

УТВЕРЖДАЮ
Директор ЛФ КНИТУ-КАИ
И.Р. Шамсутдинов
« 01 » _____ 2014г.



Программа мероприятий
по пропаганде и обучению навыкам
здорового образа жизни,
требованиям охраны труда
на период с 2014 по 2016 гг.

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

<p>Нормативно-правовая база программы</p>	<p>Закон РФ «Об образовании» (ст. 51). Закон РФ «О физической культуре и спорте» (ст. 16, 33). Национальная доктрина образования РФ на период до 2025 г. Приказом Министерства образования РФ от 16 июля 2002 г. «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации»; Подпрограммой «Физическое воспитание и оздоровление детей, подростков и молодежи в Российской Федерации» Федеральной целевой программы «Молодежь России»; Государственная программа «Патриотического воспитания граждан Российской Федерации на 2011 - 2015 годы»; Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года.</p>
<p>Цель программы</p>	<p>Непрерывное формирование в образовательном пространстве института основ здорового образа жизни и охрана труда, внедрение здоровьесберегающих технологий на основе лично-ориентированного подхода, обеспечивающей становление психически и физически здоровой личности.</p>
<p>Задачи программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Развитие научно-исследовательской, научно-методической, пропагандистской работы в деятельности института в сфере формирования и сохранения здоровья; – разработка и реализация комплекса мер по пропаганде физической культуры и спорта как важнейшей составляющей здорового образа жизни; – разработка и внедрение в учебно-воспитательный процесс инновационных здоровьесберегающих и психосберегающих технологий, основанных на творческой, поисковой, эмоциональной, психической активности студента; – формирование и укрепление ценностного отношения к здоровью как к неременному условию личностной и профессиональной реализации студентов и их семейного благополучия; – развитие военно-прикладных видов спорта и повышение эффективности физической подготовки студентов призывного возраста; – привлечение студентов и студенческих организаций в качестве организаторов работы по противодействию злоупотребления ПАВ и популяризации здорового образа жизни; – создание в институте благоприятных условий для здоровьесформирующей деятельности, по оздоровлению профессорско-преподавательского состава.
<p>Направления реализации программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Осуществление научно-образовательной миссии института через организацию рационального учебного процесса в соответствии с САНиП, рациональной организации двигательной активности, системы работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни и охране труда; – создание физкультурно-спортивного комплекса для активизации работы по физическому воспитанию студентов, вовлечения их в работу по подготовке и сдаче норм комплекса,

	чтобы занятия физкультурой и спортом стали нормой для них.
Исполнители программы	Отдел внеучебной работы, кураторы, преподаватель физической культуры
Ожидаемые результаты	<p>Осознанное и ответственное отношение субъектов образовательного пространства института к здоровью; подготовка физически здоровых, гармонично подготовленных к профессионально-трудовой деятельности и к ведению в обществе здорового образа жизни специалистов.</p> <p>Индивидуальная паспортизация здоровья в институте для своевременного и точного оценивания уровня и динамики физической подготовленности будущих специалистов.</p> <p>Внедрение современной системы диспансеризации и мониторинга физического состояния студентов, преподавателей и сотрудников института.</p> <p>Выработка общих принципов взаимодействия обучающего и обучающегося, разработка критериев успешности практических занятий физической культурой.</p> <p>Использование индивидуально-дифференцированных заданий с учетом физического развития, физических возможностей и склонностей обучающихся, проведение совместного анализа получаемых результатов и корректировка управляющих воздействий.</p> <p>Создание позитивной профилактики, которая ориентируется не на патологию, не на проблему и ее следствия, а сводится к формированию и укреплению ценностного отношения к здоровью как к неперемennomу условию личностной и профессиональной реализации студентов и их семейного благополучия.</p> <p>Использование разнообразных видов здоровьесберегающей деятельности студентов, направленных на сохранение и повышение резервов здоровья, работоспособности и охране труда.</p>
Финансирование программы	Бюджетные и внебюджетные средства филиала
Управление и контроль за реализацией программы	Ученый совет ЛФ КНИТУ-КАИ

Анализ ситуации и обоснование программы

Программа указывает основные стратегические направления становления Института здорового образа жизни, обеспечивающие позитивную динамику развития здоровьесберегающей среды филиала, положительную динамику отказа от вредных привычек среди студентов и профессорско-преподавательского состава до 2016 года включительно.

Программа может подвергаться корректировке в соответствии с конкретной ситуацией, достигнутыми результатами, новыми законодательными актами и имеющимися ресурсами.

