

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Самарской области «Сызранский колледж искусств и культуры им. О.Н. Носцовой»

СОГЛАСОВАНО:

Педагогическим Советом
ГБПОУ СКИК
Протокол № 1 от 26.08.2021г.

Студенческим советом
Протокол от 03.09.2021 № 1

УТВЕРЖДЕНО:



Директор ГБПОУ СКИК
Т.В. Алмаева
«03» сентября 2021 г.

ПРОГРАММА

«Здоровым быть престижно»

(сроки реализации программы: 2021-2023гг.)

**г.Сызрань
2021 г.**

Оглавление

1. ВВЕДЕНИЕ.....	3
2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ.....	4
3. СРОК РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	5
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	7
5. КООРДИНАТОРЫ ПРОГРАММЫ.....	8
6. РАЗДЕЛЫ ПРОГРАММЫ.....	16
6.1. Раздел I. Физическое здоровье.....	16
6.2. Раздел II. Социальное здоровье.....	18
6.3. Раздел III. Психологическое здоровье.....	20
6.4. Раздел IV. Нравственное здоровье.....	23
7. КОНТРОЛЬ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	24
8. ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ.....	24

1. ВВЕДЕНИЕ

Здоровьесберегающая образовательная технология представляется как функциональная система организационных способов управления учебно-познавательной и практической деятельностью обучающихся, обеспечивающая сохранение и укрепление их здоровья.

Актуальность данного направления обусловлена приоритетными направлениями государственной политики в области образования, направленными на сохранение и укрепление здоровья участников образовательного процесса.

Проблема сохранения и укрепления здоровья молодёжи является одной из важнейших задач современной образовательной организации и стоит на первом месте в структуре контроля результатов среднего профессионального образования.

Программа ГБПОУ СО «Сызранский колледж искусств и культуры им. О.Н. Носцовой» реализуется в соответствии с Конституцией Российской Федерации, Федеральным законом N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным законом «О безопасности», Федеральными государственными образовательными стандартами нового поколения и с иными стратегическими документами, определяющими развитие системы образования Российской Федерации.

Здоровьесберегающая программа «Здоровым быть престижно» представляет собой комплексную систему профилактических и оздоровительных технологий, реализация которых проводится в отношении студенческого и педагогического коллектива ГБПОУ СО «Сызранский колледж искусств и культуры им. О.Н.Носцовой» (далее-ГБПОУ СКИК) под контролем администрации колледжа, в тесном взаимодействии с педагогическим коллективом, родителями, обучающимися, с привлечением различных общественных, социальных, медицинских учреждений и органов исполнительной власти г.Сызрани, осуществляющих профилактику и пропаганду здорового образа жизни.

2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цели программы:

- организация системной комплексной работы по сохранению, компенсации и укреплению здоровья обучающихся колледжа, формирование здоровой среды, через создание единой образовательной, воспитательной, оздоровительной системы охраны здоровья обучающихся;
- формирование устойчивых качеств полноценной самореализующейся творческой личности и подготовка ее физически, психофизически и духовно к предстоящей самостоятельной жизни в постоянно изменяющихся условиях социальной и природной среды.

В соответствии с поставленными целями, в программе реализуются следующие задачи:

- 1.** развитие здоровьесберегающей инфраструктуры колледжа;
- 2.** оптимизация учебного процесса за счет использования эффективных здоровьесберегающих методов и технологий обучения;
- 3.** поддержание и стимулирование коллективного поиска способов сохранения и укрепления здоровья;
- 4.** сотрудничество с органами исполнительной власти города, а также с общественными, медицинскими, образовательными, спортивными организациями;
- 5.** профилактика безнадзорности, правонарушений, зависимости (интернет, алкогольная, наркотическая и иные);
- 6.** повышение качества занятий физической культурой, а так же уровня физического развития и физической подготовки студентов;
- 7.** формирование у обучающихся системы ценностей, связанной с собственным здоровьем и здоровьем окружающих, освоение необходимых знаний в этой области, формирование соответствующих умений и навыков;

8. содействие формированию устойчивой мотивации здорового образа жизни у обучающихся, родителей, педагогов;
9. воспитание морально-этических, нравственных ценностей и культуры здорового образа жизни.
10. Мониторинг физического и психологического состояния здоровья обучающихся, дальнейшее планирование и развитие здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе.

3. СРОК РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Срок реализации программы составит 2021-2023 годы.

I этап – 2021-2022 учебный год. Подготовительный этап.

Цель: подготовка базы для выхода ГБПОУ СКИК на формирование и дальнейшее развитие системы воспитания здорового человека.

