

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН**

**Государственное бюджетное профессиональное  
образовательное учреждение Республики Дагестан  
«Колледж экономики и предпринимательства» г. Буйнакск**

И.о.директора  **А.Б.Багандов**  
«29» августа 2020г.

# **ПРОГРАММА**

**Программа здоровьесбережения  
«Здоровье — мудрых гонорар.»**

**на 2020-2021 уч. год**

Здоровье человека является целостным многомерным понятием, в структуру которого входят соматические, психические, социальные и нравственные компоненты:

1. Физическое здоровье – состояние всех органов и систем организма, высокий уровень его резервных возможностей, отсутствие (или наличие) физических дефектов, хронических или генетических болезней.
2. Психоземциональное здоровье – состояние психики человека, отсутствие (или наличие) нервно-психических отклонений, а также умение человека выражать и контролировать свои эмоции.
3. Социальное здоровье – отношение человека как субъекта с социумом.
4. Интеллектуальное здоровье – способность усваивать и эффективно использовать необходимую информацию.
5. Личностное здоровье – осознание себя как личности, способ самореализации.
6. Духовное здоровье – формирование основных жизненных целей, мотивов и систем ценностей, обеспечивая тем самым целостность личности, её развитие.

Здоровьесберегающий образовательный процесс – это соответствие факторов, сопровождающих образовательную деятельность (педагогических, психологических, социальных и др.) целям формирования, укрепления и сохранения здоровья. Формирование здоровьесберегающей среды в колледже требует создания целостного здоровьесберегающего пространства, реализуемого в условиях взаимосвязи и взаимодействия всех блоков: управленческого, педагогического, психологического.

Одним из главных направлений по формированию здоровьесберегающего пространства является не только формирование здорового образа жизни студентов, но и профилактика асоциальных явлений в молодёжной среде.

В числе мероприятий, направленных на профилактику асоциальных явлений, большую роль играет организация психолого-педагогической помощи студентам по различным аспектам социально-психологических явлений.

**Цель программы** – поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья, создание организационных, методических предпосылок для комплексного решения проблемы укрепления и сохранения здоровья студентов, формирование отношения к здоровому образу жизни, как к одному из главных путей в достижении успеха.

**Задачи программы:**

1. Формировать у студентов систему представлений о здоровье и здоровом образе жизни, понимания их значимости.
2. Популяризация преимуществ здорового образа жизни, расширение кругозора студентов в области физической культуры и спорта.

3. Обеспечить студентов и педагогический состав адекватными стратегиями и технологиями в направлении реализации сохранения и укрепления целостного здоровья.
4. Организовать систему профилактических работ по предупреждению травматизма на дорогах, на производстве, предотвращению роста заболеваемости студентов колледжа.
5. Отработать систему выявления уровня здоровья студентов колледжа и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения.
6. Создать условия для обеспечения охраны здоровья студентов, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни.
7. Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей.

Воспитание направленности на здоровый образ жизни, его подготовленность к сохранению и укреплению здоровья может быть сформирована на основе образовательных компетенций.

1. **Ценностно-смысловая компетенция.** Это компетенция в сфере мировоззрения, связанная с ценностными ориентирами молодых людей, его способностью видеть и понимать окружающий мир, ориентироваться в нём, уметь выбирать целевые и смысловые установки для своих действий и поступков, принимать решения, направленные на сохранение и укрепление своего здоровья;
2. **Общекультурная компетенция.** Круг вопросов, по отношению к которым студенты должны быть хорошо осведомлены, обладать познаниями и опытом деятельности (особенности национальной и общечеловеческой культуры, духовно-нравственные основы жизни человека, культурологические основы семейных, социальных, общественных явлений и традиций);

