

Министерство сельского хозяйства Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
Саратовский государственный аграрный университет
имени Н. И. Вавилова

УТВЕРЖДАЮ
Ректор  Н.И. Кузнецов
«28» июня 2017 г.



ПРОГРАММА

по пропаганде и обучению навыкам здорового образа жизни,
требованиям охраны труда обучающихся Саратовского государственного
аграрного университета им. Н.И. Вавилова
(в новой редакции)

Принята ученым советом
университета
протокол № 6 от 28.06.17 г.

ПРОГРАММА

по пропаганде и обучению навыкам здорового образа жизни,
требованиям охраны труда обучающихся Саратовского государственного
аграрного университета им. Н.И. Вавилова

1 Социально-экономическое обоснование Программы

Приоритетным направлением модернизации высшего образования является решение важной государственной задачи - подготовки компетентного выпускника. В связи с этим повышается роль образовательной организации как социального института, когда помимо специальных задач, решается и задача сохранения здоровья обучающихся и сотрудников, а также воспитания здоровой личности с такими сформированными качествами, как социальная активность, ориентация на здоровый образ жизни, эстетические и этические нормы. 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 обучающихся Саратовского ГАУ им. Н.И. Вавилова состоит в приобщении обучающихся к ценностям здорового образа жизни, внедрение в жизнедеятельность обучающихся здоровьесберегающих практик и активной оздоровительной, профилактической работы. Пропаганда

здорового образа жизни - одно из стратегических направлений гигиенического обучения и воспитания обучающихся. 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 и обострений хронических заболеваний). В здоровый образ жизни включают 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, семья;
- отношение к людям с ограниченными возможностями здоровья;
- гигиена организма: соблюдение правил личной и общественной гигиены, владение навыками первой помощи;
- закаливание.

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 деятельностью обучающихся 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.

Администрация университета способствует созданию необходимой оздоровительно-воспитательной среды, обеспечивающей обучающихся возможностями реализовать потребность вести здоровый образ жизни с учетом их способностей и интересов, обучения знаниям, умениям; развивать навыки и опыт 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 филиала выступают:

- развитие различных видов и форм предлагаемой спортивной деятельности; культивирование моды на спорт и здоровый образ жизни администрацией филиала, профессорско-преподавательским составом;
- интеграция усилий преподавателей физического воспитания, обеспечение субъектной позиции обучающегося как равноправного, компетентного и ответственного участника, вносящего свой вклад в развитие в популяризацию здорового образа жизни, независимо от индивидуальных физических способностей и спортивных достижений.

3 Цель, задачи и принципы Программы

Главной целью Программы 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 по вопросам сохранения и укрепления здоровья посредством действующей информационно-пропагандисткой и образовательной системы, привлечению к активному оздоровительному отдыху.

Приоритетными принципами программы являются:

- осуществление воспитания обучающихся в контексте целей и задач высшего образования;

- общедоступность: программа рассчитана на обучающихся 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 Саратовского ГАУ им. Н.И. Вавилова в процессе физического воспитания обеспечивают приобретение обучающимися опыта здоровьесберегающих профессиональных связей и отношений.

Для формирования здорового образа жизни обучающихся требуется:

1. Осуществление комплексного подхода к формированию здорового образа жизни обучающихся в учебном процессе.
2. Проведение мониторинга уровня сформированности здорового образа жизни обучающихся.
3. Обеспечение оздоровительного эффекта у обучающихся в воспитательно-образовательном процессе по физическому воспитанию при условии координации, дифференциации, индивидуализации физического воспитания обучающихся.
4. Первоочередное оказание содействия в сохранении и укреплении здоровья социально-незащищенным обучающимся:
 - 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 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 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 к здоровому образу жизни.

6 Основные методы реализации Программы

Повышение эффективности информационных и образовательных средств 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 и преподавателей;

- обеспечение регулярности, систематичности, непрерывности пропагандистского процесса, соблюдение преемственности

пропагандистского воздействия, сочетание различных форм пропагандистской, воспитательной деятельности с физкультурно - спортивной работой в образовательной организации, на базах и в зонах отдыха, в местах массового отдыха и др;

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

- обучение методам и формам пропаганды физической культуры и спорта среди различных категорий и групп населения.

7 Основные направления реализации Программы

Решение проблем по воспитанию обучающихся, формированию здорового образа жизни, привитию социальных навыков в рамках деятельности филиала предполагает использование в контексте проводимой воспитательной работы комплексные спортивно - оздоровительные и культурно-массовые мероприятия, духовно-нравственное воспитание, мероприятия по формированию здорового образа жизни и отказу от вредных привычек, мероприятия по пропаганде здорового образа жизни среди обучающихся, поддержке молодежных инициатив по формированию и пропаганде здорового образа жизни среди обучающихся и сотрудников, а также новых подходов к формированию здорового образа жизни.

Основные мероприятия Программы:

- Разработка и внедрение 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, овладению навыками первой помощи.

- Организация и проведение акций, способствующих оздоровлению обучающихся.

- Проведение среди обучающихся Саратовского ГАУ им. Н.И. Вавилова спортивных турниров и соревнований.

- 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, педагогики, психологии и других заинтересованных лиц, 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 тетради, стендов, брошюр) и др.

- Организация ежегодного вручения дипломов, благодарственных писем и памятных подарков студентам, 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 ценности здоровья, сформированность и/или повышение культуры здоровья.

2. Повышение компетентности участников образовательного процесса в здоровьесбережении и здоровьеформировании.

3. Стимулирование повышения внимания обучающихся 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
1 Разработка и внедрение интерактивных методов профилактики социально - негативных явлений на основе компьютерных технологий			
1	Разработка и внедрение комплекса образовательно-просветительских мероприятий по профилактике наркомании, алкоголизма, табакокурения и противодействия незаконному обороту наркотических средств и психотропных веществ среди обучающихся.	Ежегодно	Зам. Деканы по ВиСР
2	Организация взаимодействия обучающихся Саратовского ГАУ им. Н.И. Вавилова с организациями культуры, здравоохранения, гражданской обороны, правоохранительными органами по формированию безопасного образа жизни, по профилактике вредных привычек, проведению массовых мероприятий здоровьесберегающей направленности.	Ежегодно	Проректор по ВиСР
3	Комплектование библиотечного фонда публицистической, научно-методической литературой, периодическими изданиями по вопросам ведения здорового образа жизни, здоровьесбережения.	Ежегодно	Библиотекарь
4	Постоянное обновление информации, посвященной проблемам сохранения здоровья, профилактике вредных привычек, культуры питания на	Ежемесячно	Зам. Деканы по ВиСР

№ п/п	Мероприятия	Срок	Ответственный
	информационных стендах и официальном сайте Саратовского ГАУ им. Н.И. Вавилова		
2. Организация просветительской работы по формированию и пропаганде здорового образа жизни			
1	Организация и проведение цикла лекций по культуре питания, здоровому образу жизни с привлечением наркологов, психологов, венерологов, гинекологов	Ежегодно	Зам. Деканы по ВиСР
2	Организация рекламы здорового образа жизни, популяризация различных видов спорта: листовки, брошюры.	Ежегодно	Зам. Деканы по ВиСР
3	Выездные консультации специалистов КМСМПЦ, городского наркологического диспансера (психиатр – нарколог, специалист по планированию семьи, венеролог и др.)	Ежегодно	Зам. Деканы по ВиСР
4	Организация информационных встреч с представителями органов правопорядка и наркоконтроля	Ежегодно	Зам. Деканы по ВиСР
3. Профилактика социально-негативных явлений			
1	Контроль за исполнением обучающимися закона РФ «Об ограничении курения табака» (№ 87-ФЗ, от 10.07. 2001 г.), приказов Ректора Саратовского ГАУ им.Н.И. Вавилова о запрете курения.	Ежегодно	Проректор по ВиСР
2	Составление план-графика проведения тематических лекций, семинаров, тренингов по профилактике социально-негативных явлений в молодежной среде.	Ежегодно	Зам. Деканы по ВиСР
3	Выявление отношения к здоровому образу жизни и реализация корректирующих программ	Ежегодно	Зам. Деканы по ВиСР
4	Проведение акций по негативному влиянию окружающих предметов на здоровье человека	Ежегодно	Зам. Деканы по ВиСР
5	Внедрение нового вида профилактических технологий: психологические тренинги, релаксационные мероприятия, направленные на улучшение и	Ежегодно	Зам. Деканы по ВиСР

№ п/п	Мероприятия	Срок	Ответственный
	сохранение здоровья студентов.		
6	Поощрение преподавателей, обучающихся, пропагандирующих здоровый образ жизни, соблюдение правил личной и общественной гигиены, отказ от вредных привычек, ценности спортивной деятельности, спортивные достижения обучающихся и преподавателей, а также активный оздоровительный отдых.	Ежегодно	Ректор Саратовского ГАУ им. Н.И. Вавилова
4 Мероприятия по организации активного отдыха студентов, охране труда и профилактике здорового образа жизни			
1	Проведение общефилиальных акций по профилактике социально-негативных явлений, выставок плакатов, посвященным дням здоровья, в том числе: - 3 октября – Акция «Всемирный день трезвости»; - 10 октября - Акция «День психического здоровья»; - 17 ноября - «МЫ НЕ курим!», посвященная Международному дню отказа от курения; - 1 декабря - Всемирный день борьбы со СПИДом; - 7 апреля - Акция «Мы выбираем здоровье!», приуроченная к Всемирному дню здоровья; - 31 мая - Всемирный день борьбы с табакокурением.	Ежегодно	Деканы факультетов
2	Осенняя спартакиада	Ежегодно	Кафедра физической культуры
3	Занятия в тренажерном зале	В течение года физической культуре	Кафедра физической культуры
4	Проведение спортивно-массовых мероприятий	В течение года	Кафедра физической культуры
5	Проведение соревнований по различным видам спорта	В течение года	Кафедра Физической культуры