Реализация:

Соединение всех направлений деятельности ГБПОУ СКИК в области

создания здоровьесберегающей среды:

- изучение основ ЗОЖ, пожарной безопасности; дни и уроки здоровья, акции студенческого самоуправления: «Скажи наркотикам нет!», «Брось сигарету», «СТОП/ВИЧ/СПИД», «Здоровым быть здорово», «Я свободен от зависимостей!», «Территория чистоты» и пр.;
- деятельность психологической службы;
- тематики методических объединений;
- разработка структуры действия Программы с учетом включения в поле деятельности всех заинтересованных общественно-социальных институтов;

- реструктуризация системы управления образовательным процессом для создания активной среды, в которой обучение и воспитание будет происходить не за счет ресурсов здоровья, а вследствие специально организованной системы развития внутреннего потенциала студентов и преподавателей.
- кадровое, научно-методическое, техническое, мотивационное обеспечение реализации Программы.

II этап – 2022-2023 год. Основной этап.

Цель: осмысление понятия здоровья человека как общечеловеческой ценности, как ценного качества человека, как категории духовной, нравственной, культурной и физической, стимулирование интереса к своему здоровью, желания заниматься своим здоровьем (научиться жить, учиться и трудиться, не причиняя вреда своему организму).

Реализация:

Разработка инструментария, необходимого для создания здоровьесберегающей среды:

- системы мониторинга здоровья студентов (диагностики соматического, физического, психического состояния и функциональных возможностей организма);
- системы мониторинга психологического комфорта обучающихся на важнейших ступенях развития.

Определение системы медицинских и педагогических мероприятий, направленных на снижение количества отрицательных факторов, влияющих на состояние здоровья и комфорта студента и преподавателя:

- расширение воспитательного поля внеурочной деятельности обучающихся в практическом использовании умений и навыков здорового образа жизни (экскурсии, экологические и здоровьесберегающие акции,

- практические занятия по ГО и ОБЖ с привлечением приглашенных специалистов и т.д.);
- повышение уровня психологической помощи обучающимся (осуществление психолого-педагогического сопровождения по индивидуальным проблемам семьи и студента);
 - создание необходимых условий для развития комфортного микроклимата.

Разработка инструментария мониторинга компонентов здоровья: соматического (текущее состояние органов и систем организма), физического (уровень роста и развития органов и систем организма), психического (состояние психической сферы, душевного комфорта), нравственного (комплекс характеристик мотивационно-потребностной сферы жизнедеятельности).

Усиление психолого-медицинской помощи с целью увеличения доминирующих позитивных психических состояний: тренинги саморегуляции; анализ состояния здоровья педагогического коллектива, синдром эмоционального выгорания; «измерение» собственной готовности

к управлению своим здоровьем.

Мониторинг физического и психологического состояния здоровья обучающихся, дальнейшее планирование и развитие здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе.

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

- наличие залов.
- наличие спортивного инвентаря
- творческий потенциал преподавателя физической культуры
- создание кружковой работы по спортивно – оздоровительному направлению.

Для решения поставленных Программой задач на каждом этапе ее реализации необходимо обеспечение единства благоприятных педагогических условий:

- теоретических — обобщение и совершенствование имеющегося в ГБПОУ СКИК опыта работы;
- изучение опыта других образовательных организаций, нормативно-правовой документации;
- методических — корректировка действующих учебных программ с учетом использования здоровьесберегающих технологий;
- планирование учебно-воспитательной работы в соответствии с основными направлениями деятельности Программы;
- организационных — повышение квалификации педагогических сотрудников; обеспечение образовательного процесса необходимыми учебными и методическими пособиями, наглядными раздаточными и дидактическими материалами.

5. КООРДИНАТОРЫ ПРОГРАММЫ

Координатором программы является заместитель директора по учебно-воспитательной и творческой работе.

Ответственные: педагог дополнительного образования, преподаватель физической культуры, медицинский работник, педагог-психолог, кураторы групп социально-общественные институты.

6. РАЗДЕЛЫ ПРОГРАММЫ

1. Физическое здоровье.
2. Социальное здоровье.
3. Психологическое здоровье.
4. 4. Нравственное здоровье.

6.1 Раздел I. Физическое здоровье

Содержание деятельности: направление физической активности обучающихся на развитие творчества, укрепление физического здоровья, основанного на личностно-ориентированном подходе.

Задачи раздела:

1. Создание условий для физического развития обучающихся.
2. Организация внеурочных мероприятий по физическому оздоровлению.
3. Повышение интереса обучающихся к сдаче нормативов ГТО.
4. Создание здоровьесберегающего пространства для обучающихся.

