


КОНТРОЛЬНЫЙ
ЭКЗЕМПЛЯР

УТВЕРЖДАЮ
Главный врач
учреждения здравоохранения
«Брестская областная больница»

_____ А.С. Карпицкий
« 04 » _____ 03 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ
Ректор
учреждения образования
«Брестский государственный
университет имени А.С. Пушкина»

_____ А.Н. Сендер
« 04 » _____ 03 2021 г.

ПРОГРАММА
«ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
СУБЪЕКТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА УНИВЕРСИТЕТА»
(на 2021 – 2025 годы)

СОСТАВИТЕЛИ:

Т.С. Демчук, заведующий кафедрой физической культуры, кандидат педагогических наук;

С.А. Сурков, декан факультета физического воспитания;

О.М. Клос, заместитель декана по учебной работе факультета физического воспитания, старший преподаватель кафедры спортивных дисциплин и методик их преподавания;

Беринчик И.А., педагог социальный отдела воспитательной работы с молодёжью.

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

Н.А. Леонюк, декан социально-педагогического факультета, кандидат педагогических наук, доцент;

И.Ю. Михута, кандидат педагогических наук, доцент кафедры спортивных дисциплин и методик их преподавания.

Здоровье – качественная предпосылка будущей личностной и профессиональной самореализации молодых людей, их долголетия, способности к учебному и профессиональному труду. Так ориентированность молодежи на ведение здорового образа жизни зависит от множества условий. Это объективные общественные, социально-экономические условия, позволяющих вести здоровый образ жизни в основных сферах жизнедеятельности (учебной, трудовой, семейно-бытовой, досуга), и система ценностных отношений, направляющая сознательную активность молодых людей в русло именно этого образа жизни. В то же время образ жизни зависит и от мотивов деятельности конкретного человека, от особенностей его психики, состояния здоровья и функциональных возможностей организма. Таким образом, исходя из научно обоснованной модели социальной обусловленности здоровья, которая получила одобрение и признание экспертов Всемирной организации здравоохранения уровень здоровья населения более чем на 50% зависит от образа жизни; на 15-20% – от состояния окружающей среды, на 15-20% – от наследственности, на 10% – от системы здравоохранения.

Годы учебы в высшей школе совпадают со временем активного становления организма молодого человека и всех его подсистем, и именно в этот период происходят глубокие перемены в образе жизни, культуре, сознании, предопределяющие формирование профессионального, творческого и социального потенциала, а также потенциала здоровья будущего специалиста. Однако, сегодня обучающиеся в университете испытывают ряд проблем в аспекте сохранения и укрепления здоровья, так как физическое и умственное становление совпадает с периодом адаптации к новым, изменившимся для них условиям жизни, обучения, высоким умственным нагрузкам.

Как показывает анализ результатов мониторинга эффективности и качества идеологической и воспитательной работы в университете (2019–2021 учебный год) (далее Мониторинг) большинство обучающихся, определяя ценностные целевые установки, на 2-е место ставят «здоровье». Более половины обучающихся среди распространенных отрицательных явлений в молодежной среде выделяют употребление алкоголя, наркоманию, никотиновую зависимость. Основными причинами приобщения к нездоровому образу жизни обучающиеся считают: влияние друзей, близких; безответственное отношение к своему здоровью; низкую самоорганизацию досуга.

Вместе с тем, большинство студентов считают, что здоровье очень важно для того, чтобы добиться успеха в жизни; определяют здоровье как физический и психологический комфорт, хорошее самочувствие и настроение. В Мониторинге студенты выделяют также и факторы, оказывающие влияние на состояние здоровья: в первую очередь, это образ жизни и особенности питания. Здоровый образ жизни по мнению студентов – это занятия спортом, правильное питание, отказ от вредных привычек и др.