Программа представляет собой комплекс мероприятий, призванных обеспечить решение основных задач в области спортивно-оздоровительной работы и охраны труда со студентами и сотрудниками ЛФ КНИТУ-КАИ.

Концепция программы и основные направления деятельности

Наиболее действенный путь претворения в жизнь программы — непрерывное («онтологически обоснованное») формирование основ здорового образа жизни и охраны труда, и в первую очередь физические упражнения с другими немедикаментозными методами оздоровления и проведение лекций и бесед.

Для реализации данной программы в институте создана, оптимально функционирует и постоянно развивается материально-техническая и спортивно-оздоровительная база, оснащенная всем необходимым для проведения учебной работы по физическому воспитанию, а также спортивно-массовой и оздоровительной работы во внеучебное время. Работают секции по видам спорта: минифутболу, волейболу, баскетболу, настольному теннису, легкой атлетике, лыжным гонкам. Проводятся учебные занятия по технике безопасности и охране труда.

В институте регулярно проводятся опросы студентов, преподавателей и сотрудников с целью определения успешности работы по формированию здоровья, здорового образа жизни и охране труда.

В ЛФ КНИТУ-КАИ воспитательная работа направлена на то, чтобы дать современной молодежи возможность выработать и реализовать активную жизненную позицию в отношении собственного здоровья. Профилактика правонарушений — это активный поступательный процесс создания условий и формирования личных качеств, поддерживающих общее социальное благополучие.

В настоящее время в институте целенаправленно и успешно проводится работа, направленная на создание оптимальных условий для формирования у студентов таких качеств личности, которые препятствуют девиантному поведению молодежи.

При изучении социально-гуманитарных дисциплин ставится задача научить молодое поколение принимать разнообразие идей и мнений, формировать толерантное сознание, не потерять при этом способность мыслить самостоятельно. Проблемы профилактики наркомании, алкоголизма рассматриваются на практических, семинарских занятиях, являются предметом изучения дипломных научно — исследовательских работ.

Использование данных мониторинга состояния здоровья студентов, проводимого медицинскими работниками ГАУЗ ЛЦРБ, и собственных наблюдений профессорско-преподавательского состава в процессе реализации образовательной технологии, ее коррекция в соответствии с имеющимися данными.

Понятие «здоровьесберегающая» относится к качественной характеристике любой образовательной технологии, показывающей, насколько при реализации данной технологии решается задача сохранения здоровья студентов.

Программа здравоохранения включает 7 основных модулей:

- 1) образование в сфере здоровья;
- 2) программы и практические руководства по физической активности;
- 3) медицинские услуги;
- 4) психологическое и социальное консультирование;
- 5) повышение квалификации профессорско-преподавательского состава по программе здоровьесберегающей направленности;
- 6) на лекционных, практических и семинарских занятиях рассматриваются темы по охране труда и безопасности жизнедеятельности студентов филиала;
- 7) активное участие семьи и общества.

Индивидуальная паспортизация здоровья в системе высшего профессионального образования позволяет своевременно и точно оценивать уровень и динамику физической подготовленности будущих специалистов, уточнять характер их социально-физического самочувствия в процессе обучения, степень соблюдения ими норм здорового образа жизни. Педагогический анализ данных, представленных в индивидуальных паспортах здоровья обучающихся, позволяет спрогнозировать и вовремя дифференцировать систему корректирующих и индивидуально-стимулирующих мероприятий по сохранению и укреплению здоровья и саморазвитию физических качеств будущего специалиста, необходимых для будущей профессиональной деятельности и достаточных для достижения поставленных жизненных целей.

Программа формирования мотиваций здорового образа жизни

Воспитание у подрастающего поколения потребности вести здоровый образ жизни невозможно без профилактической работы, в процессе которой решается важнейшая задача по сохранению здоровья подростков и молодежи, в частности по недопущению их приобщения к алкоголю и наркотикам.

В связи с этим мы определяем конечную цель профилактической работы вуза - воспитание у студентов культуры здорового образа жизни, а

именно: создание личноно развивающей образовательной среды, формирующей систему ценностных ориентаций и установок активной жизненной позиции студентов, позитивной мотивации к саморазвитию и самосовершенствованию, принятию ответственности за свою судьбу, заинтересованности в поддержке здорового образа жизни.