Формы реализации

№	Формы реализации	Сроки проведения	Ответственные
1.	Дни здоровья	По плану воспитательной работы	Заместитель директора по УВТР
2.	Гигиена кабинетов и внешний вид обучающихся	Ежедневно в течение учебного года	Кураторы, преподаватели

3.	Проведение уроков физвоспитания на стадионе, уличном тренажере	В течение учебного года	Преподаватели физвоспитания
4.	Военно-спортивные мероприятия, эстафеты, сдача норм ГТО	По плану воспитательной работы	Педагог физвоспитания, преподаватели допобразования, ОБЖ
5.	Внеурочные мероприятия по физическому оздоровлению (катание на коньках, лыжные прогулки, соревнования по плаванию)	По плану работы	кураторы, педагог допобразования, преподаватель ОБЖ, Педагог физвоспитания
6.	Занятия в спортивных клубах	По графику	Руководители клубов
7.	Проведение соревнований внутри колледжа	По плану воспитательной работы	Преподаватель физвоспитания
8.	Кураторские часы, посвященные гигиене, физиологии, здоровьесохраняющим технологиям	По плану куратора	кураторы

Рекомендации кураторам: способствовать вовлечению обучающихся в спортивные клубы ГБПОУ СКИК; приобщать обучающихся к активным формам отдыха.

6.2. Раздел II. Социальное здоровье

Содержание деятельности: проведение акций, направленных на профилактику социальных болезней. Организация встреч со специалистами медицинских учреждений и сотрудниками правоохранительных органов.

Задачи раздела:

1. Информационно-разъяснительная работа среди обучающихся по предупреждению распространения заболеваний социального характера.
2. Формирование у обучающихся чувства ответственности за свое здоровье, противостояние вредным привычкам.
3. Привлечение к содействию и помощи сотрудников социальных институтов для организации работы по профилактике вредных привычек, заболеваний социального характера.

Формы реализации

№	Формы реализации	Сроки проведения	Ответственные
1.	Встречи со специалистами медицинских учреждений города (кожно-венерологический диспансер, наркологический диспансер, городская поликлиника)	Согласно договоренности со специалистом здравоохранения	Заместитель директора по УВТР

2.	Лекции-беседы: «Инфекционные заболевания и иммунитет» «Профилактика предупреждения и распространения туберкулеза» - «Профилактика инфекционных заболеваний» - «Профилактика коронавируса, гриппа и вирусных инфекций» - «Режим дня как основа ЗОЖ»	По индивидуальным планам кураторов,	Медицинский работник, кураторы групп
3.	Информационно-разъяснительная работа по профилактике заболеваний социального характера	В течение учебного года	Заместитель директора по УВТР
4.	Психодиагностика на выявление предрасположенности к вредным привычкам и девиациям поведения, анкетирование на выявление уровня знаний и отношения к вредным привычкам, профилактические мероприятия	По плану в течение года	Педагог- психолог
5.	Выпуск памяток, информационных газет, по профилактике вредных привычек	В течение учебного года	Заместитель директора по УВТР
5.	Размещение информации на официальном сайте ГБПОУ СКИК	В течение учебного года	Заведующий учебно-информационной частью

6.	Уроки здоровья: «Венерические заболевания», «Зависимость: мифы и реальность»	По плану	Медработник, Заместитель директора по УВТР
7.	Лекторий по профилактике аддиктивного поведения	В течение учебного года	Педагог дополнительного образования
8.	Участие в конкурсах по профилактике вредных привычек и здоровьесберегающему направлению.		Кураторы групп

Рекомендации кураторам: способствовать выработке у обучающихся сознательного отношения к профилактике вредных привычек, инфекционных заболеваний и заболеваний социального характера.

6.3 Раздел III. Психологическое здоровье

Содержание деятельности: данный раздел предполагает использование в воспитательном процессе технологий, направленных на сохранение духовного здоровья. Педагогам необходимо обратить внимание на индивидуальное общение с обучающимися. Способствовать формированию высоких морально-этических качеств – доброты, милосердия, любви. Для укрепления здоровья и хорошего самочувствия обучающихся очень важно создать условия, вызывающие положительные эмоции.

Задачи раздела:

1. создать условия для обучающихся, способствующие оптимальному усвоению материала учебной программы;
2. индивидуальный подход к обучающимся, диагностика возможностей, формирование положительного «Образа Я»;
3. создание положительного психологического климата и активной воспитывающей среды.

