

Тверской государственный университет
Управление по внеучебной работе и социальным вопросам

УТВЕРЖДАЮ

«26» июня 2012

Ректор

_____ **А.В. Белоцерковский**

КОМПЛЕКСНАЯ
ПРОГРАММА РАЗВИТИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНО-МАССОВОЙ РАБОТЫ
ТВЕРСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА на период с 2012-2017 гг.

Одобрена на заседании Совета по воспитательной работе ТвГУ

«14 » июня 2012 г.

протокол № 02

г. Тверь 2012

Актуальность проблемы

Формирование здорового образа жизни людей, и особенно молодежи, через развитие физической культуры и спорта имеют исключительно важное значение. Статистические данные и оценки, характеризующие здоровье населения и складывающуюся в настоящее время демографическую ситуацию в России, показывают серьезность положения.

Не является исключением и студенческая молодежь. Отрицательная динамика состояния здоровья студентов связана главным образом с низким уровнем двигательной активности.

Положение со здоровьем студентов усугубляется еще и тем, что в вузы приходят вчерашние школьники, не отличающиеся хорошим здоровьем.

Проблема улучшения состояния здоровья молодого поколения была и остается одной из приоритетных и носит стратегический характер для нашего университета.

Современное общество требует от выпускника вуза готовности вступить в активную общественно полезную деятельность здоровой и полноценной личностью, имеющей высокий резерв здоровья, стрессоустойчивость, способность не только решать социальные задачи, но и создать крепкую семью и воспитать здоровое потомство. Однако следует учитывать, что современная жизнь не уменьшает, а, наоборот, увеличивает риски для здоровья людей.

Актуальность проблемы связана с ухудшением состояния здоровья студентов вузов; отсутствием у педагогов высшей школы четких ориентиров и реальных возможностей для полномасштабной воспитательной работы с целью сохранения и укрепления здоровья студентов; отсутствием универсальной современной педагогической технологии оздоровления студентов, реально охватывающей все аспекты их деятельности и направленной на эффективное решение вопроса изменения образа жизни и формирования потребности в ЗОЖ; отсутствием возможности реального контроля и учета состояния здоровья студентов; отсутствием у многих студентов мотивации вести ЗОЖ; необходимостью разработки теоретических основ здоровьесбережения и их эффективного использования в образовательном процессе вуза.

Состояние здоровья молодежи является важнейшим слагаемым здорового потенциала нации, поэтому сохранение и развитие здоровья студентов, создание необходимых для этого условий, формирование представлений о необходимости и важности здорового образа жизни сегодня имеет приоритетное значение.

Здоровый образ жизни является предпосылкой для развития разных сторон жизнедеятельности студента, важным условием достижения высоких учебных результатов, активного долголетия и полноценного выполнения социальных функций. Как говорится: «Здоровье – это ещё не всё, но всё без здоровья — это ничто».

У студентов, профессорско-преподавательского состава, сотрудников вуза не сформировано ценностное отношение к своему здоровью, что объясняется недостаточной пропагандой педагогических и медицинских знаний, здорового образа жизни.

Актуальность здорового образа жизни вызвана возрастанием и изменением характера нагрузок на организм студента в связи с усложнением общественной жизни, учебным процессом, увеличением рисков техногенного, экологического, психологического характера, провоцирующих негативные сдвиги в состоянии здоровья.

Прогрессирующее ухудшение состояния здоровья обучающихся и работников университета, изменение экологии, регулярная долговременная работа за компьютером, невнимание к режиму питания и качеству продуктов, делают высокоактуальной проблему разработки и внедрения здоровьесберегающих технологий как в обыденной жизни, так и в образовательном процессе.

В ТвГУ уделяется большое внимание развитию физической культуры и спорта. При этом основное внимание уделяется занятиям физическими упражнениями в рамках учебного процесса.

Учебные занятия по физическому воспитанию являются ведущей формой. Им отводится основная роль в обеспечении высокой умственной и физической работоспособности студентов во время учебы.