Данная цель ставит следующие воспитательные задачи:

1. Улучшение качества воспитания, организация просветительской деятельности, формирование у студентов антинаркотических установок.
2. Организация оказания студентам консультационной, психокоррекционной помощи.
3. Создание в вузе атмосферы негативного отношения к наркотикам и другим асоциальным явлениям с привлечением к этой работе нравственно устойчивых учащихся (волонтерское движение).
4. Создание условий для научного, творческого, физического развития личности как основы формирования здорового образа жизни.

Основные принципы функционирования профилактической программы:

Программа профилактической работы

№ п/п	Ключевой момент	Форма работы	Срок	Ответственный
1.	Целенаправленная работа по диагностике первокурсников	Изучение документов, личных дел, беседы с родителями, работа со студентами	Август-ноябрь	Зам. директора по ВР, кураторы
2.	Наблюдение за адаптацией первокурсников	Индивидуальные беседы со студентами, их родителями, приобщение к творческим делам группы, вуза, запись в кружки, секции, проведение «веревочных курсов».	Сентябрь-октябрь	Зам. директора по ВР, кураторы
3.	Работа кураторов по изучению личности каждого первокурсника и выявлению причин неадекватного поведения	Тестирование и анкетирование, кураторские часы, рейды в семьи, психологические акции и тренинги	В течение года	Кураторы, студсовет
4.	Учебно-просветительская работа кураторов и преподавателей	Семинары, лектории	В течение года	Администрация филиала, психологическая служба специалистами «ЛОГОС»

5.	Информационно-просветительская работа с родителями	Индивидуальные беседы с родителями, родительские собрания	В течение года	Зам. директора по ВР, кураторы
6.	Коррекционно-развивающая работа	Индивидуальные консультации	В течение года	Администрация филиала, психологическая служба специалистами «ЛОГОС»
7.	Организационно-координационная работа со студентами	Собрания волонтеров для подготовки мероприятий, занятий со специалистами, проведения тренингов	Ежемесячно	Зам. директора по ВР
		Реализация мероприятий по вовлечению студентов в волонтерскую деятельность совместно с институтом кураторов		
8.	Образовательная работа со студентами	<ul style="list-style-type: none"> - Мероприятия в рамках городских и республиканских акций, направленных на формирование ЗОЖ, профилактику правонарушений; - участие в тематических научно-практических конференциях и семинарах; - распространение методических пособий, информационных бюллетеней; - круглый стол со специалистами по проблемам наркотизации и правонарушений среди молодежи; - информационно-просветительская работа по ЗОЖ на культурно-массовых мероприятиях в вузе 	В течение года	Зам. директора по ВР, кураторы

9.	PR-работа	<ul style="list-style-type: none"> - подготовка материалов по проблеме формирования мотивации здорового образа жизни в теленовостях, в газете «Вести филиала», анонсирование в социальных сетях и на сайте ЛФ КНИТУ-КАИ; - подготовка и выпуск специального студенческого номера газеты «Территория свободы» ко Всемирному Дню борьбы со СПИДом; - составление и проведение мониторинга на тему «Наркопотребление в студенческой среде», «Отношение к алкоголю и табакокурению» 	В течение года	Зам. директора по ВР, кураторы, Студсовет
10.	Практическая работа	<ul style="list-style-type: none"> - привлечение студентов к занятиям в спортивных секциях, творческих коллективах, к общественной жизни; - проведение и участие в городских массовых физкультурно-оздоровительных праздниках, соревнованиях; - привлечение студентов к работе в студенческой службе безопасности «Форпост»; - учет студентов, не посещающих или систематически пропускающих по неуважительным причинам занятия, проверка их по учету Отдела МВД; 	В течение года	Зам. директора по ВР, кураторы, Учебная часть филиала, Студсовет

		-заполнение журнала регистрации инструктажа по охране труда на рабочем месте студентов		
--	--	----------------------------------------------------------------------------------------	--	--