Формы реализации

№	Формы реализации	Сроки проведения	Ответственные
1.	Анкетирование обучающихся 1 курса (выявление форм агрессии, форм девиантного поведения, уровня развития когнитивной сферы, изучение медицинских карт и, наличие психосоматических проблем и хронических заболеваний)	В течение года	Педагог-психолог, кураторы групп
2.	Родительские собрания по группам. «Гармоничные детско-родительские отношения – залог психического здоровья подростка»	По плану	Зам. директора по УВТР, кураторы
3.	Индивидуальная работа с обучающимися «Откровенный разговор», «Умение сказать «нет!», «Все мы разные», «Как противостоять агрессии», «Пути решения конфликтов»	В течение учебного года	Заместитель директора по УВТР, педагог-психолог, кураторы групп

5.	Изучение мотивации к обучению по выбранной специальности у обучающихся 1 курса	Октябрь	Педагог-психолог
6.	Изучение уровня коммуникативных способностей, самооценки	Ноябрь-декабрь	Педагог-психолог
7.	Изучение творческих способностей студентов	Октябрь	Руководители творческих и спортивных объединений, кураторы
8.	Работа студенческого самоуправления	В течение учебного года	Заместитель директора по УВТР, педагог дополнительного образования
9.	Анкетирование «Удовлетворенность учебно-воспитательным процессом»	Декабрь, май	Заместитель директора по УВТР, кураторы групп

Рекомендации кураторам: привлечение обучающихся к ведению здорового образа жизни, способствовать созданию благоприятного психологического климата в техникуме, поддержка творческих талантов обучающихся и студенческого самоуправления.

6.4. Раздел IV. Нравственное здоровье

Содержание деятельности: способствовать осмыслению обучающимися значимости ведения здорового образа жизни, профилактики и предупреждения распространения вредных привычек, заболеваний социального характера, приобщению обучающихся к активным формам отдыха.

Задачи раздела:

1. формирование нравственно здоровой личности.
2. привлечь обучающихся к занятиям спортом и физвоспитания, участию в конкурсах, тематических вечерах.
3. способствование осознания у обучающихся понятия: «Здоровым быть престижно».

Формы реализации

№	Формы реализации	Сроки проведения	Ответственные
1.	Работа волонтерского объединения «От сердца к сердцу» (помощь ветеранам, пенсионерам, детским домам и людям с ОВЗ)	Согласно индивидуальному плану и плану воспитательной работы	Заместитель директора по УВТР, социальные педагоги, педагоги допобразования
2.	Участие в городских и областных мероприятиях	в течение учебного года	Заместитель директора по УВТР
3.	Конкурсы художественной самодеятельности, творческой и спортивной направленности, студенческие мероприятия	Согласно плану воспитательной работы	Заместитель директора по УВТР, педагог дополнительного образования
4.	Спортивные соревнования по плаванию	ноябрь, февраль	Руководитель физвоспитания

5.	Профилактические беседы, классные часы на темы: «В здоровом теле – здоровый дух», «Формула успеха», «Здоровый образ жизни – здоровое потомство», «Толерантность + Я» и пр.	Согласно расписанию кураторов	Кураторы групп
6.	Уроки здоровья	По индивидуальному плану	Кураторы групп

14

Рекомендации кураторам: способствовать формированию у обучающихся осознанного осмысления морального, этического, нравственного и духовного здоровья; привлечь обучающихся к участию в различных областных и городских мероприятиях, внутренних конкурсах и занятиях спортом.

7. КОНТРОЛЬ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Контроль за реализацией программы осуществляется директором ГБПОУ СКИК.

8. ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Программа «Здоровым быть престижно» рассчитана на подростковую осознанность необходимости соблюдения основ здорового образа жизни и повышения уровня физической подготовки.

Программа включает 4 направления, позволяющие реализовать рекомендуемые формы и способы сохранения и укрепления здоровья.

Нормативно-правовое обеспечение здоровьесберегающей программы в образовательном процессе

1. Конституция РФ

- 2. Указы Президента РФ**
- 2.1.** Указ Президента РФ от 14 мая 1996 г. N 712 "Об Основных направлениях государственной семейной политики" (с изменениями и дополнениями)
- 2.2.** Указ Президента Российской Федерации от 9 июня 2010 г. N 690 «Стратегия государственной антинаркотической политики РФ до 2020 г.»
- 2.3.** Указ Президента РФ от 1 июня 2012 г. N 761 "О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы"

3. Распоряжения Правительства РФ

- 3.1.** Распоряжение Правительства РФ от 30 декабря 2009 г. N 2128-р
«Об утверждении Концепции реализации политики по снижению масштабов злоупотребления алкогольной продукцией и профилактике алкоголизма среди населения Российской Федерации на период до 2020 года».
- 3.2.** Распоряжение Правительства РФ от 23 сентября 2010 г. № 1563-р
«Об утверждении Концепции осуществления государственной политики противодействия потреблению табака на 2010 - 2015 годы».

