

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТРОСОЮЗА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ КООПЕРАЦИИ»
САРАНСКИЙ КООПЕРАТИВНЫЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)

«Утверждено»
приказом ректора Саранского
кооперативного
института (филиала)
Р. Р. Хайров
от 09.07.2024 № 26-ДС



Профилактическая программа
Формирования здорового образа жизни
«За здоровый образ жизни»

Саранск 2024

Профилактическая программа «За здоровый образ жизни»

Актуальность программы.

В соответствии с законом РФ «Об образовании» здоровье обучающихся отнесено к приоритетным направлениям государственной политики в области образования, с целью обеспечения данного закона, Саранский Кооперативный Институт реализует программу, направленную на формирование установок здорового образа жизни. Комплексная программа укрепления здоровья студентов – это совокупность мероприятий, направленных на обеспечение здоровья и благополучия субъектов образования.

Одна из целей профессионального образования – развитие молодого поколения, осознающего ценность здоровья и развитие подростка в соответствии с принципом природосообразности. Именно поэтому важно научить молодых людей осознать себя как часть природы и понимать ответственность перед обществом за сохранение своего здоровья.

Цель программы: формирование установок здорового образа жизни участников образовательного процесса.

Задачи:

- внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий;
- формирование у педагогов и обучающихся сознательного отношения к своему здоровью, установок здорового образа жизни;
- формирование у педагогов и обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью;
- непрерывное профессиональное самообразование, накопление банка данных по методологической, диагностической деятельности физкультурно-оздоровительной направленности;

- пропаганда здорового образа жизни, формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности;

- изменение ценностного отношения к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое поведение;

- повышение уровня правовой грамотности, по вопросам ответственности несовершеннолетних и их родителей за хранение, распространение и применение наркотических и психотропных веществ.

Основные направления:

- диагностическая деятельность;

- спортивно-оздоровительная деятельность;

- профилактика наркомании, табакокурения, алкоголизма;

- работа с педагогическим коллективом, родителями, направленная на пропаганду здорового образа жизни в семье.

Концептуальные положения программы:

Здоровье – главная жизненная ценность. Забота о здоровье необходима и больному, и здоровому человеку.

Валеологический подход.

Триединый принцип валеологии: формирование, сохранение и укрепление здоровья индивида на основе использования всех позитивных факторов.

Принцип здорового образа жизни.

Соблюдение санитарно-гигиенического режима.

Педагогизация окружающей среды.

Организация целесообразного здоровьесберегающего пространства.

Принцип природосообразности.

Учет и использование физиологических возможностей организма ребенка в соответствии с возрастным развитием, дифференцированный и индивидуальный подход к ребенку.

Разнообразие методов и средств физического воспитания

Принцип саморегуляции: «чтобы быть здоровым, нужны собственные усилия, постоянные и значительные».

Ожидаемый результат:

- использование в образовательном процессе здоровьесберегающих технологий;
- сознательное отношение личности к своему здоровью и здоровому образу жизни;
- наличие у обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью;
- повышение общей культуры в направлении сохранения и развития физического здоровья;
- повышение уровня общей физической активности.

Участники программы: обучающиеся; родители; кураторы групп; администрация факультета СПО; медработник; психолого-педагогическая служба (социальный педагог, педагог-психолог).

Программа разработана: педагогом-психологом, Бабановой М. А.

Профилактическая программа «За здоровый образ жизни»

Направление деятельности	Задачи	Сроки исполнения	Ожидаемые результаты
Диагностическая деятельность	Изучить состояние здоровья и образ жизни обучающихся. Выявить нарушения здоровья, наличие вредных привычек и отношение к употреблению ПАВ.	Сентябрь – май	Получение картины состояния физического здоровья обучающихся, с целью оптимизации форм работы по формированию установок здорового образа жизни.
Спортивно-оздоровительная деятельность	Укрепить здоровье, содействовать нормальному физическому развитию через учебную и внеучебную спортивную деятельность. Вовлечение наибольшего количества обучающихся в спортивно-оздоровительную деятельность	В течение года	Приобщение обучающихся к различным видам спорта. Формирование позитивного отношения к здоровому образу жизни.

Профилактика наркомании, табакокурения, алкоголизма	Формировать негативное отношение к вредным привычкам. Провести мероприятия, направленные на пропаганду здорового образа жизни.	В течение года	Формирование у обучающихся потребности вести здоровый образ жизни.
Работа с педагогическим коллективом, родителями по пропаганде здорового образа жизни в семье	Формировать у обучающихся и их родителей позитивное отношение к ведению здорового образа жизни.	В течение года	Обеспечение плодотворного и полноценного сотрудничества с родителями в учебно-воспитательном процессе.

