Государственное профессиональное образовательное учреждение Ярославской области

Переславский колледж им. А. Невского

ПРИНЯТО

Советом ГПОУ ЯО Переславского колледжа им. А. Невского (протокол от 14.09.2020 № 5)

УТВЕРЖДАЮ

Лиректор ГПОУ ЯО Переславский

колледж им. А. Невского Е.В. Белова

приказ № 655 от 14.09.2020 г.

Регистрационный № 140

Программа

пропаганды и обучения навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда обучающихся ГПОУ ЯО Переславского колледжа им. А. Невского на 2020 - 2023 г.г.

1. Социально – экономическое обоснование Программы

- направлением модернизации профессионального 1.1. Приоритетным образования является решение важной государственной задачи – подготовка компетентного специалиста. В связи с этим повышается роль Колледжа как социального института, когда помимо социальных задач, ложится и задачи сохранения здоровья обучающихся и сотрудников, а также воспитания личности с такими сформированными качествами и свойствами личности как социальная активность, ориентация на здоровый образ жизни, эстетические и этнические нормы. А здоровье, по определению Всемирной организации здравоохранения, - это «полное физическое, психическое, нравственное, социальное, эмоциональное благополучие человека». На необходимость формирования потребности в здоровом образе жизни обучающихся нацеливает ст. 41Федерального закона № 273 «Об образовании в Российской Федерации».
- 1.2. Роль ГПОУ ЯО Переславского колледжа им. А. Невского состоит в приобщении обучающихся к ценностям здорового образа жизни, внедрение в жизнедеятельность колледжа здоровьесберегающих практик и активной оздоровительной, профилактической работы. Пропаганда здорового образа жизни – одно из стратегических направлений гигиенического обучения и воспитания в колледже. Здоровый образ жизни является важным фактором здоровья (повышает трудовую активность, создает физический и душевный комфорт, активизирует жизненную позицию, защитные силы организма, укрепляет общее состояние, снижает частоту заболеваний и обострений хронических заболеваний). В здоровый образ жизни включает разные составляющие, но большинство из них считаются базовыми:
 - воспитание здоровых привычек и навыков;
 - окружающая среда: безопасная и благоприятная для обитания, знания о влиянии окружающих предметов на здоровье;

- отказ от вредных привычек: курения, употребления алкоголя и наркотиков;
- питание: умеренное, соответствующее физиологическим особенностям конкретного человека, информированность о качестве употребляемых продуктов;
- движение: физически активная жизнь, включая специальные физические упражнения, с учетом возрастных и физиологических особенностей;
- формирование межличностных отношений в трудовых коллективах, семьях, отношения к больным и инвалидам;
- гигиена организма: соблюдение правил личной и общественной гигиены, владение навыками первой помощи;
 - закаливание.
- 1.3. Поэтому и программа по оздоровлению, пропаганде и обучению навыкам здорового образа жизни и требованиям охраны труда обучающихся включает в себя направления, охватывающие основные стороны жизнедеятельности. Она реализуется в единстве с учебным процессом и вне учебной деятельности обучающихся на основе комплексного, системного подхода к решению задач по формированию научного мировоззрения, а также гражданско патриотического, нравственно этического, правового, экономического, экологического, физического, трудового воспитания и в соответствии с требованиями охраны труда.
- 1.4. Администрация колледжа способствует созданию необходимой оздоровительно воспитательной среды, обеспечивающей возможностями обучающихся реализовать потребность вести здоровый образ жизни с учетом их способностей и интересов, обучения обучающихся знаниям, умениям, развивать навыки и опыт ответственного отношения к здоровью как к ценности и пропаганды здорового образа жизни среди преподавателей.
- 1.5. Среди важных условий формирования здорового образа жизни студенческой молодежи в рамках деятельности института выступают:
- развитие различных видов и форм предлагаемой спортивной деятельности; культивирование моды на спорт и здоровый образ жизни администрацией колледжа, преподавательским составом;
- интеграция усилий преподавателей физического воспитания, обеспечение субъектной позиции обучающегося как равноправного, компетентного и ответственного участника, вносящего свой вклад в развитие в популяризацию здорового образа жизни, независимо от индивидуальных физических способностей и спортивных достижений.

2. Цель, задачи и принципы Программы

- 2.1. Главной целью Программы является пропаганда здорового образа жизни, сохранение и укрепление здоровья молодежи, формирование у обучающихся новой компетенции ответственности за свое здоровье и здоровье других людей.
- 2.2. Основными задачами Программы являются:

- Создание условий для реализации принципов здорового образа жизни и соблюдения требований охраны труда.
- Усвоение обучающимися принципов и навыков здорового образа жизни, воспитание необходимости регулярных занятий физической культурой и спортом.
- Сохранение и укрепление здоровья обучающихся, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма.
 - Популяризация различных видов спорта.
- Повышение уровня информированности обучающихся колледжа по вопросам сохранения и укрепления здоровья посредством действующей информационно пропагандисткой и образовательной системы колледжа, привлечению к активному оздоровительному отдыху.
- 2.3. Приоритетными принципами Программы являются:
- Осуществление воспитания обучающихся колледжа в контексте целей и задач профессионального образования.
- Общедоступность: программа рассчитана на обучающихся колледжа и участником может стать каждый независимо от уровня физической подготовленности и состояния здоровья.
- Многообразие: программа располагает большим набором видов физической активности; различными формами их организации; разнообразными формами проведения мероприятий.
- Мобильность: методы и формы в зависимости от опыта и интересов участников Программы постоянно обновляются; учитывается появление новых видов физкультурно оздоровительных занятий и модных направлений.
- Активность: Программа призывает молодежь включать физкультуру и спорт в свой образ жизни.

