ состояния физического и психического здоровья студентов Рязанского государственного радиотехнического университета показывает, что количество первокурсников, отнесенных к специальной медицинской группе и освобожденных от занятий по физической культуре, остается достаточно высоким, в среднем от 20% до 30%. Кроме этого, количество студентов, отнесенных к специальной медицинской группе, увеличивается от 1-го к 5-му курсу, что указывает на ухудшение состояния здоровья в процессе учебы и требует принятия соответствующих мер.

Учитывая важность сохранения и укрепления здоровья учащейся молодежи (федеральные законы «Об образовании», «О высшем и послевузовском профессиональном образовании»), и в соответствии с Концепцией и комплексной программой воспитательной работы РГРТУ на 2011-2015 гг. была принята к разработке комплексная программа Рязанского государственного радиотехнического университета «Образование и здоровье на 2011-2013 гг.»

Комплексность программы обусловлена тем, что понятие "здоровье" является интегративной категорией, включающей в себя физическую, психическую, интеллектуальную, эмоциональную, социальную и духовную стороны. Кроме этого программа требует участия в ее реализации различных структурных подразделений университета и специалистов различных направлений деятельности.

В Рязанском государственном радиотехническом университете постоянно проводится работа по укреплению физического, психического и нравственного здоровья студентов и преподавателей. В этом направлении активно работает отдел по воспитательной работе, профсоюзная организация студентов и аспирантов, профсоюзная организация сотрудников, кафедра физического воспитания, на уровне деканатов такую работу проводят заместители деканов по воспитательной работе, на уровне кафедр – кураторы учебных групп.

Разработка Программы РГРТУ «Образование и здоровье на 2011-2013 гг.» направлена на повышение эффективности работы по оздоровлению студентов, преподавателей и сотрудников ВУЗа. Организационная структура подразделений РГРТУ во главе с Советом по воспитательной работе позволит вести мониторинг состояния здоровья обучающихся, проводить лечебно-профилактические, культурно-массовые, спортивно-оздоровительные мероприятия, оказывать социальную и психологическую помощь. Недостаточное внимание к вопросам укрепления здоровья студентов, преподавателей и сотрудников РГРТУ может отрицательно сказаться на общем самочувствии участников образовательного процесса и в итоге снизить качество подготовки специалистов.

В результате разработки комплексной программы РГРТУ «Образование и здоровье на 2011-2013 гг.» и плана мероприятий по реализации данной программы предполагается улучшение условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья студентов, преподавателей и сотрудников РГРТУ.

## **2. Цель Программы**

Целью Комплексной программы РГРТУ «Образование и здоровье на 2011-2013 гг.» является создание благоприятных условий учебы, труда и отдыха, снижение заболеваемости и укрепление здоровья студентов, преподавателей и сотрудников университета, формирование культуры здоровья на основе осознания здоровья как ценности, обучение студентов знаниям, умениям и навыкам здорового образа жизни, создание условий, обеспечивающих полноценное развитие и благополучие личности в образовательном пространстве, повышение качества подготовки специалистов.

## **2. Задачи программы**

2.1. Обеспечение студентам, преподавателям и сотрудникам РГРТУ соответствующих условий учебной деятельности, отвечающих санитарно-гигиеническим требованиям.

2.2. Создание системы комплексного мониторинга состояния психического и соматического здоровья студентов и их адаптации в образовательном пространстве.

2.3. Предупреждение и преодоление отклонений в состоянии здоровья обучающихся, проведение лечебно-оздоровительных мероприятий, оказание психологической помощи.

2.4. Эффективное проведения занятий по физической культуре, развитие умений и навыков физического самосовершенствования, организация работы спортивных секций.

2.5. Внедрение системы мер социально-профилактического характера, связанных с организацией оздоровления, питания, здорового досуга и отдыха студентов, преподавателей и сотрудников.

2.6. Проведение информационно-просветительских занятий, направленных на приобретение студентами знаний, умений и навыков сохранения и укрепления здоровья, формирования культуры здорового образа жизни;

2.7. Обеспечение выполнения требований охраны труда и техники безопасности во всех структурных подразделениях РГРТУ.

### **3. Основные направления реализации комплексной программы**

3.1. Информационно-просветительская работа.

3.2. Обеспечение безопасных для здоровья условий учебной и внеучебной деятельности.

3.3. Отдых и организованный досуг.

3.4. Спортивно-массовая работа.

3.5. Лечебно-профилактическая работа.

3.6. Психологическая поддержка.

3.7. Охрана труда и техника безопасности.

#### **3.1. Информационно-просветительская работа**

- проведение занятий в форме лекториев, круглых столов, семинаров и тренингов, направленных на приобретение студентами знаний, умений и навыков сохранения и укрепления здоровья, здорового образа жизни;

- использование современных технологий в пропаганде здорового образа жизни, возможностей внутреннего телевидения РГРТУ;

- создание на сайте РГРТУ раздела «ВУЗ - здорового образа жизни»;

- подготовка и проведение тематических книжных выставок на тему «Здоровый образ жизни»

- изготовление печатных информационных материалов для студентов и сотрудников по тематике здорового образа жизни;

- проведение тематических бесед на темы межнациональных отношений в студенческом сообществе, противодействия экстремистским движениям;

- формирование принципов толерантности, ответственности и способности к социальному взаимодействию без ущемления прав и свобод другой личности.

