

УТВЕРЖДАЮ
Директор КГБ ПОУ 16
С.П. Чернобай
« 01 » 09 20 16 года

ПРОГРАММА

«За здоровый образ жизни» обучающихся краевого государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения № 16 имени Героя Советского Союза А.С. Панова

г. Хабаровск
2016

Актуальность обусловлена тем, что в последние годы большое внимание уделяется проблеме здоровому образу жизни. В настоящее время понятие «здоровье» определяется не только как отсутствие болезней и физических дефектов, а как состояние физического, душевного и социального благополучия человека. Являясь целостным социально-психологическим явлением, здоровье обучающихся представляет интегративный критерий качества современного образования. Подготовить обучающихся к самостоятельной жизни - это значит сформировать у него адекватные механизмы физиологической, психологической, социальной адаптации к окружающей действительности, готовность к самостоятельной жизни. Образовательное учреждение лишь может создать условия для профилактики новых заболеваний и сохранения здоровья, может содействовать формированию потребности в здоровом образе жизни, может научить защищать свою жизнь и сохранять свое здоровье. Необходимо сформировать у обучающихся устойчивые мировоззренческие представления об общечеловеческих ценностях, здоровом образе жизни как необходимом условии реализации личностных устремлений. Поэтому процесс формирования здоровья невозможен без целостной системы воспитания. Настоящая программа предполагает дальнейшие действия по созданию условий для сохранения здоровья обучающихся, формированию у них потребности в здоровом образе жизни.

Цель Программы:

Создание условий для воспитания физической культуры и здорового образа жизни, полноценного физического, психологического развития и формирование потребностей здорового образа жизни обучающихся.

Основные задачи:

1. Выявить настоящее состояние физического и психического здоровья обучающихся через привлечение к данной проблеме медицинских работников, родителей, педагога-психолога .
2. Улучшить материально-техническую базу, приобрести современное спортивное оборудование.

3. Создать условия для систематического занятия физической культурой и спортом.
4. Вовлекать обучающихся в спортивные секции и кружки .
5. Пропагандировать ЗОЖ (проведение конкурсов, акций, классные часы, лекции, беседы).
6. Сформировать здоровые взаимоотношения с окружающим миром, обществом и собой.
7. Повышать квалификацию педагогов в вопросах развития и охраны здоровья обучающихся.
8. Просвещать родителей в вопросах сохранения здоровья обучающихся.
9. Создать условия для полноценного питания обучающихся.
10. Сформировать негативное отношение к вредным привычкам.
11. Способствовать формированию осознанного отношения обучающихся к своему здоровью.

Программа разработана в соответствии с:

- Законом РФ «Об образовании»;
- Конвенцией о правах ребенка;
- Указ Президента Российской Федерации «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне (ГТО)» от 24.03.2014 г. № 172
- Федеральным законом РФ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (1998г.);
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10

Прогнозируемый результат:

- Здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий свое место и предназначение в жизни выпускник;
- Внедрение новых технологий в учебный процесс и внеурочную деятельность обучающихся;
- Развитие и совершенствование материальной базы для занятий физической культурой и спортом;
- Воспитание осознанного отношения обучающихся к медико-профилактическим мерам для сохранения нравственного и физического здоровья;
- Увеличение количества занимающихся физической культурой и спортом;
- Повышение уровня физической подготовки и спортивного мастерства обучающихся;
- Привлечение обучающихся к занятиям в спортивные секции и кружки до 30%;
- Систематическое проведение анализа по здоровому образу жизни.

Участники программы:

- Обучающиеся;
- Администрация;
- Руководитель физического воспитания
- Социальные педагоги, мастера групп, классные руководители;
- Преподаватели (ОБЖ, биология, физкультура и др.);
- педагоги дополнительного образования
- фельдшер;
- педагог-психолог;

- родители.

Основные направления работы по реализации программы.

Медицинское - предполагает обеспечение гигиенических условий образовательного процесса. Под гигиеническими понимается соблюдение внешних условий организации учебного процесса: составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований, проведение физминуток, организация питания обучающихся.

Просветительское - предполагает организацию деятельности по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании; работа по предупреждению травматизма на дорогах; работа по предупреждению роста заболеваемости. Особое место отводится работе с родителями, так как 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 - предполагает прежде всего использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности, а также предупреждение проблем развития ребенка, обеспечение адаптации на разных этапах обучения, развитие познавательной и учебной мотивации, формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля.

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

Предлагаемые формы работы по реализации программы.

1. Урочная и внеурочная спортивно – оздоровительная деятельность:

- Работа спортивных секций;

- Открытые уроки преподавателей биологии, химии, ОБЖ, физического воспитания.

2. Соревнования и спортивные праздники:

- Спортивные турниры;

- Спортивные праздники, творческие вечера, приуроченные к тем или иным датам и событиям;

- Товарищеские встречи по различным видам спорта;

- Подготовка обучающихся к выполнению нормативов комплекса ГТО.

- Подготовка сборных команд для участия в районных, краевых, региональных, российских соревнованиях.

3. Профилактика заболеваний у обучающихся и сотрудников:

- Профилактические беседы и лекции;

- Встречи с медработниками;

- Выпуск стенгазет, рисунков, буклетов, презентаций по борьбе с распространением ВИЧ – инфекции, СПИД, наркомании, алкоголизма и табакокурения.

4. Исследовательская работа. Мониторинг.

- Анкетирование.

