 СОВРЕМЕННЫЙ ЦИФРОВОЙ КОЛЛЕДЖ	Автономная некоммерческая профессиональная образовательная организация	
Программа	«СОВРЕМЕННЫЙ ЦИФРОВОЙ КОЛЛЕДЖ ПРИ ЗАПАДНО - УРАЛЬСКОМ ИНСТИТУТЕ ЭКОНОМИКИ И ПРАВА» (АНПО «СЦК при ЗУИЭП») г. Пермь	
СЦК-П-065-23	Программа по здоровьесбережению	Версия 01



ПРОГРАММА
«ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ СРЕДА КОЛЛЕДЖА НА 2023-2026 год»
«ЗДОРОВЬЕ В СЦК, ЗДОРОВЬЕ – НАВСЕГДА!»

Пермь – 2023

Актуальность программы

Проблема сохранения здоровья обучающихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. Следует обеспечить обучающихся возможностью сохранения здоровья за период обучения в образовательной организации, 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 подростка 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 обучающихся является актуальной проблемой и предметом первоочередной важности. Здоровый образ жизни обучающихся 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 и педагогов, 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 ухудшилось в несколько раз.

Проблема здоровья учащихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение. Поэтому в качестве основы нашей программы «Здоровьесберегающая среда в АНПОО «Современном цифровом колледже при Западно - Уральском институте экономики и права» (далее-Колледж) на 2023-2026 годы» мы определили заботу о сохранении здоровья обучающихся и педагогов. Охрана здоровья педагога является важным фактором укрепления здоровья обучающихся. Педагог обязан ответственно относиться к своему здоровью, быть примером для обучающихся, вести здоровый образ жизни.

Программа «Здоровьесберегающая среда Колледжа на 2023-2026 годы» является комплексной, в ней особое внимание уделено медико-биологическим, психологическим, экологическим и социальным аспектам физического и нравственного здоровья обучающихся. Путем реализации программы раскрываются возможности образовательной организации в осуществлении здоровьесберегающей деятельности, в пропаганде здорового образа жизни, в формировании культуры здоровья обучающихся.

Принципы реализации программы

Принцип не нанесения вреда - одинаково первостепенен и для педагогов, и для родителей.

Принцип приоритета действенной заботы о здоровье обучающихся и педагогов- предполагает, что все происходящее в образовательной организации, от разработки планов, программ до проверки их выполнения, включая проведение занятий, перемен, организацию внеурочной деятельности обучающихся, подготовку педагогических кадров, работу с родителями и т.д., должно оцениваться с позиции влияния на психофизиологическое состояние и здоровье обучающихся и педагогов.

Принцип непрерывности и преемственности - определяет необходимость проводить здоровьесберегающую работу в Колледже каждый день и на каждом занятии.

Принцип триединого представления о здоровье - обуславливает необходимость подходить к категории здоровья в соответствии с определением Всемирной организации здравоохранения, т.е. как к единству физического, психического и духовно-нравственного здоровья.

Принцип соответствия содержания и организации обучения возрастным особенностям обучающихся. Речь идет об уровне и содержании программ, терминологии, решаемых задачах, формах и методах преподавания и т.д. Приоритет позитивных воздействий (подкреплений) над негативными (запретами, порицаниями) - один из важнейших общепедагогических постулатов и одно из важнейших условий здоровьесберегающей педагогики. Приоритет активных методов обучения влияет на процесс здоровьесбережения тем, что достигается снижение риска появления у обучаемых переутомления в результате эксплуатации резервов механической памяти в сочетании с гиподинамией и хроническим дистрессом; кроме того, происходит более гармоничное развитие личности в условиях активного включения в процесс социального взаимодействия.

Принцип формирования ответственности обучающихся за своё здоровье - как частный случай ответственности за свое поведение, свою жизнь. Формирование этого важнейшего качества у личности, ее ориентации на здоровый образ жизни.

Принцип результативности - основанный на получении обратной связи, должен быть реализован в работе как всех участников (проведение диагностики, мониторинга здоровья), так и каждого педагога, в его индивидуальной педагогической технологии.

