

## **ПРОГРАММЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ РОССИИ**

**Фертикова Т.Е.**

*Воронежский государственный медицинский университет,  
Россия, Воронеж*

*В статье проведен сравнительный анализ программ здоровьесбережения в разных вузах Российской Федерации. Образовательная среда вуза призвана обеспечить создание условий для укрепления физического, психического, социального и духовного здоровья, а также психологического комфорта обучающихся и преподавателей посредством эффективной организации здоровьесберегающей деятельности. Показаны примеры образовательных организаций, в которых созданы Центры здоровья, и успешно реализуются здоровьесберегающие технологии. Современные методики здоровьесбережения включают мониторинг состояния здоровья и заболеваемости обучающихся, создание необходимой инфраструктуры для занятий физкультурой и спортом. В целях унификации подхода к здоровьесбережению студентов целесообразно использовать единый алгоритм сохранения здоровья учащейся молодежи.*

*Опыт регионов России показывает взаимосвязь внедрения здоровьесберегающих технологий с улучшением характеристик здоровья студенческой молодежи.*

**Ключевые слова:** *программы здоровьесбережения; здоровьесберегающие технологии; студенты; учебный процесс.*

## **HEALTH SAVING PROGRAMMES FOR UNIVERSITY STUDENTS IN RUSSIA**

**Fertikova T.E.**

*Voronezh State Medical University,  
Russia, Voronezh*

*The article presents a comparative analysis of health saving programmes in different universities of the Russian Federation. The educational environment of a higher education institution is designed to ensure the creation of conditions for the promotion of physical, mental, social and spiritual health, as well as psychological comfort of students and teachers through the effective organisation of health-saving activities. It shows examples of educational organisations where health centres have been created and health-saving technologies are successfully implemented. Modern health-saving techniques include monitoring the health status and morbidity of students, creating the necessary infrastructure for physical*

*education and sports. In order to unify the approach to health saving of students, it is advisable to use a single algorithm for the preservation of health of students.*

*The experience of Russian regions shows the relationship between the introduction of health-saving technologies and the improvement of health characteristics of student youth.*

**Key words:** *health-saving programmes; health-saving technologies; students; educational process.*

Президент России В.В. Путин считает, что одной из основных целей развития страны является восстановление здоровья, повышение продолжительности и качества жизни россиян. Особое внимание в этой связи уделяется укреплению здоровья студенческой молодежи, составляющей трудовой и интеллектуальный потенциал страны [1].

Особую озабоченность сегодня вызывает негативная динамика многих показателей здоровья обследованных студентов вузов России [2, 3]. Соответственно высокий уровень заболеваемости обучающихся ставит под сомнение успешное овладение ими профессиональными компетенциями и подготовку квалифицированных специалистов.

Среди студенческой молодежи сформировалась безответственная и потребительская позиция по отношению к собственному здоровью. Министерство образования РФ считает главной целью своей деятельности и деятельности органов управления образованием, педагогических коллективов в этом направлении воспитание ответственного отношения студентов к собственному здоровью и здоровью окружающих людей, как к одной из главных жизненных ценностей человека.

В рамках образовательного процесса преподаватели могут способствовать воспитанию более внимательного и бережного отношения обучающихся к состоянию здоровья и образу жизни. Образовательная среда вуза призвана обеспечить создание условий для укрепления физического, психического, социального и духовного здоровья, а также психологического комфорта обучающихся и преподавателей посредством эффективной организации здоровьесберегающей деятельности [4, 5].

По мнению многих ученых, руководство образовательными организациями совместно с профессорско-преподавательским составом может создавать необходимые условия для обучения студентов, правильно организовывать учебный процесс, прививать принципы здорового образа жизни (ЗОЖ) и мотивировать обучающихся к занятиям физической культурой и спортом. Забота о здоровье и его укреплении должна стать ценностным мотивом жизнедеятельности человека [6].

Успешное решение проблемы сохранения и укрепления здоровья студентов зависит во многом от совместных усилий педагогов, медиков, психологов, социальных работников. На сегодняшний день эта проблема

находится в перечне приоритетных задач отечественного здравоохранения и образования. Существует значительная потребность в разработке новых подходов и технологий здоровьесбережения студентов. Более того, говорить о гуманизации образования можно в том случае, если в образовательной организации функционирует система здоровьесбережения.

Основной проблемой, препятствующей профилактике заболеваний и улучшению здоровья студентов, является отсутствие единого подхода к здоровьесбережению. В этой связи целесообразна совместная деятельность вузов и иных заинтересованных организаций в разработке комплексной программы сохранения здоровья учащейся молодежи, адаптированной для сферы здравоохранения и образования.

Многие вузы представляют собственные модели здоровьесберегающих технологий обучения, включающие гигиенические, информационно-аналитические и медико-профилактические мероприятия.

Так, в Московском государственном медико-стоматологическом университете действует функциональная модель Центра здоровья студентов, что в значительной степени снижает воздействие факторов риска обучения и образа жизни на здоровье студентов.

На базе Пензенского государственного университета создана модель здоровьесберегающего взаимодействия преподавателей и студентов вуза. Через год после ее внедрения у 41% студентов повысилась мотивация на сохранение здоровья и здоровый образ жизни, у 60% улучшился рацион питания, у 39% увеличилась двигательная активность.