План мероприятий по реализации программы

№	Мероприятия	Ответственные	Сроки выполнения
1.	Проведение социологических исследований по изучению оздоровительной работы и состояния физического здоровья студентов и сотрудников института и их отношения к здоровому образу жизни	Зам. директора по ВР, студенческое научное общество	Сентябрь-октябрь
2.	Организация НИР студентов по проблемам формирования, сохранения, восстановления и укрепления здоровья студентов	Зам. директора по НР, студенческое научное общество	2014-2016 гг.
3.	Участие в городских, региональных, всероссийских научно-практических конференциях, направленных на формирование здорового образа жизни	Зам. директора по НР, студенческое научное общество	2014-2016 гг.
4.	Выполнение курсовых и дипломных работ по проблеме формирования ЗОЖ и профилактики девиантного поведения	Зам. директора по НР, студенческое научное общество	2014-2016 гг.
5.	Оказание помощи студентам группы риска, организация психологического консультирования, психодиагностики и коррекции девиантного поведения	Зам. директора по ВР, специалисты Центра психолого-педагогической помощи детям и молодежи «Логос»	2014-2016 гг.
6.	Проведение Спартакиады студентов и сотрудников института, Дней здорового образа жизни	Зам. директора по ВР, преподаватель физической культуры, Студсовет	2014-2016 гг.
7.	Организация активного участия студентов и преподавателей института в городских, республиканских, региональных, всероссийских спортивных мероприятиях	Зам. директора по ВР, преподаватель физической культуры, Студсовет	2014-2016 гг.
8.	Подготовка и издание печатных и электронных учебных пособий и методических рекомендаций по проблеме формирования здорового образа жизни	Зам. директора по ВР	2014-2016 гг.
9.	Организация тематических выставок книг, журналов, газет, посвященных проблемам здорового образа жизни и охране труда	Зам. директора по ВР, библиотекарь	2014-2016 гг.

10.	Публикация материалов, посвящённых здоровому образу жизни в газете «Вести филиала»	Зам. директора по ВР, редколлегия	2014-2016 гг.
11.	Реклама и видеоролики, пропагандирующие здоровый образ жизни, освещение работы в данном направлении в городских СМИ	Зам. директора по ВР, Студсовет	2014-2016 гг.
12.	Размещение на сайте, информационных стендах института актуальной информации по проблемам духовного, нравственного и физического здоровья молодежи и охране труда	Зам. директора по ВР, Студсовет, редколлегия	2014-2016 гг.
13.	Организация конкурсов фотографий, рисунков, плакатов, стенгазет, информационных материалов, научно-исследовательских работ, проектов индивидуального оздоровления, способствующих формированию культуры здорового образа жизни	Зам. директора по ВР, Студсовет	2014-2016 гг.
14.	Организация регулярных флюорографических, углубленных и профилактических осмотров студентов, преподавателей и сотрудников и их лечение	Зам. директора по ВР, медработники ГАУЗ ЛЦРБ	2014-2016 гг.
15.	Организация досугового времени студентов на принципах формирования здорового образа жизни, участия студентов в художественной самодеятельности, творческих объединениях, строительных отрядах, спортивных секциях, клубах по интересам, отрядах охраны правопорядка	Зам. директора по ВР, Студсовет	2014-2016 гг.
16.	Организация работы по ремонту и оборудованию спортивных площадок и спортивного зала	Зам. директора по ОВ	2014-2016 гг.

Предполагаемые итоги реализации программы

1. Осознанное и ответственное отношение субъектов образовательного пространства института к здоровью, подготовка физически здоровых, гармонично подготовленных к профессионально-трудовой деятельности и к ведению в обществе здорового образа жизни специалистов.

2. Внедрение современной системы диспансеризации и мониторинга физического состояния студентов, преподавателей и сотрудников института.

3. Выработка общих принципов взаимодействия обучающего и обучающегося, разработка критериев успешности практических занятий физической культурой.

4. Использование индивидуально-дифференцированных заданий с учетом физического развития, физических возможностей и склонностей обучающихся, проведение совместного анализа получаемых результатов и корректировка управляющих воздействий.

5. Создание позитивной профилактики, которая ориентируется не на патологию, не на проблему и ее следствия, а сводится к формированию и укреплению ценностного отношения к здоровью как к неременному условию личностной и профессиональной реализации студентов и их семейного благополучия.

6. Использование разнообразных видов здоровьесберегающей деятельности студентов, направленных на сохранение и повышение резервов здоровья, работоспособности и охране труда.

Критерии оценки результативности программы

Критерии реализации программы раскрываются через систему показателей, позволяющих выявить достижение цели и задач, поставленных программой.

1. Степень отражения в средствах массовой информации вопросов формирования здорового образа жизни студентов ЛФ КНИТУ-КАИ (количество и качество публикаций в рецензируемых изданиях и выступлений на научно-практических конференциях и семинарах).

2. Динамика значимости здоровья в иерархии жизненных ценностей студентов, преподавателей и сотрудников по результатам социологических исследований.

3. Динамика распределения студентов по группам здоровья в направлении укрепления состояния здоровья.

4. Достижение объема недельной двигательной активности студентов 8-12 часов при не менее, чем трех- четырехразовых занятиях в зависимости по группам здоровья.

