ГБПОУ «Колледж сервиса и быта» РИ г.Назрань

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБПОУ КСИБ

_____А.А.Зязиков

Профилактическая программа

«Колледж за здоровый образ жизни»

КОНЦЕПЦИЯ ПРОГРАММЫ

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Понятие «здоровье» определяется не только как отсутствие болезней и физических дефектов, но и как состояние физического, душевного и социального благополучия человека. Являясь целостным социально-психологическим явлением, здоровье обучающихся представляет интегративный критерий качества современного образования. Подготовить обучающего к самостоятельной жизни - это значит сформировать у него адекватные механизмы физиологической, психологической, социальной адаптации к окружающей действительности, готовность к самостоятельному позитивному жизнепроживанию. Деятельность по созданию условий для сохранения здоровья обучающихся в обязательном порядке должна учитывать те факторы, которые влияют на здоровье: и экологические, и социальные, и санитарно-гигиенические. Однако, колледж не в силах заменить медицинские учреждения и вышечить заболевание. Обучающее учреждение может создать условия для профилактики новых заболеваний и сохранению здоровья, может содействовать формированию потребности в здоровом образе жизни, может научить обучающихся защищать свою жизнь и сохранять здоровье. Необходимо сформировать у обучающихся устойчивые мировоззренческие представления об общечеловеческих ценностях, здоровом образе жизни как необходимом условии реализации личностных устремлений.

Основание для разработки программы - анализ работы колледжа в оздоровительном направлении

В стенах колледжа обучающиеся получают знания, профессиональную подготовку и обучаются не менее важному -
- быть здоровым.

Перед образовательными учреждениями стоит вопрос: решению каких проблем должна способствовать «Школа здоровья»?

Назовём некоторые из них, реально решаемых в рамках программы «Здоровый образ жизни»:

1. грамотная организация учебного процесса (расписание уроков, перемен);
2. методика преподавания учебных дисциплин, построенная на здоровьесберегающих технологиях. Также изучение методик, которые могли бы помочь любому преподавателю внедрить в практику преподавания здоровьесберегающие технологии;
3. создание в коллективе благоприятного психологического микроклимата, а также формирование сознательного и грамотного отношения к здоровью у педагогов;
4. ведение просветительской работы с педагогами, обучающимися и родителями, так как многие вопросы сохранения и улучшения здоровья обучающихся образовательное учреждение и родители должны решать совместно;

Кроме того, очень важным моментом здоровьесберегающей деятельности стала проблема внеурочных занятий обучающихся, организации досуга, дополнительного образования. В нашем колледже есть материальная база для проведения мероприятий по оздоровлению и сохранению здоровья студентов и работников колледжа: спортивный зал, 2 медицинских кабинета, тренажерный зал.
В учебных кабинетах много зелени, позволяющей поддерживать естественный микроклимат внутри аудитории.

Направления работы по программе «Здоровый образ жизни»

Первое направление предусматривает **организацию учебно-воспитательного процесса в** соответствии с условиями, способствующим всестороннему развитию обучающихся, получению им высокого уровня знаний при сохранении его здоровья на уроках и во внеурочной работы.

Второе направление включает в себя **комплекс оздоровительно-воспитательной работы** со всеми обучающимися.

С целью повышения двигательной активности обучающихся предусмотрены динамические паузы, прогулки на свежем воздухе после окончания уроков, спортивные часы. Обучающиеся посещают спортивные секции. В колледже проводятся общеоздоровительные мероприятия, нацеленные на повышение резистентности организма обучающегося. Ведется строгий контроль над соблюдение санитарно-гигиенических норм в условиях колледжа, и учитывается контингент обучающихся, условия, возможности и перспективы работы по данной проблеме.

Ожидаемые результаты

- внедрение оптимального режима учебного труда и активного отдыха;
- повышение уровня физического, психического и социального здоровья обучающихся;
- уменьшение количества поведенческих рисков, опасных для здоровья;

повышение уровня лечебной и профилактической работы; осознанное отношение обучающихся и ил родителей к состоянию здоровья как основному фактору успеха на последующих этапах жизни;

Законодательно-нормативное обеспечение программы

Конституция РФ; Декларация прав ребёнка; закон РФ «Об образовании»; санитарные нормы и правила, утвержденные совместным постановление Министерства образования РФ и Госсанэпиднадзора; приказ 1418 от 15.05.2001 г. Министерства образования РФ «Об утверждении примерного положения о центре содействия укреплению, здоровья обучающихся, воспитанников образовательного учреждения».

Цель программы

Обеспечение приоритета здоровья обучающихся в деятельности образовательного учреждения, создание здоровьесберегающего пространства колледжа, формирование культуры здоровья обучающихся, устойчивых навыков здорового образа жизни.