3. **Учебно-познавательная компетенция.** Это совокупность компетенций студентов в сфере самостоятельной познавательной деятельности, элементы логической, методологической, общеучебной деятельности, соотнесённые с реальными познаваемыми объектами. Сюда входят знания и умения организации, целеполагания, планирования, анализа, самооценки своего здоровья;
4. **Информационная компетенция.** При помощи технических средств и информационных технологий формируются умения самостоятельно искать, анализировать и отбирать необходимую информацию о сохранении здоровья;
5. **Коммуникативная компетенция.** Включает знание способов взаимодействия с окружающими людьми, навыков работы в группе, обеспечивающие взаимное сохранение здоровья;
6. **Социальная компетенция** означает владение знаниями и опытом в сфере общественного здоровья, в социально-трудовой деятельности, в сфере семейных отношений.
7. **Личностная компетенция** направлена на освоение способов физического, духовного и интеллектуального самосовершенствования, эмоциональной саморегуляции и самоподдержки своего личного здоровья.

### **Участники программы**

- студенты
- кураторы
- преподаватели
- фельдшер колледжа
- социальные партнеры
- родители студентов
- психолог

## **Прогнозируемый результат:**

- формирование устойчивого интереса и потребностей к здоровому и активному образу жизни;
- приобретение студентами устойчивых навыков обеспечения безопасной жизнедеятельности как важного условия самоактуализации личности;
- снижение групп социального риска с девиантными формами поведения;
- укрепление морально-психологического здоровья студентов, развитие их коммуникативных способностей, творческой инициативы и самостоятельности, нравственное совершенствование;
- повышение компетентности педагогических работников в сохранении и укреплении личного здоровья и здоровья студентов.

## **Координация и контроль за реализацией Программы.**

Контроль за реализацией Программы осуществляет администрация колледжа:

- 1) анализирует ход выполнения плана реализации Программы, вносит предложения по её коррекции;
- 2) осуществляет организационное, информационное и методическое обеспечение реализации Программы;
- 3) координирует взаимодействие всех заинтересованных общественных организаций по развитию системы сохранения и укрепления здоровья студентов.

- диспансеризация студентов, выявление отклонений в состоянии здоровья;
- мониторинг состояния здоровья студентов в период сезонного роста заболеваемости ОРВИ и гриппа

**Четвёртое направление - организация оздоровительной работы:**

- витаминизация и йодирование пищи;
- вакцинация студентов и сотрудников колледжа;
- осуществление контроля за своевременным прохождением флюорографического обследования студентов и сотрудников колледжа;
- повышение двигательной активности студентов через проведение спортивно-массовых мероприятий;
- работа спортивных секций;
- организация и участие спортивных команд студентов в соревнованиях различного уровня.

**Пятое направление – организация просветительской работы со студентами, с целью формирования ценности здоровья и здорового образа жизни:**

- тематические кураторские часы, беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья;
- подготовка волонтеров по актуальным вопросам валеологии;
- организация встреч с специалистами;
- организация круглых столов по теме «Здоровый образ жизни» (актуализация проблемы);
- организация родительских собраний с приглашением специалистов для обсуждения актуальных вопросов валеологии;

**Шестое направление – организация досуговой деятельности:**

Реализация поставленных задач осуществляется через внедрение элементов здоровьесберегающих технологий по следующим направлениям.

**Первое направление** – здоровьесберегающая инфраструктура колледжа:

- содержание помещений колледжа в соответствии с гигиеническими нормативами: ежедневная влажная уборка, проветривание учебных кабинетов и мастерских, озеленение территории и помещений колледжа ;
- оснащённость спортивного зала и спортивных площадок необходимым оборудованием и спортивным инвентарем;
- оборудование мастерских колледжа согласно нормативам СанПиНа;
- оснащение столовой, укрепление и модернизация материальной базы помещений пищеблока;

**Второе направление** – рациональная организация учебного процесса:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной нагрузки студентов;
- учёт индивидуальных особенностей развития в обучении и воспитании (особое внимание уделять студентам из группы риска);
- строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств в обучении;
- рациональная и соответствующая требованиям организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера.
- контроль за условиями теплового режима, освещённости аудиторий.