Осуществление Мониторинга позволяет выявить и проанализировать проблемы обучающихся в области здоровьесбережения. В последствие на

основе полученных данных осуществляется разработка содержания профилактической и коррекционной работы в данном направлении, поскольку сохранение здоровья молодого поколения – одна из важнейших социальных задач общества в целом и университета, в частности. Подготовка высококвалифицированных специалистов в высших учебных заведениях предполагает: овладение социально-личностными навыками здоровьесбережения; принятие идеологических, нравственных ценностей общества и государства и умение следовать им; формирование культуры здорового образа жизни (ЗОЖ). Содержание деятельности по формированию культуры ЗОЖ обучающихся включает в себя основополагающие понятия:

– **здоровье** – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие заболеваний и дефектов развития;

– **здоровый образ жизни** – индивидуальная система поведения современного молодого человека, обеспечивающая вышеупомянутые состояния полного физического, духовного и социального благополучия, создающая благоприятные условия для успешной учебы, эффективного труда и жизнедеятельности;

– **культура** (лат. cultura – возделывание, земледелие, воспитание, почитание) – область человеческой деятельности, связанная с самовыражением (культ, подражание) человека, проявлением его субъектности (субъективности, характера, навыков, умения и знаний). Именно поэтому всякая культура имеет дополнительные характеристики, т.к. связана как с творчеством человека, так и повседневной практикой, коммуникацией, отражением, обобщением и его повседневной жизнью. Любая культура обязательно должна включать в себя три основных компонента: ценности, нормы, средства передачи культурных образцов.

– **культура здорового образа жизни** – отношение к своему собственному здоровью и здоровью окружающих как к ценности и осознание своей ответственности за индивидуальное и общественное здоровье.

Формирование культуры ЗОЖ обучающихся предполагает:

– усвоение многогранности понятия «здоровье», восприятие его как общечеловеческой и личностной ценности;

– воспитание бережного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих;

– приобщение к занятиям физической культурой и спортом;

– воспитание культуры здорового питания, труда и отдыха;

– формирование психологической устойчивости к зависимым формам поведения в целом и антинаркотического барьера как отрицательного отношения к употреблению алкоголя, табачных изделий (в том числе спайсов, электронных сигарет) и наркотических веществ в частности.

Формирование культуры ЗОЖ обучающихся невозможно без учета потенциала здоровья студентов, который определяется как социально обусловленный резерв личности в саморазвитии психофизиологических

возможностей, которые могут быть реализованы в напряженных условиях деятельности и выражены в достижениях достаточно высокой степени физического, интеллектуального, эмоционального и духовного компонентов здоровья, мотивации ЗОЖ и непрерывности образования, потребности в творческой самореализации. Потенциал здоровья обучающихся включает в себя следующие взаимосвязанные ресурсы: интеллектуальный; физический; эмоционально-волевой; духовно-нравственный; социально-адаптационный; креативный.

Интеллектуальный ресурс. Представлен знаниями, способностями личности, которые определяют основные установки, ценности, убеждения, мысли индивида. Данный ресурс включает способность личности: планировать свою деятельность (самостоятельная постановка цели, определение средств и способов ее достижения); обеспечивать способность к самоорганизации, самоконтролю, самокоррекции, самооценке и рефлексии; запоминать и воспроизводить информацию (прежде всего достаточный объем оперативной памяти); мыслить, выделять главное, различать существенное и несущественное, известное и неизвестное; осуществлять поиск способов решения проблемы, принимать адекватные решения, работать с различными источниками информации, анализировать, отбирать, воспроизводить и интерпретировать необходимую информацию и др.

Физический ресурс. Предполагает овладение умением развивать физическую составляющую здоровья, осознавать, дифференцировать, понимать собственные ощущения, телесные потребности; саморегулировать телесные процессы, управлять своими движениями, организовывать двигательный режим жизнедеятельности и др.

Эмоционально-волевой ресурс. Включает умения ставить цели, осуществлять выбор путей их достижения, соотносить жизненные цели со смыслом своего существования, адекватно оценивать проблемные ситуации и разрешать их, управлять собой в любых обстоятельствах, мыслить позитивно, оперативно и т.д. Данный ресурс также отражает способность адекватно оценивать эмоции окружающих, проявлять свои эмоции и управлять ими.

Духовно-нравственный ресурс. Позволяет развивать свою духовную природу, осознавать ценность здоровья и важность ответственного отношения к нему, регулировать свое поведение в соответствии с принятыми гуманистическими ценностями, ценностями здорового образа жизни, а также самореализовываться в аспекте здорового образа жизни.