Учебный процесс в ТвГУ организован с учетом интересов студентов, что предполагает самостоятельный выбор ими вида спорта для занятий в процессе физического воспитания. Такой подход повышает мотивацию студентов на занятия физическими упражнениями, а имеющаяся спортивная база способствует его реализации.

Для обеспечения достижения студентами уровня профессиональной подготовки не ниже соответствующего государственному образовательному стандарту необходимо в учебно-воспитательном процессе уделять существенное внимание сохранению, а по возможности и укреплению их здоровья. Кроме того, для прорыва в деле укрепления здоровья студентов необходимо наличие собственных спортивных сооружений:

Стадион с футбольным искусственным полем размером 100 м x 60 м, раздевалками, тренерскими и судейскими комнатами, легкоатлетическими дорожками (5-6 дорожек), трибуна на 700 человек.

Профилакторий.

ФОК на Соминке.

Крытый зал для игровых видов спорта (минифутбол, баскетбол, волейбол, бадминтон 60 x 40 метров) с переносными трибунами на 700 мест.

Открытая хоккейная площадка с раздевалками и тренерскими комнатами.

Массажный кабинет.

Фитобар.

Скалодром.

Для мониторинга состояния здоровья преподавателей и сотрудников необходимо внедрение системы электронного паспорта здоровья студентов и преподавателей.

Постоянно действующий Интернет-ресурс по вопросам формирования и пропаганды здорового образа жизни.

Данная программа определена Стратегией развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года, федеральной целевой программой «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006-2015 годы», а также в Ежегодных посланиях Губернатора Тверской области Законодательному Собранию Тверской области.

В Тверском государственном университете имеются следующие спортивные сооружения:

Всего спортивных сооружений – 12, общей площадью 2466м²

Спортивных залов – 7:

1. Спортивный зал №320 корпуса 3

$$24\text{м} \times 12\text{м} = 288\text{м}^2$$

2. Спортивный зал №321 корпуса 3

$$28\text{м} \times 5\text{м} = 140\text{м}^2$$

3. Спортивный зал корпуса 7

$$24\text{м} \times 12\text{м} = 288\text{м}^2$$

4. Спортивный зал корпуса 9

$$24\text{м} \times 12\text{м} = 288\text{ м}^2$$

5. Спортивный зал корпуса факультета географии и геоэкологии

$$24\text{м} \times 12\text{м} = 288\text{м}^2$$

6. Спортивный зал корпуса «Б»

$$10\text{м} \times 20\text{м} = 200\text{м}^2$$

7. Спортивный зал лицея

$$10\text{м} \times 6\text{м} = 60\text{м}^2$$

8. Плавательный бассейн «Парус» - 6 дорожек по 25м с тренажерным залом общей площадью 300м²

9. В общежитиях корпусов №1, «А» и «В» функционируют тренажерные залы с полным спортивным оборудованием.

10. Начато строительство спортивного модуля с игровым залом 40м x 24м общей площадью 960м² с раздевалками и душевыми на территории Тверского государственного университета в пос. Соминка.

Регулярно закупается спортивный инвентарь на сумму 1 млн. 200 тысяч рублей (32 теннисных стола, мячи для игровых видов спорта, комплекты формы для сборных команд университета, спортивных тренажеры, которые установлены в трех тренажерных залах корпусов №3, №7, №9, а так же инвентарь для открывшихся новых секций по дартс, ритмической гимнастике, мини-футболу и тяжелой атлетике).

Физическая культура и спорт как неотъемлемая часть общей культуры являются уникальными средствами воспитания здорового молодого поколения. Занятия физической культурой и спортом оказывают позитивное влияние на все функции и системы организма человека, являются мощным средством профилактики заболеваний, способствуют формированию морально-волевых, нравственных и гражданских качеств личности, что, в конечном счете, определяет социальное благополучие студентов, преподавателей и сотрудников Тверского государственного университета.

В этой связи реализация данной Комплексной программы осуществляется в рамках решения задач по развитию инфраструктуры спортивных сооружений ТвГУ, совершенствованию спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы среди всех категорий студентов, преподавателей и сотрудников университета, укреплению материально-технической базы спортивных секций, клубов и спортсооружений, развитию спорта высших достижений и совершенствованию кадровой политики в данной области.

**ПАСПОРТ КОМПЛЕКСНОЙ ПРОГРАММЫ
РАЗВИТИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНО-МАССОВОЙ РАБОТЫ
ТВЕРСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА**

Заказчик программы: Администрация Тверского государственного университета

Основные исполнители программы:

Управление по внеучебной работе и социальным вопросам:

Спортивный клуб «Атлант»

Факультет физической культуры

Администрация бассейна «Парус»

Администрация лыжной базы ТвГУ в п. Чуприяновка

Служба социальной поддержки студентов и сотрудников

Отдел оздоровления студентов

Профессорско-преподавательский состав

Тьюторы

Студенческий Совет ТвГУ

Совет студенческих объединений ТвГУ

Профком студентов

Цель программы:

Создание условий для максимального вовлечения студентов, преподавателей и сотрудников университета в систематические занятия физической культурой и спортом, широкого развития и популяризации здорового образа жизни как среди обучающихся, так и среди сотрудников вуза, посредством проведения комплекса профилактических, физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий.

Задачи программы:

1. Развитие массового спорта и физкультурно-оздоровительного движения путем организации и проведения спортивно-массовых мероприятий и соревнований, направленных на физическое воспитание, привлечение к здоровому образу жизни студентов, преподавателей и сотрудников университета.

Показателями результата решения этой задачи являются количество спортивно-массовых мероприятий, проводимых ежегодно и численность студентов, преподавателей и сотрудников, принявших участие в спортивно-массовых мероприятиях университета.

2. Создание оптимальных условий для развития спорта высших достижений.

Показателями результата решения этой задачи являются - количество призовых мест (медалей), завоеванных спортсменами Тверского государственного университета на региональных, всероссийских и международных соревнованиях.

3. Развитие инфраструктуры массового спорта, укрепление материально-технической базы спортивного движения ТвГУ.

Показателями результата решения этой задачи являются - обеспеченность спортивными сооружениями в Тверском государственном университете, единовременная пропускная способность спортивных объектов, достаточная обеспеченность спортивным оборудованием, инвентарем, формой и пр.

4. Информационное обеспечение, пропаганда физической культуры и спорта, здорового образа жизни в органах СМИ.

Показателями результата решения этой задачи является - рост количества публикаций в СМИ по вопросам развития физической культуры и спорта в ТвГУ.

Этапы реализации программы развития физкультурно-массовой и спортивно-оздоровительной работы

I. Подготовительный этап работы

Срок: 2-3 месяца до начала нового учебного года – 1 семестр

II. Организационный этап работы

Срок: конец 1 семестра – конец 7 семестра

III. Контрольный этап работы

Срок – 8 семестр

Ожидаемый результат

- вовлечение студентов, преподавателей и сотрудников в систематические занятия физическими упражнениями для обеспечения активного отдыха, восстановления и укрепления здоровья, увеличения продолжительности и повышения качества жизни;
- повышение эффективности учебной деятельности студентов;
- повышение эффективности профессиональной деятельности преподавателей и сотрудников;
- укрепление спортивной материально-технической базы.

Подготовительный этап работы программы развития физкультурно-массовой и спортивно-оздоровительной работы

Мероприятие	Содержание	Ожидаемый результат	Участники программы
Анализ состояния нормативно-правовой базы в области физкультурно-массовой и спортивно-оздоровительной работы (федерального, регионального, муниципального, районного вузовского уровней)	Изучение состояния нормативно-правовой базы (федерального, регионального, муниципального, районного вузовского уровней)	Составление комплекса нормативно-правовой базы по данной проблеме	УВРиСВ, спортклуб «Атлант», факультет физической культуры
Анализ опыта работы вузов России по проблемам физкультурно-массовой и спортивно-оздоровительной работы	Изучение опыта работы вузов России по проблеме	Создание папки «Опыт наших коллег»	УВРиСВ, спортклуб «Атлант», факультет физической культуры
Составление плана работы по физкультурно-массовой и спортивно-оздоровительной работе	Включение в план мероприятий физкультурно-массовой и спортивно-оздоровительной направленности	План работы по физкультурно-массовой и спортивно-оздоровительной работе	УВРиСВ, спортклуб «Атлант», факультет физической культуры, Совет по воспитательной работе, отдел оздоровления студентов
Установление (продление) связей с внешними организациями - заинтересованными сторонами – Комитетом по физической культуре и спорту Тверской области, Управлением по культуре, спорту и делам	Осуществление постоянного взаимодействия с коллегами для создания и реализации совместных мероприятий по данной программе	Договора о сотрудничестве	Администрация ТвГУ, спортклуб «Атлант», факультет физической культуры,

молодежи администрации г. Твери и пр.			
Формирование базы методической и научно-популярной литературы по данному направлению	Приобретение специальной литературы, разработка и тиражирование: - методических пособий;- раздаточного материала;	Полный комплект методических материалов по развитию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы	Научная библиотека, УНИ, профильные преподаватели факультета физической культуры
Разработка анкеты по ЗОЖ для студентов I курса	Включение в анкету вопросов, связанных с занятием спортом, оздоровлением, пагубными привычками	Анонимная анкета для студентов I курса	Отдел оздоровления, все факультеты
Проверка наличия условий для организации правильного питания студентов	Проверка наличия питьевой воды в достаточном количестве, наличия пунктов питания для студентов, проверка соответствия их санитарным и гигиеническим нормам	Схема расположения пунктов питания, результаты санитарных проверок пунктов питания	УВРиСВ, столовая ТвГУ медперсонал вуза

Организационный этап работы со студентами и создание условий в вузе по развитию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы

Мероприятие	Содержание	Ожидаемый результат	Участвующие лица
<p>Анкетирование студентов I курса по вопросам физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы</p>	<p>Выдача анкет студентам, заполнение их, сбор и обработка результатов, анализ и подготовка отчета о результатах анкетирования, обсуждение результатов на совете, корректировка плана воспитательной работы с учетом результатов анкетирования</p>	<p>Отчет, включающий результаты анкетирования и их анализ, скорректированный план воспитательной работы</p>	<p>УВРиСВ, спортивный клуб «Атлант» преподаватели, тьюторы</p>
<p>Проведение медосмотра студентов I и II курса</p>	<p>Наблюдение студентов у различных специалистов, заполнение индивидуальных карточек здоровья, выявление наиболее распространенных заболеваний и вредных привычек у студентов, анализ результатов медосмотра и обсуждение их на совете, корректировка плана воспитательной работы с учетом данного анализа</p>	<p>Индивидуальные карты здоровья, отчет, включающий результаты медосмотра и их анализ, скорректированный план воспитательной работы</p>	<p>Поликлиника, сотрудники медпункта и специалисты из внешних организаций, тьюторы, студенты</p>
<p>Включение тематики о здоровом образе жизни в курсы: культурология, психология, социология, иностранный язык и т.д.</p>	<p>Лекционный курс, практические занятия, подготовка студентами докладов по данной тематике</p>	<p>Результаты практических работ студентов, данные о посещаемости, доклады студентов</p>	<p>Профильные преподаватели, студенты</p>

Организация медицинской и психологической помощи студентам, желающим придерживаться здорового образа жизни	Борьба студентов с вредными привычками и зависимостями при участии и поддержке врачей, психологов, родителей и друзей	Данные о преодолении зависимости (алкогольной, наркотической, и табакокурению)	НОЦ «Профкарьера», медпункты ТвГУ, отдел по оздоровлению
Активное привлечение преподавателей университета в работу по профилактике негативных привычек, развитию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы	Участие преподавателей университета в тематических научно-практических конференциях, семинарах, обучающих программах по данной проблеме	Данные о количестве преподавателей, принявших участие в специализированных мероприятиях	Все факультеты, УВРиСВ, спортивный клуб «Атлант» преподаватели, тьюторы
Развитие стремления у студентов к занятиям спортом	Проведение спортивных мероприятий, занятия в спортивных секциях, турпоходы, участие студентов в районных, городских, областных соревнованиях, получение ими спортивных разрядов	Данные о количестве студентов, задействованных в организации и проведении спортивных мероприятий, получивших спортивный разряд, посещающих спортивные секции	УВРиСВ, спортивный клуб «Атлант», факультет физической культуры, преподаватели, тьюторы, активисты из студенческой среды, студенты
Развитие стремления занятий спортом у студентов, проживающих в общежитиях	Организация спортивных мероприятий в общежитиях	Данные о количестве студентов, участвующих в мероприятиях	Коменданты общежитий, все факультеты, УВРиСВ, спортклуб «Атлант»
Организация внеучебных досуговых мероприятий с привлечением студентов	Акции, круглые столы, конференции, совещания, форумы, спортивные соревнования, проводимые с целью	Материалы по результатам всех проводимых мероприятий	УВРиСВ, спортивный клуб «Атлант», факультет физической

	агитации здорового образа жизни, создание и просмотр видеороликов ,фотовыставки		культуры, преподаватели, тьюторы, активисты из студенческой среды, студенты
Оформление наглядной агитации по данной тематике	Организация в учебных корпусах, в общежитиях уголков «За здоровый образ жизни», контроль за их состоянием	Материалы для специализированных стендов	УВРиСВ, спортивный клуб «Атлант», факультет физической культуры, преподаватели, тьюторы, активисты из студенческой среды, студенты
Мониторинг текущего контроля за состоянием здоровья студентов	Проведение ежегодного повторного медицинского обследования студентов	Индивидуальные карты здоровья, отчет, включающий результаты медосмотра и их анализ	Поликлиника, сотрудники медпункта, отдел по оздоровлению
Мониторинг показателей физической подготовленности студентов по годам обучения	Корректировка учебного процесса по физической культуре с целью повышения его эффективности	Скорректированный план учебного процесса	Отдел по оздоровлению, медпункты, УМУ
Обследование ведущих студентов-спортсменов ТвГУ	Совершенствование учебно-тренировочного процесса ведущих студентов-спортсменов с целью получения наивысших результатов	Скорректированный учебно-тренировочный процесс	Факультет физической культуры, отдел по оздоровлению, медпункты, УМУ
Научная деятельность в области физической культуры, спорта и оздоровления студентов и преподавателей	Организация на базе ТвГУ и участие университета в региональных и Российских научно-практических конференциях	Научно-практические конференции, сборники материалов	УНИ, факультет физической культуры, спортивный клуб «Атлант»