**Третье направление** – мониторинг состояния здоровья студентов:

- анализ основных характеристик состояния здоровья студентов групп нового набора;
- мониторинг заболеваемости студентов;



- вовлечение студентов колледжа во внеаудиторную и внеучебную деятельность (культурно-массовые, спортивно-массовые мероприятия, факультативы, кружки и секции, клубы);
- участие в муниципальных, региональных мероприятиях (фестивали, семинары, акции, слеты, походы и игры и т.д.)

**Седьмое направление** - социальное партнерство в рамках реализации Программы

- Министерство здравоохранения РД, Министерство спорта РД, Министерство по делам молодежи РД, Комитет по спорту и делам молодёжи Администрации г.Буйнакск; Администрация г.Буйнакск
- Учреждения культуры (библиотеки, музеи);
- Учреждение дополнительного образования столицы;
- Комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав (по районам)

## **ОСНОВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ ПРОГРАММЫ**

### **1. Совершенствование нормативно - правовых условий колледжа в целях сохранения и укрепления здоровья студентов**

№	Мероприятия	Сроки	Исполнители
1	Нормативно-правовые документы, регламентирующие обеспечение подготовку колледжа к новому учебному году в соответствии с требованиями СанПин	Июль-август	Зав. хоз. частью, ответственные лица
2	Коррекция нормативно-правовых документов, регулирующих	По необходимости	куратор

	обеспечение сохранения здоровья студентов в период проведения учебных занятий, практики, внеаудиторных и выездных мероприятий.		
4	Нормативно-правовые документы, регламентирующие проведение конкурсов учебных кабинетов, лабораторий и мастерских (в т.ч. на предмет соответствия санитарно-гигиеническим требованиям)	сентябрь	Зам. директора по УВР
5	Отслеживание результатов выполнения Программы	декабрь июнь	Зам. по УВР

**2. Внедрение оптимальной системы медико-социально-педагогического обеспечения учебно-воспитательного процесса**

№	Мероприятия	Сроки	Исполнители
1	Организация учебных занятий с исключением факторов, негативно влияющих на здоровье студентов	постоянно	в соответствии с приказом
2	Социально-педагогическая поддержка будущих и молодых мам из числа студенток колледжа (индивидуальная образовательная траектория)	при необходимости	Психолог

3	Мониторинг состояния здоровья студентов	постоянно	Зам. директора по УВР, Медсестра колледжа
4	Своевременное информирование субъектов образовательного процесса о состоянии здоровья студентов и условиях, способствующих сохранению и укреплению здоровья.	постоянно	Зам. директора по ВР, Медсестра колледжа
5	Организация медицинских осмотров студентов, выявление состоящих на учёте.	Согласно графику работы студ.поликлиники	Медсестра колледжа, кураторы, психолог
6	Мониторинг санитарного состояния учебных помещения, отопления, вентиляции, освещенность, водоснабжение, канализации	В течение года	Зам.директора по АХЧ

### 3. Психолого-педагогическое направление

№	Мероприятия	Сроки	Исполнители
1	<p>Составление социального паспорта колледжа и обновление личных карт студентов категории:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей</li> <li>-ребенок-инвалид и инвалид</li> </ul>	Сентябрь	Зам. директора по УВР, психолог, кураторы
2	<p>В адаптационный период:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• выявление социально-психологических условий развития первокурсников (изучение социального статуса семей; индивидуально-типологические особенности личности и др.);</li> <li>• реализация плана мероприятий со студентами группы особого наблюдения через индивидуальные, групповые занятия;</li> <li>• фиксация результатов новых наработок путем проведения повторной диагностики;</li> </ul>	Сентябрь-декабрь	Зам. директора по УВР, психолог, кураторы
3	Проведение индивидуальной	В течение	Зам. директора по