Социально-адаптационный ресурс. Обеспечивает развитие умений оптимально адаптироваться к социальным условиям, владеть коммуникативной инициативой, устанавливать контакты с другими людьми, развивать партнерские отношения, обращаться при необходимости за помощью к другим и по возможности самому прийти на помощь, строить общение с учетом настроения, индивидуальности и точки зрения партнера, понимать невербальный язык общения и др. Данный ресурс выражается прежде всего в умении адаптироваться к жизни в социуме, выполнять

различные социальные роли, обладать социально-ролевой саморегуляцией. Социально-адаптационный ресурс определяется также и учебными достижениями обучающегося, наличием друзей, широкого круга общения, взаимопонимания с близкими людьми, социальной поддержки.

Креативный ресурс. Обеспечивает умение нестандартно мыслить и решать любые жизненные задачи посредством развитого доверия к творческой составляющей своей личности; способность к созданию атмосферы творчества и генерации идей; умение неординарными средствами реализовать себя в чувствах, эмоциях, ощущениях и поведении; способность к созданию нового в области оздоровления и др.

Выделение вышеназванных ресурсов позволяет обеспечить системный, целостный подход к разработке и реализации Программы, направленный на сохранение, укрепление и наращивание потенциала здоровья обучающегося.

Общие положения

Программа «Формирование культуры здорового образа жизни субъектов образовательного процесса университета» (далее – Программа) разработана на 2021 – 2024 годы.

Программа разработана в соответствии с Кодексом Республики Беларусь об образовании, Концепцией и Программой непрерывного воспитания детей и учащейся молодёжи в Республике Беларусь на 2021–2025 гг., государственной программой «Здоровье народа и демографическая безопасность Республики Беларусь» на 2021–2025 гг., Декретами и Указами Президента Республики Беларусь, государственной программой «Образование и молодёжная политика» на 2021–2025 гг., постановлениями Правительства в области образования, воспитания, государственной молодёжной политики Республики Беларусь, требованиями, сформулированными в нормативных правовых документах Министерства образования Республики Беларусь, Уставом университета и др.

Программа определяет цели, задачи, основные направления и формы работы с учетом особенностей, потребностей всех субъектов образовательного процесса в университете.

Цель Программы – совершенствование организационно-методических, педагогических и социально-психологических условий, обеспечивающих формирование мотивации и ценностных ориентаций, усвоение обучающимися социальных норм ЗОЖ, основанное на взаимодействии всех участников образовательного процесса.

Задачи Программы:

1. Формирование потребности в здоровом образе жизни, повышение престижности и осознание значимости здоровья как ценности, как фактора жизнестойкости и успешности, физического совершенствования;

2. Формирование психологической устойчивости к зависимым формам поведения в целом и антинаркотического барьера как отрицательного

отношения к употреблению алкоголя, табачных изделий (в том числе спайсов, электронных сигарет) и наркотических веществ в частности;

3. Совершенствование организационно-методического, информационного сопровождения деятельности по формированию культуры ЗОЖ;

4. Актуализация системы знаний о рациональной организации режима дня, учёбы, труда и отдыха, двигательной активности, рационализация досуговой деятельности, каникулярного и летнего отдыха;

5. Формирование ответственного отношения к семье, браку, воспитанию детей, осознанных представлений о роли и жизненном предназначении мужчин и женщин в современном обществе;

6. Повышение социальной и творческой активности обучающихся путем вовлечения их в деятельность по формированию здорового образа жизни с целью приобретения ими профессиональных навыков для дальнейшей самореализации;

7. Координация, обеспечение взаимодействия всех участников образовательного процесса, структурных подразделений, общественных организаций, объединений, органов студенческого самоуправления университета, специалистов Брестской областной больницы в данном аспекте.

Содержательный и комплексный характер процесса формирования культуры ЗОЖ отражен в реализации основных направлений: организационно-методическом; диагностическом; информационно-просветительском; физкультурно-оздоровительном; социально-педагогическом и психологическом; культурно-досуговым.

Механизм реализации Программы

Реализация Программы обеспечивается посредством:

– совершенствования взаимодействия всех структурных подразделений университета и Брестской областной больницы, координации направлений деятельности по формированию культуры ЗОЖ у студенческой молодежи;

– усиления организационно-методического, информационного сопровождения деятельности по формированию культуры ЗОЖ у обучающихся;

– организации планирования, реализации, мониторинга, уточнения и корректировки результатов, мероприятий, ресурсов Программы;

– активизации деятельности органов студенческого самоуправления, молодежных общественных организаций и объединений, через включение их в реализацию целевых программ, социальных проектов и др.;

– социального партнерства с учреждениями здравоохранения «Брестская областная больница» и «Брестский областной психоневрологический диспансер», а также ГУ «Брестский областной центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья»;

– усиление пропаганды культуры и ценностей ЗОЖ в информационном пространстве университета.