Ожидаемые результаты

В качестве важнейших критериев результативности работы мы рассматриваем:

- поднятие значимости занятий спортом, увеличение количества обучающихся, занимающихся в спортивных секциях;

- вовлечение большего числа родителей в совместную с Колледжем деятельность, по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни и адаптации у обучающихся;

- создание условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся; - повышение уровня гигиенических знаний;

- формирование мотивации, практических навыков и умений;

- улучшение показателей здоровья.

Модель выпускника:

- Физически, нравственно, духовно здоровая личность.
- Осознание необходимости здорового образа жизни и безопасности жизнедеятельности как условий благополучного существования человека.
- Правильная организация своей жизнедеятельности.
- Стойкий интерес к познавательной и двигательной деятельности.
- Устойчивый интерес к регулярным занятиям физическими упражнениями.
- Потребность в самостоятельной двигательной активности.
- Самоконтроль, личностное саморазвитие.
- Творческая продуктивность.

Механизм реализации программы.

Этапы реализации программы.

1 этап	2 этап	3 этап
Подготовительный 2023г.	Практический 2024-2026г.	Аналитико-обобщающий 2026г.
-Анализ здоровьесберегающей деятельности в Колледже -Выявление проблем, поиск форм, методов и способов здоровьесбережения. -Определение приоритетных направлений построения оздоровительной деятельности. -Программирование деятельности – разработка - Программы по здоровьесбережению обучающихся «Здоровье в СЦК, здоровье – навсегда!»	-Реализация основного содержания программы по здоровьесбережению обучающихся. -Совершенствование здоровьесберегающего процесса в Колледже - Сбор промежуточных результатов мониторинга здоровьесберегающего процесса. -Коррекция содержания программы по здоровьесбережению обучающихся.	-Подведение итогов, анализ и рефлексия процесса и результатов организации здоровьесберегающей работы в Колледже по данной программе за 3 года. -Мониторинг достижений - Соотношение результатов реализации программы с поставленной целью и задачами. -Определение перспектив, направлений дальнейшей организации здоровьесберегающей деятельности в Колледже.

Программа «Здоровьесберегающая среда колледжа на 2023-2026 годы» предусматривает следующие приоритетные направления:

1. Создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья, обучающихся в Колледже. Основные задачи направления:

- организация здоровьесберегающей деятельности, совершенствование системы физического воспитания с учетом индивидуального подхода к обучающимся;
- разработка комплекса мероприятий по воспитанию культуры здоровья обучающихся;
- формирование у обучающихся мотивации на сохранение и укрепление здоровья, потребности быть здоровым;
- построение образовательного процесса с учетом психофизиологических особенностей обучающихся;
- 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 обучающихся;
- 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.

Функции администрации колледжа:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- организация преподавания вопросов валеологии на уроках биологии и ОБЖ;
- организация и контроль уроков физической культуры;
- разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья обучающихся и ее контроль;
- организация работы кураторов учебных групп по программе «Здоровьесберегающая среда колледжа на 2023-2026 годы» и ее контроль;
- организация работы подключения психолога в Колледже.

Участники программы:

- Обучающиеся 1-3 курсов.
- Педагогический коллектив.
- Родители.
- Социальные партнеры.

Календарный план реализации программы здоровьесбережения на 2023/2026 учебный год.

<u>Сентябрь</u>		
№	Мероприятие	Сроки
1.	Мониторинг состояния обучающихся	До конца месяца
2.	<u>Подготовка и проведение собрания для обучающихся и родителей по теме "Здоровьесберегающие технологии в процессе обучения и «Адаптация первокурсников</u>	В течении месяца

<u>Октябрь</u>		
3.	Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.	До конца месяца
4.	Электронная выставка «Спорт в комиксах и манге». Для всех курсов.	До 12 октября
5.	Проведение анкетирования по определению адаптации, обучающихся в группе и в колледже, в целом	До конца месяца
6.	Проведение воспитательных часов и мероприятий по теме "Курение — вред".	До конца месяца
<u>Ноябрь</u>		
7.	Проведение лекций, бесед, воспитательных часов здорового образа жизни	До конца месяца
8.	Акция «Мы вместе»	До 4 ноября
	Соревнования в зачет Спартакиады ПК среди ПОО по шахматам, настольному теннису, дартсу, гиревому спорту. Для всех курсов.	До конца месяца
9.	Спортивная перемена «Жить здорово»	До конца месяца
<u>Декабрь</u>		
10.	Проведение лекций, бесед, воспитательных часов, посвященных здоровому питанию	До конца месяца
11.	Проведение воспитательных часов, мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.	1 декабря
12.	Зональный турнир по волейболу (девушки, юноши) в зачет Спартакиады ПК среди ПОО. Для всех курсов.	До конца месяца
<u>Январь</u>		
13.	Акция «ЗОЖ»	До конца месяца
14.	Проведение лекций, бесед, воспитательных часов, посвященных здоровому питанию	До конца месяца
15.	Соревнования в зачет Спартакиады ПК среди ПОО по лыжным гонкам. Для всех курсов.	2 декада января
<u>Февраль</u>		
16.	Всероссийская акция «Лыжня России»	По графику
17.	Проведение лекций, бесед, воспитательных часов здорового образа жизни	До конца месяца
18.	Занятие по теме: «Профилактическая работа по формированию ЗОЖ» для кураторов учебных групп	В течении месяца
19.	Акция "СЦК - против наркотиков", посвященная международному дню борьбы с наркоманией, наркобизнесом и наркомафией.	28 февраля
<u>Март</u>		

20.	Проведение лекций, бесед, воспитательных часов, посвященных различным видам спорта.	В течении месяца
21.	Проведение воспитательных часов, мероприятий, посвященных спорту	В течении месяца
<u>Апрель</u>		
22.	Спортивная перемена «Жить здорово»	В течении месяца
23.	Соревнования в зачет Спартакиады ПК среди ПОО по многоборью ГТО. Для всех курсов	1-4 декада апреля
24.	Соревнования в зачет Спартакиады ПК среди ПОО по легкой атлетике. Для всех курсов.	1-4 декада апреля
25.	Соревнования в зачет Спартакиады ПК среди ПОО по плаванию. Для всех курсов.	1-4 декада апреля
26.	Посты в группе ВК «Полезности ЗОЖ»	В течении месяца
<u>Май</u>		
27.	Краевая легкоатлетическая эстафета на приз газеты «Звезда». Для всех курсов	1 декада мая
28.	Проведение лекций, бесед, воспитательных часов, посвященных профилактике курения.	В течении месяца
29.	Информация в группе Вк «10 ФАКТОВ, которые ваши друзья могут не узнать о наркотиках» и «Телефоны «ГОРЯЧИХ ЛИНИЙ» для обращения граждан по вопросам нарушения законодательства в сфере оборота наркотиков	В течении месяца
<u>Июнь</u>		
30.	Проведение лекций, бесед, воспитательных часов, посвященных профилактике алкоголизма.	В течении месяца
31.	Информация в группе Вк «10 ФАКТОВ, которые ваши друзья могут не узнать о алкоголизме» и «Телефоны «ГОРЯЧИХ ЛИНИЙ»	В течении месяца

Контроль и оценка ожидаемых результатов

Ожидаемые результаты реализации программы «Здоровьесберегающая среда колледжа на 2023-2026 годы»:

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. Мотивация педагогического коллектива на повышение своего профессионального уровня в овладении и использовании здоровьесберегающих технологий.

4. Снижение уровня заболеваемости среди обучающихся и педагогов.
5. Создание благоприятного морально-психологического климата в колледже, реализация принципов педагогики сотрудничества.

РАЗРАБОТАНО:

Заместитель Директора по УВР


/Дерябина А.О./

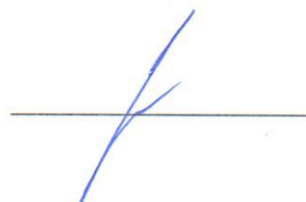
ПРИНЯТО:

Решением педагогического совета

Протокол № 2 от 26.10.2023г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор


/Лобанова И.И./

Председатель

студенческого совета:


/Ушакова Д.О./

Введено в действие Приказом № 17-ОД от 27.10.2023г.