

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Республики
Дагестан «Дагестанский базовый медицинский колледж им.Р.П.Аскерханова»
(ГБПОУ РД «ДБМК»)



УТВЕРЖДАЮ
Председатель педсовета
Махачева Х.Г.

Рассмотрено
на заседании педсовета
Протокол № 3
от 18.12 2019г.

Программа «Здоровье»
на 2020-2025г.г.

Составитель:
Заместитель директора
по воспитательной работе
АДУЕВА И.Г.

	и студентами в опасных для жизни ситуациях: - тематические кураторские часы, тренинги; - студенческие семинары - дни ГО и ЧС - уроки по охране труда; - факультативные занятия			
6. Организация досуговой деятельности				
1.	Организация клубной, кружковой деятельности	Руководители секций, ММЦ, зав. библиотекой кураторы, преподаватели физ.воспитания	В течение учебного года	План работы
2.	Проведение совместных мероприятий с социальными партнерами		В течение учебного года	План работы
3.	Спортивные праздники		В течение учебного года	План работы

6. Сроки реализации программы:

январь 2020 г. – январь 2025 г.

7. Ожидаемые результаты реализации программы “Здоровье”:

1. Создание активной здоровьесберегающей среды в колледже, способствующей сохранению здоровья и формированию мотивации участников образовательного процесса на здоровый образ жизни.
2. Совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода.
3. Снижение уровня заболеваемости среди студентов.
4. Формирование стойкого иммунитета к употреблению наркотических средств.
5. Воспитание личности, способной противостоять негативным проявлениям в обществе.
6. Повышение уровня занятости учащихся.

	- реализация плана мероприятий со студентами группы особого наблюдения через индивидуальные, групповые занятия; - фиксация результатов новых наработок путем проведения повторной диагностики;			
3.	Проведение индивидуальной консультативной и психокоррекционной работы с студентами колледжа	Зам. директора по ВР, психолог	В течение учебного года	План работы
4.	Проведение консультативной работы с родителями, педагогическими работниками колледжа	Зам. директора по ВР, психолог	В течение учебного года	План работы
5.	Проведение профилактических и развивающих бесед в учебных группах (плановых и по социальным запросам студентов)	Зам. директора по ВР, психолог, кураторы	В течение учебного года	План работы
6.	Подготовка волонтеров к работе в группах по актуальным вопросам	Зам. директора по ВР, преподаватели физической культуры, преподаватель ОБЖ, фельдшер колледжа, психолог, ММЦ	В течение учебного года	План работы
7.	Проведение индивидуальной консультативной и психокоррекционной работы с студентами колледжа	Зам. директора по ВР, психолог	В течение учебного года	План работы

5. Пропаганда здорового образа жизни

1.	Организация воспитательной работы по формированию навыков ЗОЖ: - проведение тематических кураторских часов; - организация тематических выставок, плакатов, газет; - проведение акций, круглых столов, диспутов; - вовлечение в волонтерское движение; - встречи с врачами	Зам. директора по ВР, психолог, ММЦ, преподаватели, медсестра колледжа	В течение учебного года	План работы
2.	Проведение мероприятий по привитию навыков безопасного поведения работниками колледжа	в соответствии с приказом	В течение учебного года	План работы

1.	Организация спортивных мероприятий, работа спортивных секций	Преподаватели физической культуры	Ежегодно	План работы
2.	Разработка системы внеклассной работы по формированию здорового образа жизни обучающихся.	Заместитель директора по ВР Преподаватели физвоспитания	Ежегодно	План работы
3.	Разработка и проведение мероприятий по сохранению репродуктивного здоровья обучающихся (классные часы)	Заместитель директора по ВР, классные руководители, руководители кружков	Ежегодно	План работы
4.	Разработка и проведение мероприятий по профилактике употребления психоактивных веществ (классные часы, общеколледжные мероприятия)	Заместитель директора по ВР, классные руководители	Ежегодно	План работы
5.	Организация активных форм досуга	Заместитель директора по ВР, классные руководители, преподаватели физ. воспитания.	Ежегодно	План работы

4. Психолого-педагогическое направление

1.	Составление социального паспорта колледжа и обновление личных дел студентов категории: - дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей -ребенок-инвалид и инвалид	Зам. директора по ВР, психолог, кураторы	Сентябрь	План работы
2.	В адаптационный период: • выявление социально-психологических условий развития первокурсников (изучение социального статуса семей; индивидуально-типологические особенности личности и др.);	Зам. директора по ВР, психолог, кураторы	Сентябрь-декабрь	План работы

1. Пояснительная записка

Проблема сохранения здоровья обучающихся, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. Следует обеспечить студенту возможность сохранения здоровья за период обучения в учебном заведении, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Очень важно сегодня не только подготовить обучающегося к самостоятельной жизни, а научить его быть здоровым, способствовать формированию у него осознанной потребности в здоровье, как залога будущего благополучия и успешности в жизни.