5. Увеличение доли студентов, отнесенных к специальным медицинским группам, посещающих специальные занятия физической культурой до 100%.

6. Реальная активность студентов, преподавателей и сотрудников по сохранению и укреплению здоровья (анкетирование, анализ занятий и участия в здоровом образе жизни).

7. Физическое состояние студентов, преподавателей и сотрудников (результаты медицинских обследований).

8. Степень оснащённости спортивной базы.

9. Количество преподавателей, использующих здоровьесберегающие технологии в учебно-воспитательном процессе.

10. Доля профессорско-преподавательского состава, регулярно проходящая диспансерные осмотры.

11. Доля профессорско-преподавательского состава, регулярно занимающаяся оздоровительными занятиями.

12. Количество проведенных в институте физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий, количество участников (студентов, преподавателей и сотрудников).

13. Количество секций по видам спорта, работающих при институте, и число занимающихся в них (студентов, преподавателей и сотрудников).

16. Результаты выступления на городских и республиканских спортивных мероприятиях.

Деятельность ЛФ КНИТУ-КАИ, направленная на профилактику и предупреждения вреда курения табака

С 2006 года в институте активно работает студенческая организация волонтеров «Каист», которая традиционно занимается поддержкой детей – инвалидов, организацией пропаганды здорового образа жизни, работает в области гражданско-патриотического воспитания (организация мероприятий, приуроченных к важным историческим событиям страны и вуза). Пропагандируя здоровый образ жизни, волонтеры раздают всевозможные бюллетени, листовки, устраивают акции такие как «Сигарета за конфету», «Белая ленточка» и др. Всего в состав входит 12 человек.

Всемирный день без табака. В этот день в институте курящим предлагают обменять сигарету на конфету, а также письма, написанные детьми и подростками о вреде курения. А, согласившись, отказаться от курения предлагалось обменять пачку сигарет на шоколад. Более того, в этот день, а также ежемесячно, можно будет проконсультироваться у психологов по определению уровня никотиновой зависимости и прекращению курения, подсчитать ежемесячные затраты на сигареты в семьях курящих людей, а также поучаствовать в викторинах и конкурсах. Волонтеры также показывают брошюры, на них представлены картинка легких здорового и

курящего человек. Для желающих бросить курить проводились различные тесты (протестироваться можно ежемесячно у психолога). Например, по результатам теста «Курение вредно не только для Вашего здоровья, но и для Вашего кошелька» каждый мог узнать сэкономленную сумму от покупки сигарет.

В реализации программы профилактики наркозависимости мы выделяем два основных подхода. Информационный подход, который заключается в информировании молодежи об опасности употребления наркотических средств для здоровья. Передача информации о наркотиках и негативных последствиях наркопотребления осуществляется через различные средства массовой коммуникации. Распространение листовок и буклетов, оформление и обновление стендов о ЗОЖ, показ видеороликов, ведение рубрики «Мы выбираем жизнь» в студенческой газете, информирование о доступных ресурсах медицинской, психологической, социальной и правовой помощи студентам и их родителям, обращающимся по поводу проблем, связанных с наркотиками и сопутствующими их употреблению заболеваниями. Организовываются встречи со специалистами по проблемам наркотизации и правонарушений среди молодежи.

Второй подход — психосоциальный, или воспитательный, подчеркивает необходимость развития у молодежи определенных психологических навыков, опыта сопротивления или отказа от употребления наркотиков, противостояния групповому давлению, конструктивных способов разрешения кризисных и конфликтных жизненных ситуаций, уверенного безопасного поведения. Для этого коллективом вуза разработаны и реализуются программы для всего контингента обучающихся, цель которых — формирование устойчивых навыков здорового образа жизни. Это организация и популяризация альтернативных видов досуга, доступных в вузе, а также проведение антинаркотических акций на уровне вуза при активном участии студентов.

По результатам социологического опроса проводимого ежегодно выяснилось, что профессорско-преподавательский персонал не курит, количество курящих студентов ежегодно сокращается. При этом среди бросивших курить, первокурсники составляют большинство. Наркотических веществ никто не употребляет, о чем свидетельствует ежегодное обязательное тестирование на употребление наркотиков.

Абсолютное большинство студентов ведет здоровый образ жизни, и одной из главных причин этого является активная пропаганда в стенах вуза здорового образа жизни и охраны труда. Созданы все условия для систематических занятий физической культурой и спортом, чтобы удовлетворить пожелания студентов и профессорско-преподавательского состава.