4. Семейный кодекс Российской Федерации

- 5. Федеральные законы**
- 5.1.** Федеральный закон от 24 июля 1998 г. N 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями).
- 5.2.** Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»»
- 5.3.** Федеральный закон от 8 января 1998 г. N 3-ФЗ "О наркотических средствах и психотропных веществах" (с изменениями и дополнениями от 31 декабря 2014 г.).
- 5.4.** Федеральный закон от 30 марта 1995 г. N 38-ФЗ "О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ-инфекции)" (с изменениями и дополнениями).
- 5.5.** Федеральный закон от 24 июня 1999 г. N 120-ФЗ "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних" (с изменениями и дополнениями).
- 5.6.** Федеральный закон от 7 марта 2005 г. N 11-ФЗ "Об ограничениях розничной продажи и потребления (распития) пива и напитков, изготавливаемых на его основе".

6. Постановления Главного государственного санитарного врача

- 6.1.** Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации № 2 от 19.01.2005 г. «Об усилении надзора за напитками, содержащими тонизирующие компоненты»
- 6.2.** Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 9 апреля 2009 г. N 23 "Об усилении надзора за реализацией курительных смесей"

7. Приказы ведомств Минздравсоцразвития и Минобрнауки РФ

7.1. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации (Минздравсоцразвития России) от 26 августа 2010 г. N 761н г. Москва "Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел "Квалификационные характеристики должностей работников образования""

7.2. Приказ Минобрнауки РФ от 28 февраля 2000 г. № 619 «О концепции

профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде. **7.3.** Приказ Минобрнауки РФ от 15 мая 2000 г. N 1418 "Об утверждении Примерного положения о центре содействия укреплению здоровья обучающихся, воспитанников образовательного учреждения"

7.4. Приказ Минобрнауки РФ от 16.08.2001, № 2974 Об исполнении федерального закона "Об ограничении курения табака" от 10 июля 2001 г. N 87-ФЗ.

7.5. Приказ Минобрнауки РФ от 28 декабря 2010 г. N 2106, г. Москва

"Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников"

7.6. Приказ Минобрнауки РФ от 12 апреля 2011 года № 1474 «О психологическом тестировании обучающихся образовательных учреждений, реализующих общеобразовательные программы основного общего, среднего (полного) общего образования и профессиональные образовательные программы начального профессионального, среднего профессионального и высшего профессионального образования, на предмет потребления наркотических средств, психотропных и других токсических веществ

8. Письма Минобрнауки РФ

9. Письмо Министра Образования Российской Федерации от 26 декабря 2001 года № 1566/28-5

10. Письмо Минобрнауки России, МВД России, ФСКН России от 21 сентября 2005 г. № ВФ-1376/06 Рекомендации по осуществлению взаимодействия органов управления образованием, образовательных учреждений, органов внутренних дел и органов по контролю за оборотом наркотических средств и психотропных веществ в организации работы по предупреждению и пресечению правонарушений, связанных с незаконным оборотом наркотиков, в образовательных учреждениях.

11. Письмо Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и Федерального агентства по образованию от 4, 6 октября 2005 г. NN 0100/8129-05-32, АС-1270/06 "О Концепции превентивного обучения в области профилактики ВИЧ/СПИД в образовательной среде"

12. Письмо Минобрнауки РФ от 5 сентября 2011 г. № МД-1197/06 «О Концепции профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде».

13. Письмо Минобрнауки РФ и Минздравсоцразвития РФ от 26.02.2003 N27/2632-6 «О проведении 7 апреля в образовательных учреждениях ежегодного «Всероссийского урока здоровья»

14. Письмо Минобрнауки РФ от 03.02.2003 N27/2573-6 «О проведении Всероссийского дня здоровья детей».

15. Письмо Минобрнауки РФ от 03.04.07 № ВФ-564/06 "Об организации и проведении Всероссийской акции «За здоровье и безопасность наших детей»

16. Рекомендации по организации и проведению Всероссийской акции, приуроченной к

Всемирному дню борьбы со СПИДом (1 декабря 2009 г.). Письмо зам. Минобрнауки РФ от 25.09.2009 г. № ИК-1264/06, И.И. Калина