**Главное управление образования Курганской области**

**Государственное бюджетное профессиональное**

**образовательное учреждение**

**«Альменевский аграрно-технологический техникум»**

**Программа**

**«Воспитание здорового образа жизни»**

Предназначена для обучающихся техникума

Срок реализации – период обучения в техникуме

 ****

**с.Альменево**

# Рассмотрена на МО Принята на педагогическом «Утверждаю»

по воспитательной совете директор ГБПОУ «ААТТ»

работе протокол № 4 Белоусов А.Ф.

протокол №3 от22.12.14 г

от 08.12.14 г.

**Авторский коллектив:**

Личман Е.В. – преподаватель ;

Садыкова З.Г. – библиотекарь;

Мусин С.А.- руководитель физвоспитания;

Радионова О.В. – медицинский работник.

**2.Паспорт программы.**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Наименование | Воспитательная программа «Воспитание здорового образа жизни» |
| 2. Основание для разработки программы | * Конвенция о правах ребенка * Закон Российской Федерации «Об образовании в РФ» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ; * Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации» от 24.07.1998 № 124-ФЗ; * «О концепции профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде» Приказ МОРФ от 287.02.2000№619 * Целевая программа Курганской области «Развитие   образования и реализация государственной молодежной политики в Курганской области на 2011-2015годы»;   * Целевая программа Альменевского района «Развитие образования и реализация государственной молодежной политики в Альменевском районе на 2011-2015 годы»; * Устав ГБПОУ «ААТТ»; * Программа развития ГБПОУ «ААТТ» на 2012-2015 годы; * Локальные акты ГБПОУ «ААТТ» по воспитанию ЗОЖ. |
| 3. Заказчик программы | Коллектив обучающихся, мастеров и преподавателей ГБПОУ «ААТТ» |
| 4. Разработчик программы | Авторский коллектив ГБПОУ «ААТТ» |
| 5. Цель и задачи программы | Цель: Формирование у обучающихся личностной мотивации к выработке здорового стиля жизни, осознание ими ответственности за своё здоровье и здоровье других людей, укрепление психологического и физического здоровья.  Задачи*:*  1. Приобщение обучающихся к ценностям здорового образа жизни.  2.Формирование позитивного отношения к самому себе, потребности к саморазвитию.  3.Формирование устойчивого интереса у обучающихся к занятиям спортом. |
| 6. Сроки реализации программы | Период обучения в техникуме |
| 7. Исполнители программы | Администрация, педагоги и обучающиеся ГБПОУ «ААТТ» |
| 8. Ожидаемые конечные результаты | - сформированность сознательного отношения обучающихся к своему здоровью и здоровому образу жизни;  - использование  в образовательном процессе здоровьесберегающих технологий;  - увеличение «коэффициента здоровья»;  - увеличение количества занятых в спортивных секциях; |
| 9. Организация контроля над реализацией программы | Контроль над реализацией программы осуществляется администрацией ГБПОУ «ААТТ»:отчеты на ИМС ,МО по воспитательной работе, на педсовете (по итогам). |

3. Концептуальные основы программы

*«Наша жизнь – это наша жизнь,*

*наше здоровье – это наше здоровье»*

*(Восточная мудрость)*

Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. Доброе здоровье, разумно сохраняемое и укрепляемое самим человеком, обеспечивает ему долгую и активную жизнь. Здоровье человека – это его способность сохранять соответствующую возрасту и полу психофизическую устойчивость в постоянно меняющихся условиях внешней среды. Психологическое здоровье – это понимание человеком своего внутреннего мира, его чувства и переживания, увлечения и интересы, способности и знания, отношение к себе, сверстникам, родным, самопонимание, саморазвитие в контексте гуманистического взаимодействия с окружающим миром, осознание своей индивидуальности. Природа наградила человека информационными системами, которые обладают способностью к саморегуляции и поддержанию жизни. Далее все зависит от того, как человек распорядится природным даром и от того, в каких условиях он будет им распоряжаться, то есть от образа жизни. Образ жизни – это система взаимоотношений человека с самим собой и факторами внешней среды. Взаимоотношения с самим собой – сложнейший комплекс действий и переживаний, наличие полезных привычек, которые укрепляют природный ресурс здоровья, и отсутствие вредных, разрушающих здоровье. На здоровье человека влияют такие факторы, как наследственность и среда. Здоровье человека – это здоровье общества, страны.

Все более осознается как актуальная задача государства, общества и всех его социальных институтов необходимость преодоления имеющей место тревожной тенденции в интересах обеспечения жизнеспособности подрастающего поколения.

Здоровье детей, как и других групп населения, зависит от таких факторов, как состояние окружающей среды, здоровье родителей и наследственность, условия жизни и воспитания ребенка в семье, в образовательном учреждении. Значимыми факторами, формирующими здоровье обучающихся, является система воспитания и обучения, включая физическое воспитание. Проблема здоровья нации, ее генофонд и будущее в значительной мере определяется уровнем развития физкультуры и спорта.