#### **3.2. Обеспечение безопасных условий учебной и внеучебной деятельности**

- оптимизация режима учебных занятий, составление расписания с учетом оптимального сочетания режима учебы, труда и отдыха;

- создание условий, отвечающих санитарно-гигиеническим нормам, для полноценного отдыха и подготовки к занятиям студентов в общежитиях;
- контроль за санитарно-гигиеническим состоянием аудиторий, общежитий, пунктов питания;
- совершенствование системы питания;
- запрещение курения на территории университета;
- проведение ежегодного флюорографического обследования студентов, преподавателей и сотрудников РГРТУ.

### **3.3. Досуг и организованный отдых**

- организация и проведение комплекса культурно-массовых мероприятий, концертов, конкурсов, вечеров отдыха;
- организация и проведение спортивно-оздоровительных мероприятий на базе спортивных площадок и плавательного бассейна РГРТУ;
- участие студентов в культурных и спортивных городских мероприятиях;
- проведение информационных занятий, круглых столов, вечеров отдыха в студенческих общежитиях;
- организация коллективных посещений театров, музеев, выставок;
- организация и поддержка работы студенческих творческих объединений, кружков художественной самодеятельности;
- поддержка работы студенческого туристического клуба «Альтаир»;
- оздоровление студентов, преподавателей и сотрудников на оздоровительно-спортивной базе РГРТУ «Зелёный бор»;
- оздоровление студентов в летний период на курортах Краснодарского края.

### **3.4. Спортивно-массовая работа**

- организация массовых спортивных мероприятий на базе кафедры «Физическое воспитание»;
- организация спортивных мероприятий на оздоровительно-спортивной базе РГРТУ «Зелёный бор»;
- эффективное проведение занятий по физической культуре;
- организация работы спортивных секций;
- учет студентов с ослабленным здоровьем в здравпункте РГРТУ;
- организация занятий физической культурой для студентов специальной медицинской группы, студентов-инвалидов.

### **3.5. Лечебно-профилактическая работа**

- организация учета студентов в здравпункте РГРТУ;
- проведение ежегодного медицинского осмотра студентов с целью определения медицинской группы для занятий физической культурой;
- обследование и лечение студентов, преподавателей и сотрудников с хроническими заболеваниями в санатории-профилактории РГРТУ;

- оказание материальной помощи студентам, преподавателям и сотрудникам вуза на приобретение лекарственных препаратов и оплату медицинских услуг;
- поддержка студентов из социально-незащищенных слоев путем их оздоровления и питания на базе санатория-профилактория РГРТУ;
- проведение спортивным врачом медицинского контроля перед спортивными соревнованиями и во время них.

### **3.6. Психологическая поддержка**

- оказание психологической помощи и поддержки студентам, преподавателям, сотрудникам, повышение уровня адаптации студентов к условиям учебы в университете;
- психологическое сопровождение учебно-воспитательного процесса, участие в формировании здорового образа жизни, профилактике асоциальных явлений в студенческой среде;
- проведение консультирования студентов по вопросам развития, межличностного взаимодействия, преодоления стрессовых нагрузок;
- проведение учебных занятий с целью развития психологической компетентности участников образовательного процесса.

### **3.7. Охрана труда и техника безопасности**

- проведение мероприятий по улучшению условий труда преподавателей и сотрудников;
- контроль за состоянием охраны труда и выполнением требований техники безопасности и производственной санитарии во всех структурных подразделениях РГРТУ;
- проведение аттестации рабочих мест сотрудников вуза;
- обеспечение работников соответствующих категорий, согласно аттестации рабочих мест, спецодеждой, средствами индивидуальной защиты, аптечками, моющими и обезвреживающими средствами, питанием по действующим нормативам.

## **4. Материально-техническая база реализации программы**

**Санаторий-профилакторий** университета расположен на 1-м этаже в здании общежития №3 РГРТУ по улице Полетаева, д.30, к.1.

Деятельность профилактория направлена на лечение и предупреждение заболеваний студентов, преподавателей и сотрудников университета.

Для оздоровления предлагаются следующие услуги:

- |                      |                             |
|----------------------|-----------------------------|
| - терапевтические;   | - магнитотерапия;           |
| - стоматологические; | - лазеротерапия;            |
| - лечебный массаж;   | - процедурный кабинет и др. |
| - аппаратный массаж; |                             |

Профилакторий имеет свою столовую, где на период лечения организуется диетическое питание.

**Здравпункт** университета расположен на 1-м этаже в здании общежития №3 РГРТУ по улице Полетаева, д.30, к.1.

Здравпункт обеспечивает:

- оказание первой врачебной помощи при внезапных заболеваниях, травмах и острых отравлениях;
- проведение лечебных мероприятий, при необходимости направляет пациентов на консультацию и госпитализацию;
- проведение экспертизы временной нетрудоспособности;
- анализ общей и профессиональной заболеваемости и участвует в разработке мероприятий по их снижению.

