

ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ПО ОБРАЗОВАНИЮ  
Государственное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
«Пермский государственный университет»

## БУДУЩЕЕ КЛИНИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

Материалы  
Всероссийской научно-практической конференции  
(27 марта 2008 г.)

### Выпуск 2

Под редакцией  
Е.В. Левченко, А.Ю.Бергфельд



Пермь 2008

## РАЗДЕЛ VI. ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ

*В.В. Маринич, Т.В. Косенкова, Н.Б. Жукова*  
*Смоленский гуманитарный университет*

### ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ

В последние годы вызывает серьезное опасение состояние здоровья подрастающего поколения, в том числе студенческой молодежи. В структуре заболеваемости старших школьников Смоленского региона преобладает патология желудочно-кишечного тракта, опорно-двигательного аппарата, органов зрения, нервной системы. Особенно прогрессируют заболевания у подростков в возрасте 15-17 лет, когда закладывается здоровье будущих родителей. Данная отрицательная тенденция сохраняется и у обучающихся в высших учебных заведениях. Кроме того, в последние годы отмечается обострение проблемы социальной дезадаптации подрастающего поколения и молодежи: утрата связей с семьей и школой, отчуждение от труда, резкое ухудшение нервно-психического здоровья, распространение ранней алкоголизации, курения, употребления наркотиков. Все это в сочетании с низкой рождаемостью, высокой заболеваемостью и ранней инвалидизацией детского населения приводит к значительному ухудшению показателей здоровья нации, снижению трудовых ресурсов.

С учетом изложенного в Смоленском гуманитарном университете разработана и внедряется в течение трех лет программа «Здоровье и здоровый

образ жизни», направленная на индивидуализацию подхода к оценке состояния здоровья каждого студента и каждого преподавателя университета. Цель этой программы состоит не только в сохранении и укреплении здоровья студентов и преподавателей, но и в формировании здорового образа жизни, создании положительного имиджа современного человека, не употребляющего никотин, алкоголь, наркотики, занимающегося физической культурой и спортом. Программа реализует следующие направления:

- диагностическое, включающее лечебно-диагностические, социально-диагностические и психолого-диагностические мероприятия, в том числе, ЭДИФАР (экспертный диалог факторов риска);
- реабилитационное (медицинская, психологическая, социальная, педагогическая реабилитация);
- профилактическое и гигиеническое, в том числе санитарно-гигиеническое воспитание (профилактика социально-значимых заболеваний) путем проведения акций («Я бросил курить, брось и ты», «Скажем наркотикам нет», «Молодежь против СПИДа»), лекций, бесед, конференций, деловых игр, тренингов, индивидуальных и групповых консультаций и т.д;
- физкультурно-оздоровительное, включающее стратификацию студентов по группам здоровья и группам физкультуры с изучением резервных и адаптационных возможностей сердечно-сосудистой системы и разработкой программ индивидуальных физических нагрузок на занятиях физкультурой;
- культурологическое, способствующее повышению значимости положительного имиджа современного молодого человека, привитию студентам любви к искусству, творчеству, овладению современными высокими технологиями.
- правовое, способствующее формированию мотивации к получению информации о здоровье как

источнике благополучной повседневной жизни и его укреплении, а также юридической ответственности за нанесение вреда своему здоровью.

Следовательно, разработка здоровьесберегающих технологий вуза имеет целью создание такой образовательной системы, в которой на основании мониторинга здоровья учащихся и сотрудников можно перестраивать педагогическую деятельность для сохранения и тем самым укрепления их здоровья на всех этапах обучения для улучшения качества образовательного процесса.