Формирование, сохранение и укрепление здоровья студентов является актуальной проблемой и предметом первоочередной важности. Здоровый образ жизни студентов обеспечивает полноценное развитие и реализацию возможностей каждого, способствует их социализации и является необходимым условием воспитания всесторонне развитой личности.

Обозначая цели деятельности по здоровьесбережению, мы исходили из полученных сведений о фактическом состоянии здоровья обучающихся, о неблагоприятных для здоровья факторах, о выявленных достижениях педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения.

Здоровье детей и подростков — это политика, в которой заложено наше будущее, поэтому перед педагогами, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового поколения. Но последние статистические данные свидетельствуют о том, что за период обучения детей в учебных заведениях состояние их здоровья ухудшается в несколько раз. Проблема здоровья учащихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение. Поэтому в качестве основы нашей программы «Здоровье» мы определили заботу о сохранении здоровья обучающихся.

Путем реализации программы раскрываются возможности образовательного учреждения в осуществлении здоровьесберегающей деятельности, в пропаганде здорового образа жизни, в формировании культуры здоровья студентов.

2. Цель программы:

Формирование, сохранение и укрепление здоровья субъектов образовательного процесса в свете концепции модернизации Российского образования.

Создание здоровой социально – психологической среды для личностного развития обучающихся и формирование их активной жизненной позиции.

- осуществление психолого-педагогического и медико-физиологического контроля показателей физического и психического здоровья воспитанников.

4. Методическое обеспечение программы “Здоровье”:

1. Создание банка здоровьесберегающих педагогических технологий.
2. Разработка методических рекомендаций, дидактических материалов, обучающих программ по вопросам здоровья и здорового образа жизни.
3. Включение в план воспитательной работы колледжа мероприятий по проблеме здоровьесбережения.
4. Пополнение библиотеки пособиями и литературой по вопросам формирования культуры здоровья.

5. Применение разнообразных форм работы:

1. Учет состояния обучающихся:

- анализ медицинских карт;
- определение группы здоровья;
- учет посещаемости занятий;
- контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы групп.

2. Физическая и психологическая разгрузка обучающихся:

- организация работы спортивных секций, проведение дополнительных уроков физической культуры;
- динамические паузы;
- индивидуальные занятия;
- организация спортивных перемен;
- дни здоровья;

3. Урочная и внеурочная работа:

- открытые уроки учителей физической культуры, ОБЖ;
- открытые классные и общеколледжные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности;
- спортивные кружки и секции: баскетбол, волейбол, футбол, легкая атлетика, настольный теннис, шашки, шахматы.

4. План деятельности по реализации программы

№ п/п	Мероприятия	Ответственные исполнители	Сроки	Планируемый результат
1. Создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья подростков, обучающихся в данном учебном заведении				
1.	Медико-педагогическая экспертиза: анализ основных характеристик состояния	Врачи студенческой поликлиники	Ежегодно	Медицинские карты

	здоровья обучающихся в колледже; выявление обучающихся специальной медицинской группы; введение строгого учета обучающихся по группам здоровья; формирование групп здоровья по показателям.	Преподаватели физвоспитания		
2.	Проведение диспансеризации для обучающихся колледжа	Зам.дир. по УР	Ежегодно	
3.	Проведение медицинского осмотра обучающихся	Врачи студенческой поликлиники	Ежегодно	План медосмотров
4.	Обеспечение и организация профилактических прививок учащихся.	Врачи студенческой поликлиники	Ежегодно	План прививок
5.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	Классные руководители.	Ежегодно	Материалы отчетов
6.	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: <i>проветривание;</i> <i>освещение;</i> <i>отопление;</i> <i>вентиляция;</i> <i>уборка</i>	Дежурный администратор, преподаватели	Ежедневно в течение года	
7.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа).	Заместитель директора по УР	Ежегодно	Справка по оценке расписания
2. Организация и проведение мероприятий по охране и укреплению здоровья				
1.	Организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи обучающимся.	Педагог - психолог	Ежегодно	План работы психолога
2.	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.	преподаватели	Ежегодно	Планы уроков
3. Формирование системы знаний о здоровье и здоровом образе жизни				

План мероприятий по профилактике табакокурения, алкогольной и наркотической зависимости.

Цель: углубление теоретических знаний, обучающихся о вреде, который наносит употребление психоактивных веществ, об уменьшении шансов на жизненный успех.

Основные задачи:

- предупреждение табакокурения, алкогольной, наркотической и других видов зависимостей;
- формирование представлений о вреде болезненных пристрастий и причинах их возникновения;
- приобретение знаний о мерах профилактики и борьбы с вредными привычками;
- пропаганда здорового образа жизни и повышение уровня культуры здоровья участников педагогического процесса.