	консультативной и психокоррекционной работы с студентами колледжа	учебного года	УВР, психолог
4	Проведение консультативной работы с родителями, педагогическими работниками колледжа	В течение учебного года	Зам. директора по УВР, психолог
5	Проведение профилактических и развивающих бесед в учебных группах (плановых и по социальным запросам студентов)	В течение учебного года	Зам. директора по УВР, психолог, кураторы
6	Подготовка волонтеров к работе в группах по актуальным вопросам	В течение учебного года	Зам. директора по УВР, преподаватели физической культуры, преподаватель ОБЖ, Медсестра колледжа, психолог, МЦ

#### 4. Решение оздоровительных задач средствами физической культуры и спорта

№	Мероприятия	Сроки	Исполнители
1	Комплектование (обновление) спортивного зала необходимым инвентарём и оборудованием	Ежегодно	хоз. часть
2	Ремонт спортивного зала и спортивных площадок	По необходимости	хоз. часть
3	Совершенствование спортивно-массовой работы через систему дополнительного образования:  - организация работы спортивных секций;  - проведение первенств колледжа по различным видам спорта;  - участие студентов в муниципальных и республиканских соревнованиях  - проведение Дней здоровья;  - конкурс на самую спортивную группу	В течение учебного года	преподаватели физ. воспитания

## 5. Пропаганда здорового образа жизни

№	Мероприятия	Сроки	Исполнители
1	<p>Организация воспитательной работы по формированию навыков ЗОЖ:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведение тематических кураторских часов;</li> <li>- организация тематических выставок, плакатов, газет;</li> <li>- проведение акций, круглых столов, диспутов;</li> <li>- вовлечение в волонтерское движение;</li> <li>- встречи с врачами</li> </ul>	В течение учебного года	Зам. директора по ВР, психолог, МЦ, преподаватели, медсестра
2	<p>Проведение мероприятий по привитию навыков безопасного поведения работниками колледжа и студентами в опасных для жизни ситуациях:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- тематические кураторские часы, тренинги;</li> <li>- студенческие семинары</li> <li>- дни ГО и ЧС</li> </ul>	В течение учебного года	в соответствии с приказом и планами работ
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- уроки по охране труда;</li> <li>- факультативные занятия</li> </ul>		

## 6. Организация досуговой деятельности

№	Мероприятия	Сроки	Исполнители
1	Организация клубной, кружковой деятельности	В течение учебного года	Руководители секций,
2	Проведение совместных мероприятий с социальными партнерами		МЦ, зав. библиотекой
4	Спортивные праздники		кураторы , преподаватели физ.воспитания

### Примерный перечень бесед тем для беседы со студентами колледжа

- Береги здоровье смолоду.
- О вкусах не спорят, о манерах надо знать.
- Гармония тела.
- Роль спорта в жизни человека.
- Как одеваться: стильно, модно, удобно?
- Рациональное питание.
- Культура гигиены девушки.
- Культура гигиены юноши.
- Стресс. Его последствия.
- Традиции и табакокурение.
- Юридическая ответственность за злоупотребление ПАВ.
- Наркотики и последствия их употребления.
- СПИД/ВИЧ - что необходимо знать.

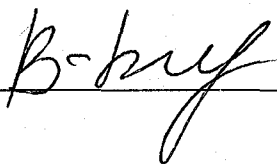


### **Примерная тематика родительских собраний**

- Проблемы адаптации в новых для подростка условиях.
- Психологические особенности подростков.
- Режим дня и гигиенические нормы.
- Режим питания.
- Семейные конфликты. Как они влияют на здоровье подростка.
- Как уберечь вашего ребенка от наркотиков.

В соответствии с задачами и направлениями Программы составляется циклограмма, с учётом анализа работы за предыдущий учебный год.

Зам. дир. по УВР \_\_\_\_\_



Магомедова Б.К.