В предлагаемой Программе определяется цель, задачи, содержание и приоритетные направления деятельности по формированию культуры ЗОЖ студенческой молодежи. Материалы предназначены для кураторов, заместителей деканов по воспитательной работе, преподавателей, специалистов отдела воспитательной работы с молодежью (ОВР), социально-педагогической и психологической службы (СППС), студенческого и спортивного клубов, других заинтересованных лиц и структурных подразделений университета, общественных организаций и объединений и др.

**ПЛАН
основных мероприятий по реализации Программы**

№ п/п	Содержание и формы работы	Сроки исполнения	Исполнители, ответственные	Примечание
1. Организационно-методическое направление				
1.	Планирование работы (научной, учебно-методической, идеологической и воспитательной) структурных подразделений (в рамках Программы)	Ежегодно	Деканаты, кафедры, отделы, общественные организации и объединения	
2.	Работа комиссии по оздоровлению студентов и магистрантов	Постоянно (согласно Указа Президента Республики Беларусь от 28.11.2006 №542 «О санаторно-курортном лечении и оздоровлении и (с изменениями и дополнениями)»)	Проректор по воспитательной работе, ОВР, профком студентов	
3.	Обновление фонда специальной научно-методической литературы, видеофильмов, полиграфической и иной продукции по тематике здорового образа жизни	Постоянно	Библиотека, ОВР, СППС, деканаты, кафедры, УЗ «Брестская областная больница»	
4.	Разработка и содержательное обновление тематических листовок, брошюр, бюллетеней, методических разработок	Постоянно	Деканаты, кафедры, ОВР, СППС, др. подразделе-	

	по пропаганде здорового образа жизни, профилактике вредных привычек		ния, профком студентов, комитет «БРСМ», УЗ «Брестская областная больница»	
5.	Разработка методических рекомендаций для заместителей деканов по воспитательной работе, кураторов учебных групп, воспитателей общежитий по работе с разными социальными категориями студентов	Ежегодно	ОВР, СППС, УЗ «Брестская областная больница»	
2. Диагностическое направление				
1.	Проведение исследований по изучению приверженности обучающихся к здоровому образу жизни и степени установки на здоровый образ жизни; мотивации к занятиям физической культурой и спортом; психологического состояния: изучение индивидуальных особенностей обучающихся – личностный опросник Айзенка; суицидального риска – опросник суицидального риска Т.Н. Разуваевой; определение склонности к зависимому поведению – опросник «Риск химической зависимости»; адаптации иностранных студентов к условиям обучения и проживания в БрГУ имени А.С. Пушкина)	Ежегодно	ОВР, СППС, УЗ «Брестская областная больница»	
2.	Изучение социально-психологического климата в учебных группах	Ежегодно	ОВР, СППС, кураторы учебных групп	
3.	Изучение морально-психологического климата и условий проживания	Ежегодно	ОВР, СППС	

	студентов в общежитиях студенческого городка			
4.	Анализ результатов диагностических исследований и информирование руководства факультетов, кураторов учебных групп, педагогических работников общежитий о результатах первичной диагностики	Ежегодно	ОВР, СППС	
5.	Рассмотрение итогов Мониторинга на заседании Координационного совета по идеологической и воспитательной работе с обучающимися	Ежегодно	ОВР, СППС, деканаты, структурные подразделения, студенческий городок	
3. Информационно-просветительское направление				
1.	Проведение встреч, лекций, семинаров, научных конференций, информационных часов (в том числе молодежных) с привлечением специалистов наркологов, психологов, диетологов, представителей органов внутренних дел, Брестского областного центра гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья, учреждения здравоохранения «Брестская областная больница» и др. по вопросам сохранения и укрепления здоровья: – «О здоровой и полезной пище» – встреча с диетологом; – «Распознавание факторов суицидального риска» – семинар; – «Здоровье молодых людей – здоровое будущее государства» – информационный час; – «Дисциплина. Правопорядок. Безопасность» – информацион-	Ежегодно	Деканаты, кафедры, ОВР, СППС, студенческий городок, УЗ «Брестская областная больница»	