Методическое обеспечение:

Теоретический материал подается в виде лекций или тематических бесед. Проводятся классные часы, в ходе которых используются различные методы воспитания обучающихся:

- метод дискуссии, позволяющий свободно высказывать свое мнение и требующий умения внимательно слушать выступающих;
- метод эвристической беседы, позволяющий решать проблемные вопросы и получать новые знания в процессе коллективных обсуждений;
- игровой метод, стимулирующий мотивацию к сохранению здоровья и ведению здорового образа жизни;
- поисковый метод, позволяющий учащимся решать проблемные вопросы и добывать новые знания путем наблюдений и обсуждений; анализировать результаты исследовательского анкетирования.

Содержание мероприятий:

1. Тематика лекций и бесед:

1. Здоровье нации и вредные привычки:

- что такое здоровье: общие понятия и определения;
- признаки, сущность, механизмы здоровья;
- компоненты здоровья и их взаимосвязь;
- факторы, формирующие здоровье;
- вредные привычки как факторы риска;
- причины возникновения вредных привычек.

2. Курение и его опасность для организма:

- история употребления табака в России, странах Европы;
- влияние табакокурения на основные функции организма человека;

3. Программа “Здоровье” предусматривает следующие приоритетные направления:

1. Создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья подростков, обучающихся в ДБМК.

Основные задачи направления:

- организация здоровьесберегающей деятельности, совершенствование системы физического воспитания с учетом индивидуального подхода к обучающимся;
- разработка комплекса мероприятий по воспитанию культуры здоровья подростков;
- формирование у обучающихся мотивации на сохранение и укрепление здоровья, потребности быть здоровым;
- построение образовательного процесса с учетом психофизиологических особенностей обучающихся;
- формирование знаний об опасности различных форм зависимостей, негативное отношение к ним путём просветительской и профилактической деятельности с обучающимися, педагогами, родителями;
- устранение негативных факторов образовательного процесса, отрицательно влияющих на здоровье.

2. Организация системы взаимодействия педагогического коллектива колледжа и родителей по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

Основные задачи направления:

- организация просветительской работы среди родителей;
- формирование мотивации у родителей на ведение здорового образа жизни в семье;
- привлечение родителей к осуществлению совместной оздоровительной работы в колледже и профилактической работы с подростками.

3. Организация и проведение мероприятий по охране и укреплению здоровья

Основные задачи направления:

- проведение мониторинга за состоянием здоровья учащихся;
- профилактическая работа по сохранению репродуктивного здоровья обучающихся;
- работа по организации и проведению мероприятий по профилактике употребления психоактивных веществ;
- организация активных форм досуга;
- снижение заболеваемости и повышение успеваемости обучающихся.

4. Формирование системы знаний о здоровье и здоровом образе жизни.

Основные задачи направления:

- формирование мотивации на сохранение и укрепление здоровья у участников образовательного процесса;
- внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих педагогических технологий;

- пассивное курение, его опасность;
- курение и потомство;
- профилактические мероприятия по борьбе с курением.

3. Алкоголь, его опасность для организма:

- история употребления алкоголя в России, странах Европы;
- мотивы и факторы, обуславливающие употребление алкоголя;
- влияние алкоголя на состояние физиологических систем организма;
- алкоголизм и потомство.

4. Основные виды психоактивных веществ:

- легальные (алкоголь, табак) и нелегальные (наркотики) психоактивные вещества;
- понятие о психостимуляторах;
- психическая и физическая зависимость;
- позиция государства и общества в вопросе профилактики болезненных пристрастий;
- профилактические мероприятия и борьба с наркоманией на различных уровнях.

II. Проведение анкетирования и дискуссий с целью определения уровня осведомленности молодежи о вредных привычках, об употреблении ПАВ и о методах их профилактики:

- дискуссия “Ожидаемая продолжительность жизни в соответствии с образом жизни”;
- анкета “О вреде курения” (изучение отношений учащихся к проблеме табакокурения);
- дискуссия “Мифы о безвредности пива” (анализ уровня осведомленности учащихся о вреде употребления пива; определение склонности учащихся к алкоголизации).

III. Проведение нетрадиционных мероприятий:

- ролевая познавательная игра “Суд над сигаретой”;
- оформление стенда “Профилактика вредных привычек”;
- организация встреч студентов со специалистами-психологами, наркологами, фтизиатрами;
- проведение акции “Наркотикам – нет!” с выпуском плакатов, рисунков, стенгазет, санбюллетеней;
- выступление агитбригады “Не дадим наркотикам захватить мир!”;
- диспут “Как не стать рабом наркотиков”.

Проведение круглых столов, конференций, защиты рефератов, ролевых игр, театрализованных представлений, диспутов способствует раскрепощению подростка, учит сдерживать себя, развивать творческую, познавательную активность, воспитывает чувство коллективизма, ответственность и взаимную требовательность.

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.