**Направления работы по реализации профилактической программы
формирования здорового образа жизни
«За здоровый образ жизни» в 2023-2024 учебном году**

1. Организационно-методическое обеспечение работы			
№ п/п	Содержание работы	Сроки исполнения	Ответственные
1.	Проведение консультации для кураторов групп по пропаганде здорового образа жизни учащихся и профилактике наркомании, токсикомании, ВИЧ-инфекции.	Август – сентябрь	Проректор по внеучебной работе, социальный педагог.
2.	Разработка рекомендаций для кураторов групп по проблемам воспитания здорового образа жизни и профилактики вредных привычек.	В течение года	Социальный педагог, педагог-психолог
3.	Разработка и утверждение совместного плана работы с КДН, МВД РМ, Федеральной службой Российской Федерации по контролю за оборотом наркотиков.	Сентябрь	Проректор по внеучебной работе, декан факультета СПО, социальный педагог.
4.	Проведение консультаций специалистов для детей, склонных к девиантному поведению.	В течение года	Социальный педагог, педагог-психолог
5.	Мониторинг детей группы риска, ведение личного дела обучающегося на внутривузовском учете.	В течение года	Социальный педагог

2. Диагностическая деятельность				
№ п/п	Форма работы	Методика	Сроки исполнения	Ответственные
1.	Анкетирование учащихся по проблемам наркомании, токсикомании, табакокурения, алкоголизма в молодежной среде.	Анкета на выявление отношения студентов к употреблению психоактивных веществ (ПАВ)	Январь	Педагог-психолог
2.	Индивидуальная диагностика учащихся «группы риска»	Тест Спилберга, STAY; Тест К. Томаса - типы поведения в конфликте (адаптирован Н.В. Гришиной); Опросник «Подростки о родителях» ADOR Е.Шафера;	В течение года	Педагог-психолог

		Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению Р. В. Овчарова; Опросник исследования уровня агрессивности А. Басс и А. Дарки		
3.	Профилактический осмотр учащихся	-	В течение года	Медицинский работник

3. Спортивно-оздоровительная деятельность

№ п/п	Форма работы	Сроки исполнения	Ответственные
1.	День здоровья на факультете среднего профессионального образования	1 раз в год	Проректор по внеучебной работе, декан факультета СПО
2.	Работа спортивных секций по волейболу, баскетболу, теннису	В течение года	Преподаватели физической культуры
3.	Участие в спортивно-оздоровительных мероприятиях, внутривузовских и республиканских соревнованиях	В течение года	Проректор по внеучебной работе, декан факультета СПО, преподаватели физической культуры

4. Профилактика наркомании, табакокурения, алкоголизма

№ п/п	Форма работы	Сроки исполнения	Ответственные
1.	Просмотр кинолент по вопросам здорового образа жизни, негативного влияния ПАВ на организм человека	1 раз в квартал	Кураторы групп, социальный педагог, педагог-психолог
2.	Индивидуальные и групповые беседы: «Что такое быть здоровым»; «Цена нездорового образа жизни»; «Правила здорового питания».	1 раз в квартал	Кураторы групп
3.	Мероприятие, направленное на профилактику зависимости, формирование ценности здоровья: «Выбор и последствия»	Февраль – март	Педагог – психолог, социальный педагог
4.	Участие в всероссийском конкурсе от МВД России «Спасем жизнь вместе»	Январь - февраль	Заместитель декана факультета СПО, кураторы групп

5.	Лекции и профилактические мероприятия, проведенные специалистами МВД, КДН, Федеральной службой Российской Федерации по контролю за оборотом наркотиков.	В течение года	Проректор по внеучебной работе, декан факультета СПО
----	---	----------------	--

5. Работа с педагогическим коллективом, родителями, направленная на пропаганду здорового образа жизни в семье			
№ п/п	Форма работы	Сроки исполнения	Ответственные
1.	Родительские собрания, лектории по основам здорового образа жизни	2 раза в год	Кураторы групп, социальный педагог
2.	Семинар для родителей «Особенности подросткового возраста: откуда берутся вредные привычки?»	1 раз в год	Проректор по внеучебной работе, социальный педагог, педагог – психолог
3.	Индивидуальные консультации педагогов и родителей	В течение года	Педагог – психолог, социальный педагог
4.	Мониторинг социальных сетей обучающихся	В течение года	Кураторы групп, декан факультета СПО