**Анализ социально-педагогической ситуации**

Состояние здоровья подрастающего поколения – важнейший показатель благополучия общества и государства, не только отражающий настоящую ситуацию, но и дающий прогноз на будущее. Трудовые ресурсы, безопасность страны, политическая стабильность, экономическое благополучие и морально-нравственный уровень населения непосредственно связаны с состоянием здоровья детей, подростков, молодежи.

Проблема здоровья молодежи Курганской области занимает ключевые позиции, т.к. молодежь – основной резерв и значительная часть трудовых ресурсов. Тревожные цифры статистики о физическом состоянии подростков, обучающихся в техникуме выдвинули проблему их здоровья в число приоритетных задач социального развития учебного заведения :из 275 учащихся 45 находятся под постоянным динамическим наблюдением,имеют ограниченные возможности здоровья- 37 чел, имеют хронические заболевания-37 чел., инвалидов –4 чел, имеют ослабленное здоровье – 26 чел.

Анонимное анкетирование и индивидуальные беседы со студентами выявили у 35% тягу к алкоголю и 60% к курению.

Проведение социологических опросов обучающихся по отношению к занятиям физической культуры и спортом показал, что у 35% обучающихся интерес не сформирован.

Анализ физического здоровья учащихся, поступивших в техникум в 2013-2014 году, показал, что в каждой группе совершенно здоровыми являются лишь 65% от общего количества студентов.

Все это поставило нас перед проблемой сохранения состояния здоровья студентов, учета его показателей в процессе организации образовательной деятельности, планирование и проведение оздоровительных мероприятий, направленных на улучшение физического состояния обучающихся, воспитание в них стремления к здоровому образу жизни.

Пространственное проектирование программы:

* Настоящая программа реализуется в ГБПОУ «Альменевский аграрно – технологический техникум» в учебное и внеурочное время;
* Продолжительность реализации программы – весь период обучения в техникуме;
* Возрастные группы студентов – с 15 до 22 лет ( 1-3 курсы)

**4.Цели и задачи программы**

Цель: Формирование у обучающихся личностной мотивации к выработке здорового стиля жизни, осознание ими ответственности за своё здоровье и здоровье других людей, укрепление психологического и физического здоровья.

Задачи:

* Приобщение обучающихся к ценностям здорового образа жизни.
* Формирование позитивного отношения к самому себе, потребности к саморазвитию.
* Формирование устойчивого интереса у обучающихся к занятиям спортом.

**5. Предполагаемый результат.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Критерии эффективности | Показатели | Методики изучения |
| **Сформированность познавательных компетенций личности** | 1. Потребность к занятиям спортом.   2. Формирование ценностного отношения к здоровью.  3.Повышение познавательной активности студентов ( по сравнению с базовой ,на данный момент:  37% охвата занятиями в спортивных секциях техникума , 49% призовых мест от общего числа мест, результативность участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях ,  6% студентов, занимающихся спортом в районных секциях)   1. Готовность студентов к проведению работы, направленной на пропаганду ЗОЖ. 2. Увеличение доли студентов, избавившихся от вредных привычек. | 1. Статистический анализ ситуации. 2. Опросник «Как вы относитесь к своему здоровью» 3. Метод педагогического наблюдения. 4. Анализ работы кружков, секций и факультативов. 5. Самооценка. |
| **Сформированность физических качеств** | 1. Снижение числа обучающихся, частоболеющих ОРВИ. 2. Увеличение численности студентов, имеющих спортивные разряды. | 1. Анализ данных 2. Метод педагогического наблюдения. |

**6.Содержание воспитания**

Программа предполагает работу по следующим направлениям:

**1. Организация образовательного процесса**

Направления работы:

1. Создание условий для воспитания здорового образа жизни на учебных занятиях.

2. Учет индивидуальных особенностей студентов.

3. Соблюдение правил гигиены

**2. Организация воспитательной работы, направленной на формирование здорового образа жизни**

Направления работы:

1. Создание условий для формирования здорового образа жизни, самостоятельности студентов техникума.

2. Обновление системы мониторинга состояния здоровья студентов.

3. Приобщение к культурному досугу, занятия спортом, участию в соревнованиях.

**3.Организация методической работы, направленной на формирование ЗОЖ.**

Направления работы:

1. Повышение квалификации преподавателей по вопросам воспитания здорового образа жизни, через участия в конференциях, семинарах, курсах, посвященных проблемам воспитания здорового образа жизни.

2. Организация исследовательской работы студентов и преподавателей по заявленной проблеме.

3. Организация участия преподавателей и студентов в научно-практических конференциях различного уровня.

