

Министерство культуры Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Воронежский государственный институт искусств»

ПРИНЯТО

Решением Ученого совета
Воронежского государственного
института искусств
от «29» ноября 2018 г., протокол № 3

УТВЕРЖДЕНО

Приказом
Воронежского государственного
института искусств
от «30» ноября 2018 г. № 346-07

И.о. ректора  О.А. Скрынникова



**Программа по оздоровлению, пропаганде и
обучению навыкам здорового образа жизни обучающихся
федерального государственного бюджетного образовательного
учреждения высшего образования «Воронежский государственный
институт искусств»**

Воронеж
2018

Содержание

1. Общие положения Программы	3
2. Социально-экономическое обоснование Программы	3
3. Цель, задачи и основные принципы Программы	5
4. Основные условия реализации Программы	5
5. Основные формы реализации Программы	6
6. Основные методы реализации Программы	6
7. Основные направления реализации Программы	7
8. Основные результаты реализации Программы	8
9. План реализации Программы	9

1. Общие положения Программы

1. Программа по оздоровлению, пропаганде и обучению навыкам здорового образа жизни обучающихся (далее – Программа) федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Воронежский государственный институт искусств» (далее – Институт) регулирует порядок организации и осуществления пропаганды здорового образа жизни и обучения навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда обучающихся в институте.

2. Настоящая Программа разработана в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным законом Российской Федерации от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации», федеральной целевой программой «Развитие физической культуры и спорта в РФ на 2016–2020 гг.», Уставом и другими локальными нормативными актами института.

2. Социально-экономическое обоснование Программы

Приоритетным направлением модернизации профессионального образования является решение важной государственной задачи – подготовки компетентного специалиста. В связи с этим повышается роль Высшей школы как социального института, когда помимо специальных задач, ставится и задача сохранения здоровья обучающихся и сотрудников, а также воспитания здоровой личности с такими сформированными качествами и свойствами личности, как социальная активность, ориентация на здоровый образ жизни, эстетические и этические 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 студенческой молодежи нацеливает ст. 41 Федерального закона № 273 «Об образовании в Российской Федерации» и Концепция федеральной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в РФ на 2016–2020 гг.».

Роль Института состоит в приобщении обучающихся к ценностям здорового образа жизни, во внедрении в жизнедеятельность вуза здоровьесберегающих практик и активной оздоровительной, профилактической работы. Пропаганда здорового образа жизни – одно из стратегических направлений гигиенического обучения и воспитания в институте. 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).

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, соответствующего отношения к больным и инвалидам;
- гигиена организма: соблюдение правил личной и общественной гигиены, владение навыками первой помощи;
- закаливание.

Поэтому и программа по оздоровлению, пропаганде и обучению навыкам здорового образа жизни обучающихся включает в себя направления, охватывающие основные стороны жизнедеятельности. Она реализуется в единстве с учебным процессом и внеучебной деятельности студентов 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.

Институт способствует созданию необходимой оздоровительно-воспитательной среды, обеспечивающей обучающихся возможностями реализовать потребность вести здоровый образ жизни с учетом их способностей и интересов; обучению студентов знаниям, умениям; развитию навыков и опыта ответственного отношения к здоровью как к ценности и пропаганды здорового образа жизни среди преподавателей.

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 ректоратом института, профессорско-преподавательским составом;
- интеграция усилий преподавателей физического воспитания, обеспечение субъектной позиции обучающегося как равноправного, компетентного и ответственного участника, вносящего свой вклад в развитие и популяризацию здорового образа жизни, независимо от индивидуальных физических способностей и спортивных достижений.

3. Цель, задачи и принципы Программы

Главной целью Программы института является пропаганда здорового образа жизни, сохранение и укрепление здоровья молодежи, формирование у обучающихся новой компетенции – ответственности за свое здоровье и здоровье других людей.

Основными *задачами* Программы являются:

- создание условий для реализации принципов здорового образа жизни;
- 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;
- активизация социального опыта по формированию ответственного отношения к здоровью как ценности;
- повышение уровня информированности обучающихся института по вопросам сохранения и укрепления здоровья посредством действующей информационно-пропагандисткой и образовательной системы института, привлечению к активному оздоровительному отдыху.

Приоритетными *принципами* программы являются:

- осуществление воспитания обучающихся института в контексте целей и задач высшего образования;
- общедоступность: программа рассчитана на обучающихся института 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.

4. Основные условия реализации Программы

Основные условия формирования здорового образа жизни обучающихся института в процессе физического воспитания обеспечивают приобретение студентами опыта здоровьесберегающих профессиональных связей и отношений.

