



МОСКОВСКИЙ БАНКОВСКИЙ
ЭКОНОМИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ



УТВЕРЖДАЮ
Директор АНО СПО «Московский
банковский экономический колледж»

Н.Р.Геронина

2015 г.

Комплексная программа «ЗДОРОВЬЕ»

Комплексная программа «ЗДОРОВЬЕ»

Пояснительная записка

Проблема сохранения и укрепления здоровья учащихся и создание условий, направленных на укрепление целостного здоровья, очень актуальны сегодня. Стремительные изменения в социально-экономической сфере, повышение темпов жизни и ее стоимости, экстремальные социо-экологические условия накладывают определенный отпечаток на состояние здоровья людей. Поэтому из приоритетных задач нового этапа реформирования системы образования становится сбережение и укрепление здоровья, как подрастающего поколения, так и педагогического состава, поскольку охрана здоровья педагогов является важным фактором укрепления здоровья молодых людей.

Наряду со знаниями, умениями, навыками и личностным ростом человека здоровье является одним из показателей качества образования. Опыт некоторых учреждений среднего профессионального образования показывает, что создание благоприятной образовательной среды способствует не только прочным знаниям, но и одновременно способствует укреплению здоровья учащихся.

Все это подтверждает, что в образовательном учреждении необходимо осуществлять меры по созданию образовательной среды способствующей сохранению и укреплению здоровья учащихся.

Образовательная среда - понятие комплексное. В него входит все, что окружает юношей и девушек в Институте: здание, оборудование, рабочая мебель, освещенность, режимы обучения, прохождения производственной практики, учебные программы и способы их реализации, объем дневной и недельной учебной нагрузки, взаимоотношения с преподавателями и сверстниками.

В уставе Всемирной организации здоровья (ВОЗ) здоровье определяется как полное телесное, душевное и социальное благополучие, а не только как

отсутствии болезней или недугов. Это определение показывает, что 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. Психоэмоциональное 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 к социуму.
4. Интеллектуальное здоровье – способность усваивать и эффективно использовать нужную информацию.
5. Личностное здоровье – осознание себя как личности, способов 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 учащихся, но и профилактика асоциальных явлений в молодёжной среде. В числе мероприятий, направленных на профилактику асоциальных явлений,

большую роль играет организация психолого-педагогической помощи 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 учащихся, формирования у них отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Задачи программы:

1. Формировать у учащихся систему представлений о здоровье и здоровом образе жизни, понимания их значимости.
2. Популяризация преимуществ здорового образа жизни, расширение кругозора учащихся в области физической культуры и спорта.
3. Обеспечить учащихся 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 учащихся Колледжа.
5. Отработать систему выявления уровня здоровья учащихся Колледжа и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения.
6. Создать условия для обеспечения охраны здоровья учащихся, 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 концепция.** Круг вопросов, по отношению к которым учащиеся 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 учащихся 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

- учащиеся
- кураторы групп
- преподаватели
- социальный педагог
- родители

Прогнозируемый результат:

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

Координация и контроль за реализацией Программы.

Контроль за реализацией Программы осуществляет администрация Колледжа:

- анализирует ход выполнения плана реализации Программы, вносит предложения по её коррекции;
- осуществляет организационное, информационной и методическое обеспечение реализации Программы;
- координирует взаимодействие всех заинтересованных общественных организаций по развитию системы сохранения и укрепления здоровья учащихся.

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;
- оснащённость спортивного зала и спортивных площадок необходимым оборудованием и спортивным инвентарем, укомплектованной аптечкой;
- организация питьевого режима в образовательном учреждении (стационарные питьевые кулеры).

Второе направление – рациональная организация учебного процесса:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной нагрузки учащихся;

- учёт индивидуальных особенностей развития в обучении и воспитании (особое внимание уделять учащимся коррекционных групп);
- 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, освещенности аудиторных помещений;

Третье направление – мониторинг состояния здоровья учащихся:

- анализ основных характеристик состояния здоровья учащихся, поступивших на 1 курс;
- мониторинг заболеваемости учащихся;
- ежегодная диспансеризация учащихся, выявление отклонений в состоянии здоровья;
- мониторинг состояния здоровья учащихся в период сезонного роста заболеваемости ОРВИ и гриппа.

Четвёртое направление - организация оздоровительной работы:

- вакцинация сотрудников Колледжа;
- осуществление контроля за своевременным прохождением флюорографического обследования учащихся и сотрудников Колледжа;
- повышение двигательной активности учащихся через проведение занятий по общефизической подготовке;
- работа секций, факультативных занятий по физической культуре на некоммерческой основе;
- спартакиады и первенства Колледжа по различным видам спорта;

- организация и участие спортивных команд учащихся в соревнованиях различного уровня.