**Спортивные площадки:**

- открытый стадион с футбольным полем 60x100 м, беговыми дорожками, местами для занятий легкой атлетикой, раздевалкой и трибуной на 800 мест;
- открытая спортивная площадка для занятий минифутболом, теннисом;
- бассейн «Радиоволна» с шестью плавательными дорожками, мужской и женской раздевалками;
- лыжная база мужская площадью 198 м<sup>2</sup>;
- лыжная база женская 114 м<sup>2</sup>;
- спортивный зал площадью 329 м<sup>2</sup>, оснащенный оборудованием для занятий волейболом, минифутболом, баскетболом, настольным теннисом;
- зал общефизической подготовки площадью 225,2 м<sup>2</sup>;
- зал тяжелой атлетики площадью 115,2 м<sup>2</sup>, оснащенный тренажерами, помостами, штангами, гирями, гантелями;
- зал гимнастики площадью 76,5 м<sup>2</sup>;
- зал для занятий борьбой площадью 80 м<sup>2</sup>;
- зал зеркальный для занятий танцами площадью 76,2 м<sup>2</sup>;
- раздевалки мужская и женская;
- тренажерные залы в общежитиях №1, №2, №3 площадью 100 м<sup>2</sup> каждый, оснащенные тренажерами, штангами, помостами, гирями, гантелями.

**Оздоровительно-спортивная база (ОСБ) РГРТУ «Зелёный бор»** расположена в 30 км от областного центра – г. Рязань в сосновом бору. В районе ОСБ расположены три озера Ласковское, Сегденское, Уржинское – жемчужины Мещёрского края. В пяти минутах езды от ОСБ находится конноспортивная база. На территории ОСБ расположен центр отдыха на 60 мест и круглогодичная столовая на 75 посадочных мест. ОСБ работает круглосуточно и в летний период времени готов единовременно принять до 220 человек.



К услугам отдыхающих предлагается: прокат спортивного оборудования (мячи, лыжи, велосипеды и т.п.), тренажёрный зал, бильярд, спортивные площадки (волейбол, футбол, настольный теннис, баскетбол).

На ОСБ имеется здравпункт, сауна, площадки для проведения массовых мероприятий, в т.ч. дискотек.

Общая площадь ОСБ – 70 000 м<sup>2</sup>.

**Система питания в РГРТУ.** Питание студентов, преподавателей и сотрудников РГРТУ организовано в студенческой столовой и в трёх буфетах, расположенных в главном корпусе РГРТУ. В лабораторном корпусе работает блинная, оснащённая Wi-Fi зоной. В главном учебном корпусе организована выносная торговля с лотков кондитерскими изделиями. Столовые работают в центре военной подготовки, в общежитии №1 и №5. Контроль за правилами торговли и качеством продуктов осуществляет комиссия общественного питания профкома студентов и профкома сотрудников.

#### **5. Подразделения, участвующие в осуществлении программы**

- отдел воспитательной работы;
- профком студентов и аспирантов РГРТУ;
- профком сотрудников РГРТУ;
- студенческий совет РГРТУ;
- здравпункт РГРТУ;
- санаторий-профилакторий РГРТУ;
- оздоровительно-спортивная база РГРТУ «Зелёный бор»;
- кафедра Физического воспитания;
- кафедра Безопасности жизнедеятельности;
- отдел охраны труда;
- спортивный клуб.

#### **6. Финансовое обеспечение**

Финансирование программы осуществляется за счет:

- средств федерального бюджета;
- внебюджетных собственных средств;
- средств спонсоров и меценатов;
- других целевых средств.

Заявка по финансированию разделов программы на учебный год формируется отделом воспитательной работы, рассматривается Советом по воспитательной работе, согласовывается с Планово-финансовым управлением и представляется на утверждение ректору в составе сметы мероприятий программы на финансовый год. Средства, выделяемые по данной программе, используются по согласованию с проректором по учебной работе в соответствии с утвержденной сметой.

## 7. Механизмы реализации программы

Организацию и координацию работ по выполнению комплексной программы «Образование и здоровье на 2011-2013 гг.» осуществляет отдел по воспитательной работе РГРТУ.

В целях реализации направлений программы отделом воспитательной работы, по согласованию с заинтересованными подразделениями, разрабатывается рабочий план.

Отчет о выполнении комплексной программы РГРТУ «Образование и здоровье на 2011-2013 гг.» ежегодно заслушивается на ректорате.

Контроль по выполнению комплексной программы РГРТУ "Образование и здоровье" возлагается на начальника управления по воспитательной работе.

Авторы-составители программы – Ленков М.В., Иванцов А.С., Макеева Е.Е., Колесенков Н.А.

В разработке и обсуждении программы приняли участие: Дубков М.В., Зудашкин Г.Н., Иванцов С.П., Долгов И.А., Попова Е.А.

Проректор по учебной работе РГРТУ

/ М.В.Дубков

Начальник управления по  
воспитательной работе РГРТУ

/ М.В. Ленков