3. Основные условия реализации Программы

- 3.1. Основные условия формирования здорового образа жизни обучающихся колледжа в процессе физического воспитания обеспечивают приобретение студентами опыта здоровьесберегающих профессиональных связей и отношений.
- 3.2. Для формирования здорового образа жизни обучающихся требуется:
- 1. Осуществление комплексного подхода к формированию здорового образа жизни обучающихся колледжа в учебном процессе.
- 2. Обеспечение оздоровительного эффекта у обучающихся в воспитательно образовательном процессе по физическому воспитанию при условии координации, дифференциации, индивидуализации физического воспитания студентов.
 - 3. Организация работы волонтерского сектора студенческого совета.

4. Основные формы реализации Программы

4.1. Организационное построение физкультурно-оздоровительной деятельности как добровольной, открытой, самоуправляемой, вариативной по

своему содержанию, создающей оздоровительно-воспитательную среду, удовлетворяющую потребности обучающихся в физическом самосовершенствовании на основе неформального общения. Спортивная работа строится с учетом дифференцированного подхода, выделением группы студентов-спортсменов как носителей правил и норм здорового образа жизни.

- 4.2. Участие в спортивных соревнованиях формирует личностные качества, необходимые для эффективной профессиональной деятельности.
- 4.3. Комплексное развитие физических и психических качеств с первостепенным учетом интересов обучающихся по видам спорта и системам физической подготовки.
- 4.4. Проведение просветительской работы о возможностях человеческого организма, особенностях его функционирования, взаимосвязи физического, психологического и духовного здоровья человека.
- 4.5. Поддержание постоянно действующей информационно-пропагандистской системы, направленной на мотивацию обучающихся к здоровому образу жизни.

5. Основные методы реализации Программы

- 5.1. Повышение эффективности информационных и образовательных средств колледжа в формировании потребности у молодых людей в регулярных занятиях физической культурой и спортом, поддержания здорового образа жизни предполагает:
- Пропаганду ценностей спортивной деятельности и всего многообразия возможностей физической культуры в воспитании и становлении личности, в интеллектуальном, духовном и нравственном развитии человека.
- Построение информационной системы пропаганды здорового образа жизни и спортивных достижений обучающихся и преподавателей.
- Обеспечение регулярности, систематичности, непрерывности пропагандистского процесса, соблюдение преемственности пропагандистского воздействия, сочетание различных форм пропагандистской, воспитательной деятельности с физкультурно-спортивной работой в колледжа.
- Поощрение физической активности, удовлетворение разнообразных интересов и потребностей молодых людей в физкультурно-оздоровительной деятельности в рамках деятельности колледжа.

6. Основные направления реализации Программы

6.1. Решение проблем по воспитанию обучающихся, формированию здорового образа жизни, привитию социальных навыков в рамках деятельности колледжа предполагает использование в контексте проводимой воспитательной работы комплексные спортивно- оздоровительные и культурно-массовые мероприятия, духовно-нравственное воспитание, мероприятия по формированию здорового образа жизни и отказу от вредных привычек, мероприятия по пропаганде здорового образа жизни среди обучающихся, поддержке молодежных инициатив по формированию и

пропаганде здорового образа жизни среди обучающихся и сотрудников, а также новых подходов к формированию здорового образа жизни.

6.2. Основные мероприятия Программы:

- Использование интерактивных методов пропаганды здорового образа жизни.
- Проведение информационных занятий, комплексно профилактический мероприятий, конференций по пропаганде здорового образа жизни, здоровьесбережения, культуры питания, активного отдыха, соблюдения правил личной гигиены, отказа от вредных привычек, овладению навыками первой помощи.
- Организация и проведение акций, способствующих оздоровлению обучающихся.
- Проведение социальных акций, приуроченных к международному дню борьбы со СПИДом и др.
- Организация ежегодного вручения дипломов, благодарственных писем обучающимся, достигших высоких результатов в спорте, пропаганде здорового образа жизни.

7. Основные результаты реализации программы

- 7.1. В результате реализации всех направлений Программы предполагается получитьследующие практические результаты:
- 1. Осознание обучающимися ценности здоровья, сформированность и/или повышение культуры здоровья.
- 2. Повышение компетентности участников образовательного процесса в здоровье сбережении и здоровье формировании.
- 3. Стимулирование повышения внимания обучающихся к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.
- 4. Установка на здоровый образ жизни (двигательная активность, рациональное питание, соблюдение режима труда и отдыха и т.д.), отказ от употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих.

PACCMOTPEHO

На заседании педагогического совета Протокол № 1 от «31» августа 2020 г.

PACCMOTPEHO

На заседании студенческого совета Протокол № 1 от «11» сентября 2020 г.