	<p>ный час;</p> <p>– «Психология сегодня: взгляд современного студента» – студенческая научно-практическая конференция;</p> <p>– «Проблемы физической культуры и спорта, здоровья детей и молодежи» – участие в республиканской студенческой научной конференции;</p> <p>– «Физическая культура в жизни студента» – участие в региональной научно-практической конференции;</p> <p>«Синдром эмоционального выгорания» – лекция;</p> <p>«Предикаты суицидального поведения среди населения» – лекция;</p> <p>«Ожирение – проблема века» – лекция и др.</p>			
2.	<p>Рассмотрение в рамках учебных дисциплин вопросов ЗОЖ (с учетом специфики будущей профессиональной деятельности обучающихся)</p>	Постоянно	Деканаты, кафедры	
3.	<p>Проведение мероприятий с участием специалистов УЗ «Брестская областная больница», студентов-волонтеров по формированию у студентов культуры здорового образа жизни, ценностного и ответственного отношения к своему здоровью (в рамках Дней здоровья: Всемирный день здоровья, День психического здоровья; Всемирный день борьбы против СПИДа, Международный день борьбы с наркотиками, Всемирный день без табака, День профилактики алкоголизма, День</p>	Ежегодно	<p>Деканаты, кафедры, ОВР, СППС, СВУ, студенческий городок, профком студентов, комитет «БРСМ», УЗ «Брестская областная больница»</p>	

	<ul style="list-style-type: none"> – «Выбери будущее без наркотиков!» – акция; – «Подари себе чистые легкие» – дебат-клуб; – «Курение – вредная привычка или...?» – диспут; – «Курить вредно!» – конкурс плакатов; – «Уголок здоровья» в холле общежитий; – «Остановим вместе наркоманию и ВИЧ!» – лекция-диспут; – «Мифы о курении глазами молодежи» – пресс-конференция; – «Университет – территория здоровья» – акция; – «Мы за здоровый образ жизни» – круглый стол; «В здоровом теле – здоровый дух!» – кураторский час; – «Транзит» – фильмогруппа; – «Береги себя для жизни» – художественная экспозиция; – «Здоровый я – здоровая семья!» – конкурс творческих проектов; – «Как победить зависимость?» – открытый микрофон; – «Фаст-фут: осторожно еда» – фотосушка; – «Я люблю БрГУ» – фото-марафон и др. 			
4.	<p>Работа Школы молодой семьи (проведение мероприятий по тематике охраны репродуктивного здоровья будущих родителей и формированию мотивации к рождению здоровых детей; обучение способам конструктивного общения супругов друг с другом и др.):</p> <ul style="list-style-type: none"> – «Кто я в семье?» – 	Постоянно	ОВР, СППС (совместно со специалистами УЗ «Брестская областная больница»	

	<p>тренинговое занятие; – «Общение в семье: почему меня не понимают?» – тренинговое занятие; – «Мы – родители: принятие решения о рождении ребенка. Психологические факторы риска для будущего ребенка» – круглый стол; – «Роль папы в воспитании ребенка. Что бывает, когда отвергаешь отца» – дискуссия; – «Трудные периоды в семейной жизни. Что помогает сохранять чувства в отношениях» – тренинговое занятие и др.</p>			
5.	<p>Тематические выставки литературы из фондов библиотеки БрГУ имени А.С. Пушкина и УЗ «Брестская областная больница»</p>	Ежегодно	Библиотека (совместно с УЗ «Брестская областная больница»)	
6.	<p>Участие обучающихся в межвузовских, республиканских мероприятиях, конкурсах, фестивалях, выставках, акциях, волонтерских проектах по тематике ЗОЖ: – Международная выставка-ярмарка «Содействие здоровому образу жизни»; – Межвузовский фестиваль «Наш выбор – здоровый образ жизни!»; – Республиканский конкурс «Волонтер года» и др.</p>	Ежегодно 1 раз в 2 года	Деканаты, ОВР, СППС, СВУ, комитет «БРСМ»	
7.	<p>Разработка и демонстрация видеороликов, социальной рекламы профилактической направленности в фойе учебных корпусов, общежитиях студенческого городка: – «Вся правда о табаке!»;</p>	Постоянно	Деканаты, кафедры, профком студентов, комитет «БРСМ», ОВР, СППС,	

	<ul style="list-style-type: none"> – «Под грифом смертельно!»; – «Табак – коварный враг!»; – «Нет наркотикам!»; – «СТОП – спайс!»; – «Жизнь без табака»; – «SOS: нездоровый интерес», – «Сохрани свою жизнь!»; – «Молодежь за здоровый образ жизни»; – «СПИД – реальная опасность!?»; – «Время жить!» и др. 		студенческий актив, СВУ, УЗ «Брестская областная больница»	
8.	<p>Оформление информационных стендов, санбюллетеней, уголков здоровья на факультетах, в общежитиях студенческого городка:</p> <ul style="list-style-type: none"> – «Студенты живут здорово!» – уголок здоровья; – «Безопасность прежде всего!» – информационный бюллетень; – «Будущее, которое начинается сегодня!» – санбюллетень; – «Твоя жизнь – твой выбор» – информационный бюллетень и др. 	Постоянно	Деканаты, кафедры, ОВР, СППС, студенческий городок, профком студентов, комитет «БРСМ», УЗ «Брестская областная больница»	
9.	<p>Публикация статей медико-профилактического характера в университетской газете «Веснік Брэсцкага ўніверсітэта» и др.</p>	Постоянно	Деканаты, кафедры, УЗ «Брестская областная больница»	
4. Физкультурно-оздоровительное направление				
1.	<p>Проведение регулярных профилактических медицинских осмотров обучающихся, распределение их по группам здоровья для занятий по физической культуре</p>	Ежегодно (по графику)	Отдел организации охраны здоровья (далее ООЗ)	
2.	<p>Участие студентов-волонтеров в организации и проведении Дней донора</p>	Постоянно (по плану)	ООЗ, ОВР, СППС, СВУ	
3.	<p>Обеспечение дифференцированного подхода к организации и проведению учебных занятий</p>	Постоянно	Факультет физического воспитания	

	по физическому воспитанию с учетом распределения их по группам здоровья		(далее ФФВ), кафедра физической культуры (далее КФК)	
4.	Круглогодичная спартакиада среди студентов университета по следующим видам спорта: легкоатлетический кросс – «Золотая миля», волейбол, баскетбол мужской, шахматы, настольный теннис, весенний легкоатлетический кросс, плавание, мини-футбол	Ежегодно	ФФВ, КФК спортивный клуб (далее спортклуб)	
5.	Ежегодная спартакиада студентов проживающих в общежитиях по следующим видам спорта: мини-футбол, дартс, студенческое многоборье, армрестлинг, гиревой спорт, плавание, шашки, настольный теннис	Ежегодно	ФФВ, КФК, спортклуб, профком студентов, студсоветы общежитий	
6.	Открытое первенство университета по мини-футболу среди иностранных студентов совместно с Управлением по гражданству и миграции УВД Брестского облисполкома	Ежегодно	ФФВ, спортклуб, КФК	
7.	Спортивный калейдоскоп «Сентябрь спорта и здоровья»	Ежегодно	ФФВ, КФК, спортклуб	
8.	Марафон физической культуры «Путь к здоровью»	Ежегодно	ФФВ, КФК, спортклуб	
9.	Организация самостоятельных занятий студентов физической культурой в спортивных залах, в спортивных комнатах общежитий студенческого городка	Постоянно	Спортклуб, КФК	
10.	Внедрение здоровьесозидающих технологий в образовательный процесс: оздоровительные технологии (самомассаж, нетрадиционная гимнастика, дыхательная	Постоянно	ФФВ, КФК	