**7.Механизм реализации программы.**

Механизм реализации программы «Воспитания здорового образа жизни» включает использование комплекса организационных, педагогических и экономических мер, предусматривающих:

* совершенствование нормативно-правовой базы техникума с целью обеспечения оптимальных условий для реализации вышеназванных направлений;
* расширение связей техникума с образовательными и культурными учреждениями села и области, обмен опытом по вопросам воспитания здорового образа жизни;
* активное привлечение общественности и родителей к решению вопросов воспитания здорового образа жизни.

Механизм реализации программы предусматривает ежегодный анализ результатов проведенной работы. Оцениваются:

- соответствие состояния учебных, наглядных пособий, аудио- и видеоматериалов программным требованиям;

- включение в образовательный и воспитательный процесс новых технологий;

- включенность студентов в реализацию мероприятий спортивного и оздоровительного характера;

- встречи с медицинскими работниками.

**8. Организация управления программой и контроль за ходом ее реализации.**

Управление программой « Воспитания здорового образа жизни» осуществляет администрация техникума.

Ежегодно по итогам реализации программы формируется доклад, рассматриваемый на педагогическом совете.

В целях обеспечения комплексного контроля за ходом реализации программы предусматривается:

* осуществление постоянного мониторинга по всем направлениям программы;
* регулярное рассмотрение хода выполнения программы на ИМС.

**9. Ресурсное обеспечение программы:**

Нормативно – правовая база ( план воспитательной работы на год).

Информационно – методическое (информационные стенды, сайт техникума).

Кадровое (подготовка педагогов, связанная с освоением новых воспитательных технологий).

Материально – техническое (улучшение материально-технической базы спортзала).

**10. Литература**

1.Атаулов И.А., Масленников М.М. санитарно-гигиеническое обеспечение обучающихся и работников образовательных учреждений. Методические рекомендации. М.: Аркти, 2005. – 96 С.

2. Боброва О.В. О здоровье всерьез: Игра – викторина. «1 сентября» - 2001. - № 22. – С. 14-15.

3. Зайцев г. Отмечаем Всемирный День Здоровья: Модели валеологических уроков. Директор школы. – 2003. - № 2. – С. 83-91.

4. Здоровье: Предупреждение употребления алкоголя и наркотиков в школе / (В.Н.Касаткин, И.А.Паршутин, О.Л.Рязанова и др.). – М.: Образование и здоровье, 2003. – 134 С.

5. Здоровье: Программа профилактики курения в школе / (В.Н.Касаткин, И.А.Паршутин, О.Л.Рязанова и др.). – М.: Образование и здоровье, 2003. – 130 С.

6. Зеленкова В. Быть здоровым – это здорово!: Пропаганда здорового образа жизни в рамках недели ОБЖ. Основы безопасности жизнедеятельности. – 2000. - № 12. – С.51-57.

7. Мельникова Т.И. Экология и здоровье: Ролевая игра «Пресс-конференция» «1 сентября» - 2001. - № 44. – С.4-5.

8. Советова Е.В., Оздоровительные технологии. Ростов-на Дону: Феникс, 2006. – 286 С.

9. Умеете ли вы вести здоровый образ жизни: Тест // Лидеры образования. – 2003. - № 9. – С. 62-63.

10. Чепурных Е. О проведении Всероссийского дня здоровья детей

«1 сентября» - 2003. - № 3. – С. 83-91.

**11. Мероприятия по реализации программы.**

1. Реализация программы «ЗОЖ»

2. Диагностика состояния здоровья студентов.

3. Ежегодный профилактический осмотр студентов.

4. Ежедневное горячее питание студентов.  
5. Зарядка в студенческом общежитии.  
6. Оздоровительная неделя по «ЗОЖ».  
7. Витаминизация питания (зима, весна).  
8. Работа спортивных секций.

9. Дни здоровья.

10. Поддержка санитарно-гигиенического режима, контроль за его соблюдением в спортзале, общежитии и аудиториях

11. Комфортная психологическая среда студентов во время учебы и в общежитии.

12. Педсовет: «Состояние спортивно-оздоровительной работы в техникуме»   
13. Педсовет: «Применение здоровьесберегающих технологий в процессе обучения в техникуме»

14. Беседы медработника.

15. Инструктажи по охране здоровья.

16. Соблюдение гигиенических нормативов преподавателями-предметниками.

17. Родительское собрание: «Воспитание ЗОЖ».

18. Спортивные соревнования.  
19. Участие в районных соревнованиях  
20. Месячники спортивно-оздоровительной работы

21. Индивидуальный подход к обучающимся, освобожденным от занятий физкультурой по медицинским показателям.

22. Классные часы.  
23. Освоение преподавателями здоровьесберегающих технологий в процессе обучения.

24. Соответствие расписания уроков требованиям СанПина.  
25. Генеральные уборки мест занятий.

26. Ремонт спортивного зала.