Для формирования здорового образа жизни обучающихся Института требуется:

1. осуществление комплексного подхода к формированию здорового образа жизни обучающихся Института в учебном процессе;
2. проведение мониторинга уровня сформированности здорового образа жизни обучающихся Института;
3. обеспечение оздоровительного эффекта у обучающихся института в воспитательно-образовательном процессе по физическому воспитанию при условии координации, дифференциации, индивидуализации физического воспитания студентов;
4. первоочередное оказание содействия в сохранении и укреплении здоровья социально-незащищенным студентам:
 - сиротам,
 - инвалидам,
 - малообеспеченным студентам.

5. Основные формы реализации Программы

Организационное построение физкультурно-оздоровительной деятельности как добровольной, открытой, самоуправляемой, вариативной по своему содержанию, создающей оздоровительно-воспитательную среду, удовлетворяющую потребности обучающихся института 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.

Участие в спортивных соревнованиях формирует личностные качества, необходимые для эффективной профессиональной деятельности.

Комплексное развитие физических и психических качеств с первостепенным учетом интересов обучающихся института по видам спорта и системам физической подготовки.

Проведение просветительской работы о возможностях человеческого организма, особенностях его функционирования, взаимосвязи физического, психологического и духовного здоровья человека.

Поддержание постоянно действующей информационно-пропагандистской системы, направленной на мотивацию обучающихся института к здоровому образу жизни.

6. Основные методы реализации Программы

Повышение эффективности информационных и образовательных средств института 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 института и преподавателей;

· обеспечение регулярности, систематичности, непрерывности пропагандистского процесса, соблюдение преемственности пропагандистского воздействия, сочетание различных форм пропагандистской, воспитательной деятельности с физкультурно-спортивной работой в учебном заведении и др.;

· поощрение физической активности, удовлетворение разнообразных интересов и потребностей молодых людей в физкультурно-оздоровительной деятельности в рамках деятельности института;

· обучение студентов института методам и формам пропаганды физической культуры и спорта среди различных категорий и групп населения.

7. Основные направления реализации Программы

Решение проблем по воспитанию обучающихся Института, формированию здорового образа жизни, привитию социальных навыков в рамках деятельности Института предполагает использование в контексте проводимой воспитательной работы комплексных спортивно-оздоровительных и культурно-массовых мероприятий, духовно-нравственного воспитания, мероприятий по формированию здорового образа жизни и отказу от вредных привычек, мероприятий по пропаганде здорового образа жизни среди студентов и населения Воронежа, поддержки молодежных инициатив по формированию и пропаганде здорового образа жизни среди обучающихся института и сотрудников, а также новых подходов к формированию здорового образа жизни.

Основные мероприятия Программы:

– Разработка и внедрение интерактивных методов пропаганды здорового образа жизни.

– Проведение круглых столов, семинаров, конференций по пропаганде здорового образа жизни, здоровьесбережения, культуры питания, активного отдыха, соблюдения правил личной гигиены, отказа от вредных привычек, овладения навыками первой помощи.

– Организация и проведение акций, способствующих оздоровлению студентов.

– Проведение среди обучающихся института спортивных турниров.

– Проведение социальных акций, приуроченных к международному дню Здоровья, борьбы со СПИДом и др.

– Организация встреч с врачом-наркологом, психологом. Организация и проведение «Круглого стола» с участием специалистов в области физической культуры, социологии, педагогики, психологии и других заинтересованных лиц, с целью координации деятельности по

противодействию распространения наркомании, злоупотребления алкоголем и профилактики негативных социальных явлений.

– Организация антинаркотической рекламы: видеоматериалов, слайдов; издание полиграфической продукции (листовок, открыток, календарей, стикеров, закладок, обложек на тетрадях, стендов, брошюр, изготовление сувенирной тематической продукции, медалей, кубков, грамот и благодарностей) и др.

– Организация ежегодного вручения дипломов, благодарственных писем и памятных подарков обучающихся Института, достигших высоких результатов в спорте, пропаганде здорового образа жизни, культуры питания.

8. Основные результаты реализации программы

В результате реализации всех направлений Программы предполагается получить следующие практические результаты:

1. Осознание обучающимися Института ценности здоровья.
2. Повышение компетентности участников образовательного процесса в здоровьесбережении и здоровьесформировании.
3. Стимулирование повышения внимания обучающихся Института и их родителей 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 табака, алкоголя, наркотиков.
5. Обеспечение условий для практической реализации индивидуального подхода к обучению и воспитанию.