Обеспечение реализации планов физкультурно-оздоровительной работы на факультетах и	Составление планов физкультурно-оздоровительной работы на факультетах и	Планы проведения физкультурно-массовых и спортивно-оздоровительных мероприятий на факультетах	УВРиСВ, факультет физической культуры, спортивный клуб «Атлант»
Организация спортивных мероприятий на факультетах	Выделение факультетам времени в спортивных залах для проведения физкультурно-массовых и спортивно-оздоровительных мероприятий	Графики организации и проведения физкультурно-массовых и спортивно-оздоровительных мероприятий на факультетах	УВРиСВ, факультет физической культуры, спортивный клуб «Атлант», АХЧ
Организация и проведение межфакультетских физкультурно-массовых и спортивно-оздоровительных мероприятий	Составление календаря и обеспечение проведения межфакультетской спартакиады	Календарь и графики проведения межфакультетской спартакиады	Спортивный клуб «Атлант»
Организация работы спортивных секций и оздоровительных групп	Составление расписания работы спортивных секций и оздоровительных групп	Расписание работы спортивных секций и оздоровительных групп	Спортивный клуб «Атлант», отдел по оздоровлению
Организация межвузовских спортивных соревнований	Обеспечение участия сборных команд университета по видам спорта в «Универсиаде» вузов Тверской области	Согласованный календарь проведения «Универсиады» вузов г. Твери	Спортивный клуб «Атлант»
Организация участия сборных команд и отдельных спортсменов университета во Всероссийских и международных соревнованиях	Обеспечение участия сборных команд и отдельных спортсменов университета во Всероссийских и международных соревнованиях	Финансовое обеспечение выездов спортсменов, обеспечение их формой и спортивным инвентарем	Спортивный клуб «Атлант», ПФУ, бухгалтерия
Привлечение максимального количества студентов, преподавателей	Проведение Дней здоровья	Составление программы мероприятия, финансовое обеспечение	Спортивный клуб «Атлант», отдел по оздоровлению

и сотрудников к здоровому образу жизни			
Привлечение максимального количества студентов, преподавателей и сотрудников к спортивно-массовым мероприятиям	Обеспечение участия студентов, преподавателей и сотрудников университета в спортивно-массовых мероприятиях, проводимых в районах, городе и области: "Легкоатлетическая эстафета", "Лыжня России" и т.п.	Объявления о проведении, информация в СМИ, на сайтах ТвГУ, обеспечение транспортом, помощь с инвентарем	Спортивный клуб «Атлант», отдел по оздоровлению
Повышение эффективности Интернет-доступа к сайтам, посвященным развитию спорта и здорового образа жизни	Просмотр информации, предоставленной сайтами, обсуждение актуальных проблем на форумах, организация различных мероприятий силами студентов разных вузов	Данные о посещаемости специализированных сайтов	УВРиСВ, спортивный клуб «Атлант», факультет физической культуры, преподаватели, тьюторы, активисты из студенческой среды, студенты
Повышение информационной составляющей по физкультурно-массовой и спортивно-оздоровительной деятельности	Обеспечение информацией и подготовка материалов по физической культуре и спорту в университетской газете "Вестник", на сайте ТвГУ, на студенческом портале «Универ»	Публикации в СМИ и интернете	Спортивный клуб «Атлант», отдел по оздоровлению

Контрольный этап оценки развития физкультурно-массовой и спортивно-оздоровительной работы

Срок – 8 семестр

Материалы для оценки:

1. Данные о количестве физкультурно- оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, проводимых ежегодно.
2. Данные о количестве студентов, которые:
 - задействованы в организации и проведении спортивных мероприятий;
 - получили спортивный разряд;
 - посещают спортивные секции;
 - завоевали призовые места (медали), на региональных, всероссийских и международных соревнованиях;
 - участвовали в мероприятиях по агитации здорового образа жизни;
 - посещают специализированные сайты.
3. Информация о снижении пропусков учебных занятий по болезни.
4. Данные об увеличении количества студентов, регулярно занимающихся спортом.
5. Информация об уменьшении (исключении) числа студентов, зарегистрированных в органах правопорядка.
6. Информация о повышении активности студентов в общественных, физкультурно-массовых и спортивно-оздоровительных мероприятиях.
7. Информация о повышении результатов на занятиях по физической культуре.

8. Информация о повышении уровня оценки собственного здоровья по результатам анкетирования.
10. Информация об обеспеченности спортивными сооружениями в Тверском государственном университете.
11. Информация о единовременной пропускной способности спортивных объектов, их достаточной обеспеченности спортивным оборудованием, инвентарем, формой и пр.
12. Информация о росте количества публикаций в СМИ по вопросам развития физической культуры и спорта в ТвГУ.