	гимнастика и др.); образовательные технологии (технология развивающейся кооперации, технология работы с бинамами и др.)			
11.	Организация спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий в рамках «Фестиваля иностранных обучающихся»	Ежегодно	ФФВ, КФК	
5. Социально-педагогическое и психологическое сопровождение				
1.	«Там, где помогут» – серия встреч-презентаций специалистов СППС с обучающимися	Ежегодно	СППС	
2.	«Общежитие, или жизнь по правилам» – час просвещения для впервые заселившихся в общежития	Ежегодно	ОВР, СППС педагогические работники общежитий	
3.	Выявление студентов, нуждающихся в социально педагогической и психологической помощи, коррекционной работе	Постоянно	СППС, кураторы учебных групп, деканаты, воспитатели общежитий	
4.	Осуществление индивидуальной и групповой работы среди обучающихся, их родителей, преподавателей, кураторов учебных групп и др. (консультации, тренинги, коррекционная работа и др. по вопросам преодоления тревожности, установления бесконфликтных отношений в группе, личностному росту, подготовка к сессии и др.): – «Вы не одни, мы рядом» – встреча-беседа; – «Я – студент БрГУ» – семинар-практикум; – «Я глазами других» – тренинговое занятие; – «Как преодолеть страх и раздражение в конфликтной ситуации» – тренинговое занятие;	Постоянно	СППС	

	<p>– «Мастерство коммуникации и общения» – тренинговое занятие;</p> <p>– «Точка опоры» – тренинговое занятие по личностному росту;</p> <p>– «Осваивая новые вершины» – семинар-практикум;</p> <p>– «На шаг впереди» – выездной семинар-практикум и др.</p>			
5.	<p>Проведение мероприятий (в рамках общеуниверситетской Недели психологии):</p> <p>– «Наши двери открыты» – день открытых дверей СППС;</p> <p>– «Психалагічная дапамога» – выставка психологической литературы;</p> <p>– «Комната релаксации» – ароматотерапия;</p> <p>– «Невероятные приключения» – большая психологическая игра в общежитиях студгородка и др.</p>	Ежегодно	СППС, кафедра психологии развития, кафедра психологии, педагогические работники общежитий, кураторы учебных групп	
6.	<p>Работа психологической гостиной «Help! Сессия!»:</p> <p>– «Мнемотехника: эффективные способы запоминания» – семинар-практикум;</p> <p>– «Экзамен без стресса» – тренинговое занятие;</p> <p>– «Спокойствие, только спокойствие» – психологическое занятие с элементами тренинга;</p> <p>– «На экзамене» – психологическая игра и др.</p>	Ежегодно	СППС	
7.	<p>Мероприятия Недели позитива (в рамках комплекса мер по профилактике суицидального поведения населения Республики Беларусь на 2015–2019 годы):</p> <p>– «Поделись улыбкой своей» – акция;</p> <p>– «Раскрась жизнь в яркий</p>	Ежегодно	ОВР, СППС, деканаты, студгородок и др.	

	цвет» – цветотерапия; – «Жизнь хороша, и жить хорошо!» – конкурс презентаций; – Коллекция теплых слов» – интерактивная площадка и др.			
6. Культурно-досуговое направление				
1.	Кубок университета по футболу на призы ректора	Ежегодно	ФФВ, КФК, спортклуб, профком студентов	
2.	«Королева фитнеса» – университетский конкурс	Ежегодно	ФФВ, КФК, спортклуб	
3.	«Старт поколений» – открытый университетский спортивный фестиваль с участием работников УЗ «Брестская областная больница»	Ежегодно	КФК	
4.	Межфакультетский турнир по волейболу среди женских команд (ко Дню женщин)	Ежегодно	КФК, профком студентов	
5.	«Физкульт-Ура!» – спортивно-игровой праздник с участием студентов и преподавателей всех факультетов (в рамках университетского фестиваля студенческого творчества «Студенческая весна»)	Ежегодно	ФФВ, КФК, спортклуб	
6.	Спортивный праздник (в рамках Дня работника физической культуры и спорта и в рамках празднования Дня медика) с участием работников УЗ «Брестская областная больница»	Ежегодно	ФФВ, КФК, спортклуб, УЗ «Брестская областная больница»	
7.	«Быть здоровым – это модно!» – университетский брейн-ринг (в рамках Всемирного дня здоровья)	Ежегодно	Деканаты, профком студентов	
8.	Дни туризма: – Туристский слет БрГУ имени А.С.Пушкина; – «Наши достижения» – фотовыставка и др.	Ежегодно	Спортклуб, факультеты	