- Диагностика;

- Подведение итогов по выполнению нормативов комплекса ГТО;
- Подведение итогов участия обучающихся в соревнованиях.

Механизм реализации программы

№ п/ п	Мероприятия	Сроки реализаци и	Исполнители
1. Пропаганда здорового образа жизни			
1	Тематические занятия «Здоровье, как необходимая жизненная сила»	сентябрь	Руководитель физвоспитания Социальные педагоги Мастера групп Классные руководители.
2	Информационно-профилактические встречи с работниками учреждений: поликлиники, Центра профилактики ВИЧ/СПИДа, психонаркологического диспансера, Госнаркоконтролю	В течение года	Заместитель директора по УВР врачи-специалисты Социальные педагоги Мастера групп Классные руководители.

3	Развитие волонтерского движения за здоровый образ жизни среди обучающихся	В течение года	Совет самоуправления
4	Выпуск стенгазет, антиреклам, выпуск санбюллетений по проблемам здорового образа жизни	В течение года	Социальные педагоги Мастера групп Классные руководители. Совет самоуправления
5	Организация анкетирования и тестирования с целью выявления отношение к вредным привычкам и т.д.	В течение года	Педагог-психолог Социальные педагоги Мастера групп Классные руководители. Совет самоуправления
6	Пропаганда художественной литературы организация выставок по здоровому образу жизни в читальном зале библиотеки	В течение года	Библиотекарь
7	Организация просмотров художественных и документальных фильмов в кинотеатрах, просмотров видеофильмов, создание видеосюжетов по теме.	В течение года	Социальные педагоги Мастера групп Классные руководители. Совет самоуправления
8	Организация поиска информации через Интернет – центр (о вредных привычках, профилактике наркомании) и т.д.	В течение года	Преподаватели биологии, химии, обучающиеся

			Социальные педагоги Мастера групп Классные руководители.
9	Оформление тематической выставки: - Умей сказать «НЕТ»	Сентябрь- ноябрь	библиотекарь
2. Профилактические и спортивно - оздоровительные мероприятия			
1	Спортивный праздник «Золотая осень»	сентябрь	Заместитель директора по УВР, Руководитель физвоспитания Социальные педагоги Мастера групп
2	Образовательный тренинг «Профилактика употребления ПАВ»	октябрь	Заместитель директора по УВР, Педагог - психолог Социальные педагоги Мастера групп Классные руководители Совет самоуправления.
3	Международный день отказа от курения:	ноябрь	Заместитель

	<ul style="list-style-type: none"> -оформление информационного стенда - выпуск стенгазет, посвященных «За здоровы образ жизни» -акция «Сломай сигарету или сигарета ломает тебя» -конкурс плакатов «Сделай свой выбор» 		<p>директора по УВР, Руководитель физвоспитания Совет самоуправления Социальные педагоги Мастера групп Классные руководители.</p>
4	Первенство учреждения по сдачи норм ГТО	ноябрь	Руководитель физвоспитания
5	Проведение мероприятия в рамках Всемирного Дня борьбы со СПИДом	декабрь	Заместитель директора по УВР, Социальные педагоги Мастера групп Классные руководители воспитатель общежития Преподаватели естествознания
6	Организация и проведение конкурсов плакатов, фотовыставок, сочинений «Мое здоровье»	январь	Руководитель физвоспитания Социальные педагоги Мастера групп

			Классные руководители, преподаватели
7	Проведение спортивных игр « Веселые зимние старты»	февраль	Заместитель директора по УВР Руководитель физвоспитания Социальные педагоги Мастера групп Классные руководители
8	Тематические классные часы: - «В чем красота человека» - «Здоровье – путь к успеху» - «Экология – пути решения проблем» - «Экология в нашей жизни».	ноябрь апрель май	Социальные педагоги Мастера групп Классные руководители
9	Участие в Экологическом марафоне	Апрель май	Совет самоуправления
10	Участие в городских, краевых, региональных спортивных соревнованиях, спартакиадах и всероссийских фестивалях согласно графику: - Волейбол - Паурлифтинг - Настольный теннис - Баскетбол - Легкая атлетика - Мини-футбол	В течение года	руководитель физвоспитания, педагоги дополнительного образования

11	Исследование отношения учащихся 1, 2, 3 курсов к здоровому образу жизни	ноябрь	педагог-психолог зам. директора по УВР
12	Тренинг по здоровому образу жизни	В течение года	педагог-психолог
13	Посещение краевого центра социального воспитания и здоровья	В течение года (по плану)	Преподаватель ОБЖ
14	Организация медицинских осмотров по состоянию здоровья обучающихся	1 раз в год	Медицинский работник Социальные педагоги Мастера групп Классные руководители
15	Организация консультативного приема с оказанием первой медицинской помощи	Ежедневно	Медицинский работник
16	Организация и проведение профилактических прививок	В течение года	Врачи-специалисты
17	Организация и проведение физкультпауз на учебных занятиях	Ежедневно	Преподаватели физкультуры, обучающиеся
18	Организация проведение бесед с обучающимися , проживающими в общежитии «Режим труда и отдыха», «Свободное время», «Рациональный режим питания» и т.д.	В течение года	Воспитатель общежития
3. Развитие и совершенствование материальной базы			
1	Анализ состояния помещений для занятий спортом	сентябрь	Зам. директора по УВР

			Руководитель физического воспитания
2	Приобретение спортивного инвентаря в соответствии с заявками	ежегодно	Руководитель физического воспитания

Согласовано
Совет учреждения
Протокол № 3
От «01» 09 2016 г.