Пятое направление – организация просветительской работы с учащимися, направленной на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни:

1. тематические аудиторные часы, беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья;
2. выпуск газет об особенностях укрепления физического, психического здоровья;
3. оформление информационных стендов;
4. организация встреч с узкими специалистами по проблемам здоровья;
5. организация круглых столов по теме «Здоровый образ жизни» (актуализация проблемы);

Шестое направление – организация досуговой деятельности:

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

Седьмое направление - организация методической работы с педагогическими работниками Колледжа:

- организация и проведение семинаров, тренингов, консультаций в Колледже по различным вопросам здоровьесбережения;
- приобретение необходимой научно-методической литературы.

Восьмое направление - социальное партнерство в рамках реализации Программы «Здоровье»

- Совместные мероприятия с Отделом по физической культуре и спорту Управы района «Академический», Союзом негосударственных вузов, Частным образовательным учреждением высшего профессионального образования «Московский банковский институт»;
- Комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав.

ОСНОВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ ПРОГРАММЫ

1. Совершенствование нормативно - правовых условий Колледжа в целях сохранения и укрепления здоровья учащихся

№	Мероприятия	Сроки	Исполнители
1	Нормативно-правовые документы регламентирующие обеспечение ремонтных работ и подготовку Колледжа к новому учебному году в соответствии с требованиями санитарных норм	март	Завхоз
2	Коррекция нормативно-правовых документов регулирующих обеспечение сохранения здоровья учащихся в период проведения учебных занятий, производственной практики, внеаудиторных и выездных мероприятий.	По необходимости	Завхоз
4	Нормативно-правовые документы, регламентирующие требования к состоянию учебных кабинетов (на предмет соответствия санитарно-гигиеническим требованиям)	сентябрь	Завхоз

№	Мероприятия	Сроки	Исполнители
5	Нормативно-правовые документы, регламентирующие подготовку и организацию оздоровления учащихся	апрель	Зам.директора по ВР
6	Отслеживание результатов выполнения Программы	декабрь-май	Зам.директора по ВР

2. Психолого-педагогическое направление

№	Мероприятия	Сроки	Исполнители
1	Ознакомление с личными делами учащихся из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей	Сентябрь	Кураторы групп, социальный педагог
2	В адаптационный период: <ul style="list-style-type: none"> • выявление социально-психологических условий развития первокурсников (изучение социального статуса семей; индивидуально-типологические особенности личности и др.); разработка плана мероприятий с учащимися группы особого наблюдения («группы риска») и его осуществление через индивидуальные, групповые занятия (при наличии)	Сентябрь-декабрь	Социальный педагог, кураторы групп
3	Проведение индивидуальной	В течение	Социальный

№	Мероприятия	Сроки	Исполнители
	консультативной работы с учащимися Колледжа	учебного года	педагог
4	Проведение консультативной работы с родителями, педагогическими работниками Колледжа	В течение учебного года	Социальный педагог
5	Проведение профилактических и развивающих бесед в учебных группах (плановых и по социальным запросам учащихся)	В течение учебного года	Социальный педагог

3. Решение оздоровительных задач средствами физической культуры и спорта

№	Мероприятия	Сроки	Исполнители
1	Комплектование спортзала необходимым инвентарём и оборудованием	Ежегодно	Завхоз
2	Ремонт тренажерного зала	январь	Завхоз
3	Модернизация и введение в строй душевых помещений	Июль-август	Завхоз
4	Совершенствование спортивно-массовой работы через систему дополнительного образования: - организация работы спортивных секций; - спартакиады и первенства Колледжа по различным видам спорта;	В течение учебного года	Преподаватель дисциплины «Физическая культура»

№	Мероприятия	Сроки	Исполнители
	<ul style="list-style-type: none"> - муниципальные и региональные соревнования; - ОФП, Дни здоровья; - конкурс на самую спортивную группу 		

4. Пропаганда здорового образа жизни

№	Мероприятия	Сроки	Исполнители
1	<p>Организация воспитательной работы по формированию навыков ЗОЖ:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведение тематических аудиторных часов, бесед; - организация тематических выставок, плакатов, газет; - проведение акций, круглых столов, диспутов 	В течение учебного года	Преподаватели, кураторы групп, социальный педагог
2	<p>Проведение мероприятий по привитию навыков правильного поведения работниками Колледжа и учащимися в опасных для жизни ситуациях:</p> <ul style="list-style-type: none"> - тематические классные часы, тренинги; - уроки по охране труда; - факультативные занятия 		Согласно плана работы

5. Организация досуговой деятельности

№	Мероприятия	Сроки	Исполнители
1	Организация клубной, кружковой деятельности	В течение учебного года	Преподаватель дисциплины «Физическая культура», кураторы групп, зав. библиотекой, преподаватели
2	Проведение совместных мероприятий с учреждениями культуры и дополнительного образования (библиотеки, музеи, спортивные школы)		
3	Выезды в музеи, театры, на концерты		

6. Социальное партнерство в рамках реализации Программы «Здоровье»

№	Мероприятия	Сроки	Исполнители
1	Отдел по физической культуре и спорту Управы района «Академический», Союз негосударственных вузов, Частное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Московский банковский институт»	В течение года	Социальный педагог, преподаватель дисциплины «Физическая культура»
2.	Комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав		