АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТРОСОЮЗА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ КООПЕРАЦИИ»

Калининградский филиал

УТВЕРЖДАЮ
Директор Калининградского филиала
Российского университета кооперации
_____ О.В. Мартыненко
«__01__» ____сентября____ 2018 г.

ПРОГРАММА СПОРТИВНОГО И ЗДОРОВЬЕ СБЕРЕГАЩЕГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ КАЛИНИНГРАДСКОГО ФИЛИАЛА АНО ОВО ЦС РФ «РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ КООПЕРАЦИИ» на 2018÷2022 гг.

Калининград 2018

Мартыненко О.В. Программа спортивного и здоровье сберегающего воспитания студентов Калининградского филиала АНО ОВО ЦС РФ «Российского Университета Кооперации» на 2018÷2022 гг. на 2018÷2022 гг. – М.: Российский университет кооперации Калининградский филиал, 2018. – 14 с.

Программа спортивного и здоровье сберегающего воспитания студентов Калининградского филиала АНО ОВО ЦС РФ «Российского Университета Кооперации» на 2018÷2022 гг.:

Обсуждена, одобрена и рекомендована к утверждению Ученым советом филиала 30 августа 2018 г., протокол № 1

Утверждена Ученым советом университета 31 августа 2018 г., протокол № 1

© АНО ОВО ЦС РФ «Российский университет кооперации Калининградский филиал», 2018
© Мартыненко О.В. 2018

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт Программы 4
2. Пояснительная записка.....7
3. Цели и задачи Программы 8
4. Основополагающие принципы и направления реализации Программы 9
5. Основные мероприятия Программы 10
6. Координация и контроль за ходом реализации Программы 13
7. Основные критерии эффективности реализации Программы 14

1. Паспорт Программы

Наименование Программы	Программа спортивного и здоровье сберегающего воспитания студентов Калининградского филиала АНО ОВО ЦС РФ «Российского Университета Кооперации»
Разработчик Программы	Мартыненко О.В. - директор Калининградского филиала АНО ОВО ЦС РФ «Российского Университета Кооперации»
Сроки и этапы реализации Программы	2018-2022 годы *I этап: проектный* Цель: подготовка условий создания системы спортивного и здоровье сберегающего воспитания. Задачи: - изучить нормативно-правовую базу, подзаконные акты; - разработать, обсудить и утвердить Программу спортивного и здоровье сберегающего воспитания; - проанализировать материально-технические, кадровые условия реализации Программы; *// этап: практический* Цель: реализация Программы спортивного и здоровье сберегающего воспитания. Задачи: - организация работы спортивных секций, кружков; - оснащение спортивного зала, рекреационных зон; - проработка содержания деятельности, наиболее эффективных форм и методов воспитательного воздействия; разработка методических рекомендаций по спортивному и здоровье сберегающему воспитанию: - повышение квалификации педагогических кадров по данному направлению; - расширение и укрепление связей с учреждениями спорта, социальными партнерами; проведение мониторинга эффективности Программы, информирование педагогов, студентов, родителей о ходе и результатах реализации Программы; - активное участие в муниципальных, региональных, всероссийских конкурсных мероприятиях по здоровье сберегающей тематике. - освещение хода и результатов Программы на сайте Филиала; *III этап: аналитический* Цель: анализ итогов реализации Программы. Задачи: - обобщение результатов работы по данному направлению; - проведение коррекции отклонений в реализации Программы; - планирование работы по данному направлению на следующий период.
Основание для	- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от

разработки Программы	03.08.2018) «Об образовании в Российской Федерации»; - Федеральный закон от 30.03.1995 № 38-ФЗ (ред. от 23.05.2016) «О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ- инфекции)»; - Федеральный закон от 08.01.1998 №2 3-ФЗ (ред. от 29.12.2017) «О наркотических средствах и психотропных веществах»; - Федеральный закон от 23.02.13 № 15-ФЗ (ред. от 29.07.2018) «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака»; - Указ Президента РФ от 09.06.2010 N 690 (ред. от 23.02.2018) «Об утверждении Стратегии государственной антинаркотической политики Российской Федерации н государственной антинаркотической политики РФ до 2020 г.»; - Распоряжение Правительства РФ от 29.11.2014 № 2403-р «Об утверждении Основ государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 года»; - Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года; - Распоряжение Правительства РФ от 30.12.2009 г. N 2128-р «О Концепции реализации государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкогольной продукцией и профилактике алкоголизма среди населения Российской Федерации на период до 2020 года»; Приказ Министерства спорта России от 21.11.2017 № 1007 «Об утверждении концепции развития студенческого спорта в Российской Федерации на период до 2025 года»; - Устав АНОО ВО Центросоюза РФ «Российский университет кооперации»; - Концепция воспитания в Калининградском филиале Российского университета кооперации.
Цель Программы	- организация комплексной работы по сохранению, компенсации и укреплению здоровья студентов, формирование здоровой среды через создание единой образовательной, воспитательной и здоровье формирующей системы охраны здоровья студентов; - формирование полноценной самореализующейся личности и подготовка ее физически, психофизически и духовно к предстоящей самостоятельной жизни в постоянно изменяющихся условиях социальной и природной среды.
Задачи Программы	- формирование у студентов системы ценностей, связанной с собственным здоровьем и здоровьем

	окружающих, освоение необходимых знаний в этой области, формирование соответствующих умений и навыков; - укрепление здоровья студенческой молодежи, привитие потребностей к регулярным занятиям физической культурой и спортом, приобщение к здоровому образу жизни; - организация мониторинга состояния здоровья студентов; - содействие формированию устойчивой мотивации здорового образа жизни у студентов, родителей, педагогов; - создание условий для профессиональной ориентации, занятий физической культурой, организации досуга и отдыха студентов; - развитие здоровье сберегающей инфраструктуры Филиала; - оптимизация учебного процесса за счет использования эффективных здоровье сберегающих методов и технологий обучения; - профилактика различных видов зависимостей (интернет, алкогольная, табачная, наркотическая и иные); - профилактика ВИЧ - инфекций (СПИДа); - профилактика асоциального поведения студентов; - сотрудничество с органами исполнительной власти области, а также с социальными, общественными, медицинскими, образовательными, спортивными организациями;
Ожидаемые результаты	- создание целостной системы профилактической работы; - формирование у студентов потребности вести здоровый образ жизни, приобретение навыков здорового образа жизни; - внедрение в молодежную среду стандартов здорового образа жизни; - обеспечение взаимосвязи воспитательных профилактических мероприятий и профилактики правонарушений и асоциального поведения в студенческой среде.
Участники реализации Программы	Студенты, профессорско-преподавательский состав, кураторы, родители
Источники финансирования	Бюджет Филиала

Программа является документом, открытым для изменений и дополнений.

2. Пояснительная записка

Формирование здорового подрастающего поколения — одна из главных стратегических задач развития страны. Проблема воспитания личной заинтересованности каждого человека в здоровом образе жизни (ЗОЖ) в последние годы является особенно актуальной в связи с негативной тенденцией к ухудшению состояния здоровья всех социально - демографических групп населения России и особенно подростков и молодежи.

Исследованиями отечественных и зарубежных учёных установлено, что здоровье человека лишь на 7-8% зависит от успехов здравоохранения и на 50% от образа жизни. Здоровье человека, как целостного творения, заключается в единстве его телесных, психических и духовно — нравственных характеристик. Причём, это единство не дано изначально в готовом виде. Оно формируются, развиваются и укрепляются в процессе развития и воспитания.

По определению Всемирной организации здравоохранения, «Здоровье — это состояние полного *физического, психического и социального благополучия,* а не просто отсутствие болезни и физических дефектов». *Здоровье физическое* — это совершенство саморегуляции в организме, гармония физиологических процессов, максимальная адаптация к окружающей среде. *Здоровье психическое*— это высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к созидательной деятельности. *Здоровье социальное*— это моральное самообладание, адекватная оценка своего «Я», самоопределение личности в социальных условиях микро- и макросреды.

В педагогической деятельности необходимо учитывать все три составляющих понятия «здоровье» с учётом возрастных особенностей воспитуемых. Исходя из определения здоровья, можно сделать вывод, что личностный уровень здоровья строится в соответствии с основными целями и ценностями жизни и определяется индивидуальным стилем жизни, т.е. здоровым образом жизни. В свою очередь, *здоровый образ жизни включает в себя такие компоненты, как* физическая активность, рациональное питание, личная гигиена, здоровый психологический климат в семье, отсутствие вредных привычек, внимательное отношение к своему здоровью, положительные эмоции.

Следовательно, здоровье во многом зависит от жизненной позиции и усилий человека, способного активно регулировать собственное состояние с учетом индивидуальных особенностей своего организма. Для этого необходимы мотивация на сохранение и укрепление здоровья, культура

знаний об организме и владение способами и методами совершенствования своего здоровья.

Поэтому главной задачей в улучшении здоровья населения является формирование здорового образа жизни и нового отношения человека к своему здоровью. Быть здоровым должно стать внутренней потребностью каждого человека. Наличие и реализация Программы спортивного и здоровьесберегающего воспитания студентов Казанского кооперативного Филиала имеет социально-педагогическую направленность и призвано помочь каждому студенту справиться с ранее сложившимися ошибочными стереотипами поведения по отношению к своему здоровью и овладеть навыками, направленными на сбережение своего здоровья.

Педагог может сделать для здоровья студента не меньше, чем врач. Для этого каждый преподаватель, куратор должен обучаться психолого-педагогическим и здоровьеформируемым технологиям, позволяющих ему самому работать так, чтобы быть примером здорового стиля жизни, вносить гармонию в отношения и создавать благоприятный микроклимат в процессе учебно-воспитательной деятельности.

3. Цели и задачи Программы

Цели:

- организация комплексной работы по сохранению, компенсации и укреплению здоровья студентов Филиала, формирование здоровой среды через создание единой образовательной, воспитательной и здоровье формирующей системы охраны здоровья студентов;
- формирование полноценной самореализующейся личности и подготовка ее физически, психофизически и духовно к предстоящей самостоятельной жизни в постоянно изменяющихся условиях социальной и природной среды.

Задачи:

- формирование у студентов системы ценностей, связанной с собственным здоровьем и здоровьем окружающих, освоение необходимых знаний в этой области, формирование соответствующих умений и навыков;
- укрепление здоровья студенческой молодежи, привитие потребностей к регулярным занятиям физической культурой и спортом, приобщение к здоровому образу жизни;
- организация мониторинга состояния здоровья студентов;
- содействие формированию устойчивой мотивации здорового образа жизни у студентов, родителей, педагогов;

- создание условий для профессиональной ориентации занятий физической культурой, организации досуга и отдыха студентов;

- развитие здоровьесберегающей инфраструктуры Филиала;

- оптимизация учебного процесса за счет использования эффективных здоровьесберегающих методов и технологий обучения;

- профилактика различных видов зависимостей (интернет, алкогольная, табачная, наркотическая и иные);

- профилактика ВИЧ - инфекций (СПИДа);

- профилактика асоциального поведения студентов;

- сотрудничество с социальными, общественными, медицинскими, образовательными, спортивными организациями;

4. Основополагающие принципы и направления реализации Программы

К основополагающим принципам относятся:

- комплексность: согласованное взаимодействие всех субъектов программы;

- дифференцированность: учет возрастных особенностей и специфики работы с подростками «группы риска»;

- аксиологичность: формирование у студентов мировоззренческих представлений об общечеловеческих ценностях, здоровом образе жизни, что является одним из основных моральных барьеров на пути формирования асоциальных форм поведения;

- многоаспектиость: сочетание различных направлений социального,психологического, образовательного) целевой профилактической работы;

- последовательность: разделение целей и задач на общие стратегические и частные (этапные);

- легитимность: наличие необходимой правовой базы антинаркотической профилактической деятельности.

Основные направления:

1. Организация работы по формированию потребности в ЗОЖ;
2. Организация спортивно-массовой работы;
3. Организация мониторинга состояния здоровья, досуга студентов, условий их жизни и выявление групп повышенного риска.

5. Основные мероприятия Программы

№ п\п	Мероприятия	Срок реализации	Исполнители
1	Организация работы по формированию потребности в ЗОЖ, профилактике асоциального поведения		
1.1	Организация работы медико-психологической службы	В течение всего периода	Начальник отдела молодежной политики, ОМП
1.2	Организация работы по профилактике суицидального поведения	В течение всего периода	Специалисты центра «Доверие»
1.3	Организация работы по профилактике зависимостей, ВИЧ — инфекций (СПИДа)	В течение всего периода	Начальник отдела молодежной политики, специалисты центра «Доверие», «Спид-центра»
1.4	Организация работы по формированию у студентов потребности в ЗОЖ	В течение всего периода	Начальник отдела молодежной политики, преподаватели БЖД, физкультуры
1.5	Организация профилактической работы с родителями	В течение всего периода	Начальник отдела молодежной политики, ОМП
1.6	Организация методических семинаров для кураторов и преподавателей по вопросам использования в работе здоровье сберегающих и здоровье формирующих технологий	ежегодно	Начальник отдела молодежной политики, специалисты цента «Доверие», ОМП
1.7	Организация и проведение в группах коммуникативных тренингов, тренингов личностного роста, тренингов на преодоление	В течение всего периода	Начальник отдела молодежной

	конфликтных ситуаций и снятие стресса		политики, ОМП специалисты центра
1.8	Проведение акций, круглых столов, видео-тренингов, видео-лекций, интерактивных встреч, дебатов по вопросам ЗОЖ, проблеме распространения ВИЧ - инфекций (СПИДа), профилактике зависимостей;	В течение всего периода	ОМП, кураторы, Совет студенческого самоуправления, специалисты
1.9	Организация и посещение мероприятий, способствующих духовно-нравственному воспитанию студентов	В течение всего периода	Начальник отдела молодежной политики, кураторы
1.10	Разработка пособия, памяток, буклетов по ЗОЖ для студентов и кураторов	В течение всего периода	ОМП, фельдшер, преподаватели физкультуры, специалисты центра
1.11	Распространение методических материалов (буклеты, памятки, брошюры) среди преподавателей и студентов	Январь-май 2019 года, ежегодно	ОМП
1.12	Размещение в образовательном пространстве Филиала наглядной агитации по формированию ЗОЖ		Начальник отдела молодежной политики
2	Организация спортивно-массовой работы		
2.1	Определение перечня обязательных спортивно массовых и оздоровительных мероприятий	Сентябрь, ежегодно	Начальник отдела молодежной политики, преподаватели физической
2.2	Организация волонтерского движения в студенческой среде	В течение всего периода	ОМП
2.3	Организация работы спортивных секций: волейбол, баскетбол, восточные единоборства, бадминтон и настольный теннис	В течение всего периода	Начальник отдела молодежной политики, преподаватели физической

			культуры
2.4	Создание базы данных по занятию студентов разными видами спорта	Сентябрь, ежегодно	Преподаватели физической культуры
2.5	Организация и проведение спортивных соревнований по различным видам спорта	В течение всего периода	Преподаватели физической культуры
2.6	Организация и проведение Дней Здоровья	Ежегодно, апрель-май	Преподаватели физической культуры
2.7	Организация сдачи ГТО студентами и преподавателями	ежегодно	Преподаватели физической культуры
2.8	Организация участия преподавателей, студентов и их родителей в Кроссе Наций, Лыжне России, велопробегах	ежегодно	Преподаватели физической культуры
2.9	Взаимодействие с социально-психологическими, общественными, медицинскими, образовательными, спортивными организациями; по проведению совместных мероприятий	В течение всего периода	Начальник отдела молодежной политики, преподаватели физической культуры
2.10	Организация и проведение индивидуальной оздоровительной работы со студентами, имеющими ограничения по здоровью	В течение всего периода	Преподаватели физической культуры
2.11	Разработка индивидуальных оздоровительных комплексов (для студентов с различными заболеваниями) для самостоятельных занятий дома	В течение всего периода	Преподаватели физической культуры
2.12	Привлечение студентов к активной оздоровительной работе	В течение всего периода	Преподаватели физической культуры
3	Организация мониторинга состояния здоровья, досуга студентов, условий их жизни и выявление групп		
3.1	Организация проведения плановых медицинских осмотров	В течение всего периода в соответствии с графиком	Начальник отдела молодежной политики
3.2	Проведение анкетирования на предмет отношения студентов к ЗОЖ	В течение всего	ОМП, преподаватели

		периода	-методисты
3.3	Психологическое тестирование и консультирование	В течение всего периода	ОМП, специалисты центра «Доверие»
3.4	Создание фонда оценочных средств для определения состояния психологического благополучия студентов (анкеты, опросники, тесты)	Декабрь 2018 года	Начальник отдела молодежной политики совместно со специалистами центра
3.5	Представление отчетов по мониторингу состояния здоровья студентов и их приобщению к ЗОЖ на методическом Совете кураторов	январь, июнь, ежегодно	Начальник отдела молодежной политики Начальник отдела молодежной политики Начальник отдела молодежной политики

6. Координация и контроль за ходом реализации Программы

Оценка качества и уровня спортивного и здоровьесберегающего воспитания объективно является комплексной задачей, что обуславливает необходимость привлечения к мониторингу разных специалистов: Начальника отдела молодёжной политики, Отдела молодежной политики, кураторов групп, актива студенческого Совета Филиала, преподавателей Филиала.

В планы работы педагогического совета, методического объединения кураторов в обязательном порядке вносятся вопрос оценки и прогноза состояния спортивного и здоровье сберегающего воспитания студентов, а также обобщение опыта работы в данном направлении.

Администрация Филиала координирует взаимодействие всех структурных подразделений, участвующих в организации спортивного и здоровье сберегающего воспитания студентов.

Координатором программы является начальник отдела молодёжной политики.

7. Основные критерии эффективности реализации Программы

Предполагается, что реализация программы позволит:

- сформировать потребность в здоровом образе жизни;
- увеличить количество студентов, занимающихся в спортивных секциях и ведущих здоровый образ жизни;
- сформировать у студентов навыки конструктивного решения жизненных проблем;
- уменьшить факторы риска злоупотребления психоактивными веществами;
- уменьшить факторы распространения ВИЧ - инфекций (СПИДа) среди студенческой молодежи;