9. План мероприятий Программы

№ п/п	Мероприятия	Срок	Ответственный
Разработка и внедрение интерактивных методов профилактики социально - негативных явлений на основе компьютерных технологий			
1	Разработка и внедрение комплекса интерактивных образовательно-просветительских программ по профилактике наркомании, алкоголизма, табакокурения и противодействию незаконному обороту наркотических средств и психотропных веществ среди студентов	Ежегодно	Специалист отдела по работе со студентами и молодежной политике, и.о. проректора по учебной работе
2	Организация взаимодействия обучающихся института с организациями культуры, здравоохранения, гражданской обороны, правоохранительными органами по формированию безопасного образа жизни, по профилактике вредных привычек, проведению массовых мероприятий здоровьесберегающей направленности	Ежегодно	Специалист отдела по работе со студентами и молодежной политике
3	Комплектование библиотечного фонда публицистической, научно- методической литературой, периодическими изданиями по вопросам ведения здорового образа жизни, здоровьесбережения	Ежемесячно	Зав. библиотекой
4	Постоянное обновление информации, посвященной проблемам сохранения здоровья, профилактике вредных привычек, культуры питания на информационных стендах и официальном сайте Института		Директор информационно-библиотечного центра
Организация просветительской работы по формированию и пропаганде здорового образа жизни			
5	Организация и проведение цикла лекций по культуре питания, здоровому образу жизни с привлечением наркологов, психологов, венерологов, гинекологов	Ежегодно	Специалист отдела по работе со студентами и молодежной политике, и.о. проректора по учебной работе
6	Организация рекламы здорового образа жизни, популяризация различных видов спорта: листовки, брошюры	Ежегодно	Специалист отдела по работе со студентами и молодежной политике
7	Выездные консультации специалистов городского наркологического диспансера (психиатр – нарколог, специалист по планированию семьи, венеролог и др.)	Ежегодно	Специалист отдела по работе со студентами и молодежной

			политике, и.о. проректора по учебной работе
8	Организация информационных встреч с представителями органов правопорядка и наркоконтроля	Ежегодно	Специалист отдела по работе со студентами и молодежной политике, и.о. проректора по учебной работе
Профилактика социально-негативных явлений			
9	Составление плана-графика проведения тематических лекций, семинаров, тренингов по профилактике социально-негативных явлений в молодежной среде	Ежегодно	Специалист отдела по работе со студентами и молодежной политике, и.о. проректора по учебной работе
10	Выявление отношения к здоровому образу жизни и реализация корректирующих программ	Ежегодно	Специалист отдела по работе со студентами и молодежной политике
11	Проведение акций по негативному влиянию окружающих предметов на здоровье человека	Ежегодно	Специалист отдела по работе со студентами и молодежной политике
12	Внедрение нового вида профилактических технологий: психологические тренинги, релаксационные мероприятия, направленные на улучшение и сохранение здоровья обучающихся	Ежегодно	Специалист отдела по работе со студентами и молодежной политике
13	Поощрение преподавателей, студентов, пропагандирующих здоровый образ жизни, соблюдение правил личной и общественной гигиены, отказ от вредных привычек, популяризацию ценностей спортивной деятельности, спортивных достижений обучающихся и преподавателей, а также активного оздоровительного отдыха	Ежегодно	Специалист отдела по работе со студентами и молодежной политике, и.о. проректора по учебной работе
14	Участие студентов и преподавателей в научно-практических конференциях по здоровому образу жизни	Ежегодно	Специалист отдела по работе со студентами и молодежной политике, и.о. проректора по учебной работе
Мероприятия по организации отдыха студентов, охране труда и контролю за условиями обучения			
15	Организация и проведение круглого стола	Ежегодно	Специалист

	по вопросам охраны здоровья студентов с участием ректората института, студенческого Совета, студентов		отдела по работе со студентами и молодежной политике, и.о. проректора по учебной работе
16	<p>Проведение общеинститутских акций по профилактике социально-негативных явлений, выставок плакатов, посвященным дням здоровья, в том числе:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 10 октября – Акция «День психического здоровья»; 7 апреля – Акция «Мы выбираем здоровье!», приуроченная к Всемирному дню здоровья; - 31 мая – Всемирный день борьбы с табакокурением; - третий четверг ноября – «Живи без риска!», акция, посвященная Международному дню отказа от курения; - 1 декабря – Всемирный день борьбы со СПИДом 	Ежегодно	Специалист отдела по работе со студентами и молодежной политике, и.о. проректора по учебной работе
17	Проведение «Дней здоровья»	Ежегодно	Специалист отдела по работе со студентами и молодежной политике, и.о. проректора по учебной работе
18	Размещение информации, касающейся здорового образа жизни и отдыха студентов, на официальном сайте института	Ежегодно	Директор информационно-библиотечного центра