Задачи программы

- Внедрить современные методы мониторинга здоровья;

Пропагандировать ценность здорового образа **жизни,** необходимость сохранения и поддержания здоровья в любом возрасте;

- Организовать работу по профилактике вредных привычек через разъяснение последствий воздействия их на организм человека;
- Формировать правильное представление о взаимоотношениях полов, ценностях семьи и брака;

Вести пропаганду ценности здорового образа жизни через систему организационно-теоретических и практических занятий на родительских лекториях, совместных спортивно-оздоровительных мероприятиях.

Сроки реализации 2026-2030гг.

Направления деятельности

Медицинское - предполагает обеспечение гигиенических условий образовательного процесса и реабилитационную работу. Под гигиеническими понимается соблюдение внешних условий организации учебного процесса: составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований, проведение занятий по физической культуре, организация питания обучающихся. Реабилитационная работа- обязательное медицинское обследование, формирование здоровья обучающихся немедикаментозными средствами.

Просветительское - предполагает организацию деятельности по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании. Особое место отводится работе с родителями, т.к. прежде всего в семьях формируется правильный или неправильный образ жизни, закладываются основы мировоззрения. Просветительская работа должна сочетать в себе как традиционные, так и современные интерактивные приемы воздействия на обучающихся и их родителей.

Психолого-педагогическое предлагает прежде всего использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности, а также предупреждение проблем развития ребёнка, обеспечение адаптации на разных этапах обучения, развитие познавательной и учебной мотивации, формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля.

Спортивно-оздоровительное предлагает организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение обучающихся к здоровому досугу.

Мероприятия по реализации программы «ЗОЖ»

№	Наименование мероприятия	Сроки провед.	ответственный	Отметка об исполнении, ссылка
	1.Утверждение и уточнение мероприятий по реализации программы на 2016-2021 учебный год на совещании классных руководителей, педсовете колледжа	Сентябрь 2026	Заместитель директора по ВР, Руководитель по физической культуры	
	Ремонт помещений колледжа, оснащение кабинета медицинского работника, оснащение спортивным инвентарём	**постоянно**	Зам. директора по АХЧ, Администрация	
	Организация горячего питания охватывающего наибольший процент обучающихся	В течение года	Директор колледжа	
	Вовлечение обучающихся с ослабленным здоровьем в работу спортивных кружков и секций	**постоянно**	Преподаватель физкультуры, Классные руководители	
	Контроль применения здоровьесберегающих технологий на уроках	**В** течение года	Зам.директора по УР Руководитель по физ. культуре	
	Проведение мониторинга **по** выявлению детей с откло- нениями в здоровье, определение групп здоровья обучающихся	Сентябрь	Мед.работник Администрация	
	Оформление информац и- онных стендов в коридорах колледжа, пропагандирующих	В течение года	Зам.директора по ВР Руководитель по физ. культуре	

	ЗОЖ			
	Работа по профилактике вредных привычек, психологических стрессов, простудных заболеваний обучающихся.			
	Индивидуальные беседы со студентом о вреде табакокурения	В течение года	Зам.директора по ВР, Психолог Медсестра	
	Комплексна работа психолога с обучающимися 1-4-х курсов по профилактике экзаменационного стресса (анкетирование, мониторинг, индивидуальные и групповые консультации,тренинги)	Февраль-апрель	Психолог МЦ «Диалог»	
	Проведение классных часов «Здоровая душа, здоровый организм. Как добиться гармонии?»	В течение года	Классные руководители	
	Организация акции «Полезная прививка»	по графику прививок	Зам. директора по ВР Медсестра	
	Проведение бесед по пропаганде закаливания «В здоровом теле - здоровый дух	В течение года	Зам. директора по ВР, классные руководители	
	Организация работы лектория для родителей «Как сохранить здоровье детей»	1 Раз в семестр	Зам. директора по ВР, классные руководители	
	Совместная работа с медицинскими работниками по организации просветительных бесед среди обучающихся о необходимости вести здоровый образ жизни, о простудных заболеваний	В течение года	Зам. директора по ВР, классные руководители, Мед.работник.	
	Выпуск газеты, посвященной Всемирному дню здоровья	Апрель	Зам. директора по ВР, студ-совет колледжа, медсестра	
	Дни здоровья	1 Раз в семестр	Зам. директора по ВР, медсестра,преподаватель Физ.культуры	

	Праздник «Солдатами не рождаются!»	Февраль	Зам. директора по ВР, преподаватель ОБЖ	
	Участие в колледжских, районных, городских, областных, всероссийских соревнованиях по всем видам спорта	постоянно	Зам. директора по ВР, классные руководители, преподаватель физкультуры	

Зам.директора по ВР Бачалова Х.И.