

УТВЕРЖДАЮ  
Для  
Директор колледжа  
К.В.Воякин  
2016г.

**Государственное бюджетное профессиональное  
образовательное учреждение Самарской области  
«Самарский политехнический колледж».**

**Профилактическая программа  
«Здоровый образ жизни»**

Самара 2016г.

## *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 жизнепрживанию. 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 вылечить 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 соблюдением 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 их 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 постановлением 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.

**Объекты программы:** обучающиеся 1-4-х курсов; педагогический коллектив; родители.

**Сроки реализации программы:** 2016 – 2021 гг.

**Организация контроля за выполнением программы:** администрация ГБПОУ «Самарский политехнический колледж», органы студенческого самоуправления; студ-совет колледжа и студ-совет общежития.

### *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.

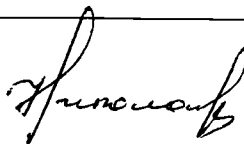
**Спортивно-оздоровительное** - предлагает организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение обучающихся к здоровому досугу.

## Мероприятия по реализации программы на 2016-2021 учебный год

Мероприятие	Сроки	Ответственные
1. Утверждение и уточнение мероприятий по реализации программы на 2016-2021 учебный год на совещании классных руководителей, педсовете колледжа	Сентябрь 2016	Заместитель директора по ВР, Руководитель по физической культуре
<b>Создание условий для обеспечения максимально-комфортного и здорового пребывания обучающихся в колледже</b>		
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 отклонениями в здоровье, определение групп здоровья обучающихся	Сентябрь	Мед. работник Администрация
Оформление информационных стендов в коридорах колледжа, пропагандирующих ЗОЖ	В течение года	Зам.директора по ВР Руководитель по физ. культуре
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
<b>Работа по пропаганде ЗОЖ среди обучающихся и родителей</b>		
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 заболеваниях	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
<b>Организация коллективных дел, направленных на укрепление здоровья обучающихся и педколлектива</b>		
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

Заместитель директора по ВР



Т.А. Николаева