Организационная модель охраны здоровья студенческой молодежи в г. Самаре представлена межвузовским студенческим медицинским центром, где концентрируются все данные о состоянии здоровья студентов, разрабатывается план оздоровительных мероприятий, снижающих уровень заболеваемости среди студентов, и осуществляется постоянный мониторинг здоровья студентов в течение всего срока обучения в ВУЗе.

Региональная модель управления здоровьем студентов Южного федерального университета предусматривает проведение мониторинговой оценки факторов окружающей среды, показателей здоровья, анализ и поиск зависимостей факторов окружающей среды и заболеваемости, разработку и внедрение гигиенических, лечебно-профилактических мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья студентов.

В Воронежском государственном медицинском университете им. Н.Н. Бурденко создан Координационный совет по здоровьесбережению в целях реализации комплексной системы сохранения и укрепления здоровья обучающихся и работников университета, пропаганды ЗОЖ и ответственного отношения к своему здоровью у граждан региона.

Основными задачами совета являются:

- разработка и реализация программ сохранения и укрепления здоровья обучающихся, работников университетов, граждан;
- обеспечение взаимодействия структурных подразделений университета в реализации программ сохранения и укрепления здоровья обучающихся, работников университета, граждан;
- поддержка инициатив подразделений вуза в вопросах здоровьесбережения;
- внедрение и развитие новых форм и методов сохранения общественного здоровья и передовых здоровьесберегающих технологий.

Например, информационно-компьютерные технологии широко используются для скрининг-диагностики состояния здоровья и качества жизни больших контингентов студентов [7].

В рамках комплексных оздоровительных программ вузов предложено создавать собственные лечебно-профилактические учреждения (медицинские профилактории), в задачи которых будет входить изучение состояния здоровья студентов и факторов риска с помощью скрининговых методов.

По мнению авторов, наиболее эффективным учреждением, оказывающим медицинскую, социально-медицинскую и медико-профилактическую помощь студентам, остается межвузовская многопрофильная студенческая поликлиника либо отделение общегородской поликлиники, перепрофилированное на оказание медицинской помощи студентам университета [8]. В случае, когда администрация на постоянной основе конструктивно взаимодействует с руководством подобного медико-профилактического учреждения, результата удастся добиться в сравнительно короткие сроки.

В студенческих медицинских центрах концентрируются данные о состоянии здоровья студентов, разрабатываются планы оздоровительных мероприятий и осуществляется постоянный мониторинг здоровья студентов в течение всего срока обучения в вузе. Для решения проблемы приобщения студентов к ЗОЖ, улучшения их физической подготовленности во многих вузах создается «Паспорт здоровья», который позволяет наблюдать за изменениями, происходящими в физическом развитии и состоянии здоровья студентов.

Практики создания здоровьесберегающей среды в различных образовательных организациях России анализируются на более глобальном уровне [9]. При разработке и внедрении программ по здоровьесбережению представляется целесообразным учитывать данные мониторинга показателей здоровья и заболеваемости студентов всех образовательных организаций конкретного региона, а также профиль вуза и характерные для него особенности процесса обучения.

### Список литературы

1. Глыбочко, П.В. Здоровьесбережение студенческой молодежи: опыт, инновационные подходы и перспективы развития в системе высшего медицинского образования: монография / П.В. Глыбочко [и др.]. – Воронеж: ИПЦ Научная книга. – 2017. – 312 с.
2. Опыт и стратегические подходы к формированию здорового образа жизни студенческой молодежи на примере Воронежской области : монография / В.В. Кадурын [и др.]; под общ. ред. Д.А. Ендовицкого и И.Э. Есауленко. – Воронеж : ИПЦ «Научная книга», 2017. – 400 с.
3. Фильчаков, С.А. Актуальные проблемы здоровья студентов / С.А. Фильчаков, И.В. Чернышева, М.В. Шлемова // Успехи современного естествознания. – 2013. – №10. – С. 192.
4. Практическое руководство по формированию здоровьесберегающей образовательной среды / И.Э. Есауленко [и др.]. – 2-е изд., доп. – Воронеж : Научная книга, 2016. – 313 с.
5. Есауленко, И.Э. Научные основы формирования здоровьесберегающей среды студенческой молодежи / И.Э. Есауленко, В.И. Попов, Т.Н. Петрова // Актуальные проблемы образования и здоровья обучающихся : монография; под ред. В.И. Стародубова, В.А. Тутельяна. – Москва : Издательство: ИПЦ «Научная книга», 2020. – С. 43–59.
6. Кочура, А.С. Разработка структурно-функциональной модели формирования здоровьесберегающей компетенции студентов вуза / А.С. Кочура, Г.У. Матушанский // Современные наукоемкие технологии. – 2021. – № 11-1. – С. 150–155.
7. Фертикова, Т.Е. Информационно-компьютерные технологии в основе методологии здоровьесбережения в вузе / Т.Е. Фертикова // Здоровье молодежи: новые вызовы и перспективы : монография. – Москва, 2019. – С. 127–148.
8. Кузнецов, В.В. Модель программы здоровьесберегающего поведения и оптимизации состояния здоровья студентов медицинских направлений / В.В. Кузнецов, К.В. Косилов // Медицинское образование и профессиональное развитие. – 2020. – Т. 11, № 1. – С. 88–97.
9. Конеева, Е.В. Образовательные организации России: опыт создания здоровьесберегающей среды / Е.В. Конеева [и др.] // Социальная педагогика в России. – 2021. – № 2. – С. 54–58.