9.	«Дни спорта и здоровья» – спортивный праздник	Ежегодно	ФФВ, КФК	
10.	Товарищеские встречи по спортивным играм между работниками университета и УЗ «Брестская областная больница»	Постоянно	ФФВ, КФК, спортклуб (совместно с УЗ «Брестская областная больница»)	
11.	«Позитив через объектив» – фотомарафон (в рамках Недели позитива)	Ежегодно	СППС	
12.	«Мы нужны друг другу» – танцевальный флешмоб (в рамках проекта по формированию культуры здорового питания студенческой молодежи «Жизнь по правилам здоровья»)	Ежегодно	ОВР, СППС	
13.	«Танцуй пока молодой...» – танцевальный флешмоб (в рамках университетского фестиваля студенческого творчества «Студенческая весна»)	Ежегодно	ОВР, СППС, деканаты	

Ожидаемые результаты

Целенаправленная работа в рамках данной Программы будет способствовать:

- повышению уровня информированности обучающихся по вопросам здоровьесбережения и мерах профилактики и укрепления здоровья;
- овладению знаниями обучающимися по основным факторам риска для здоровья и альтернативным формам поведения;
- изменению у студенческой молодежи отношения к своему здоровью: выработка способности противостоять вредным привычкам и отрицательным

воздействиям окружающей среды, желания и умения вести здоровый образ жизни;

- активизации антинаркотического барьера через развитие стрессоустойчивости как умения конструктивно реагировать на стрессовую ситуацию и справляться с ней;

- осознанию важности сохранения репродуктивного здоровья для создания полноценной семьи;

- повышению социально-психологической комфортности в студенческом коллективе и снижению суицидальных рисков среди обучающихся;

- увеличению числа обучающихся, активно занимающихся физкультурой, спортом и туризмом, в том числе в спортивных кружках и секциях;

- увеличению количества студентов, ведущих здоровый образ жизни (некурящих, не употребляющих алкогольные и слабоалкогольные напитки и др.);

- повышению культуры ЗОЖ среди субъектов образовательного процесса университета, осознание ими ценностей здорового образа жизни;

- укреплению социального партнерства по вопросам здоровьесбережения в молодежной среде с учреждением здравоохранения «Брестская областная больница».

Эффективность реализации Программы оценивается по результатам мониторинга эффективности и качества идеологической и воспитательной работы в университете.

НОРМАТИВНО-ПРАВОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Кодекс Республики Беларусь об образовании : 13 января 2011 г. №243-З. – Минск : Амалфея, 2011. – 496 с.
2. Концепция непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи в Республике Беларусь на 2021–2025 годы, утв. Постановление Министерства образования Республики Беларусь 31.01.2020 №312.
3. Государственная программа «Здоровье народа и демографическая безопасность» на 2021-2025 годы, утв. Постановление Совета Министров Республики Беларусь 19.01.2021 №28.
4. Государственная программа «Образование и молодежная политика» на 2021-2025 годы, утв. Постановление Совета Министров Республики Беларусь 29.01.2021 №57.
5. Закон Республики Беларусь «О здравоохранении» 18.06.1993 N2435-XII (ред. от 16.06.2014), Закон Республики Беларусь «О внесении дополнения и изменений в Закон Республики Беларусь «О здравоохранении» 21.10.2016 N433-З.
6. Шухатович, В.Р. Здоровый образ жизни. Энциклопедия социологии / В.Р Шухатович. – Мн.: Книжный Дом, 2003. – 558 с.
7. Коледа, В.А. Основы мониторинга функционального и физического состояния студентов / В.А. Коледа, В.А. Медведев, В.И. Ярмолинский. – Минск : Бел. гос. ун-т, 2005. – 126 с.
8. Потенциал здоровья студента : методики диагностики : метод. рекомендации / Т.С. Демчук, И.Ю. Михута ; Брест. гос ун-т им. А.С. Пушкина. – Брест : БрГУ, 2016. – 55 с.
9. Воробьев, В.И. Слагаемые здоровья / В.И.Воробьев // Физкультура и спорт. – М. – 2002. – С.13.
10. Магницкая, Л.Д. Воспитание культуры здоровья у подростков: Концепция. / Л.Д., Магницкая. – М. : ГосНИИ семьи и воспитания, 2006. –50 с.
11. Абаскалова, Н.П. Теория и практика формирования здорового образа жизни учащихся и студентов в системе «школа–вуз». / Н.П., Абаскалова – Барнаул, 2000. – 48 с.