

Программа

«Физическое воспитание и культура
здорового образа жизни»



УТВЕРЖДАЮ
Директор ГАПОУ
КамСК им. Е.Н. Батенчука

_____ Р.Л. Биктимиров
« _____ » _____ 2016г

Цель Программы - обеспечение необходимых информационно-методических, организационных, кадровых и других условий для воспитания физической культуры обучающихся и студентов и навыков здорового образа жизни.

Исполнители программы: руководитель ФВ, структурные подразделения колледжа, органы студенческого самоуправления.

Срок реализации программы: 2015- 2020 г.г.

Алкоголь, наркотики, стрессы, сложная экологическая обстановка, снижение уровня здоровья подростков и молодежи за последние годы – все эти факторы легли в основу Программы здорового образа жизни, разработанной педагогическим коллективом ГАПОУ «Камский строительный колледж имени Е.Н. Батенчука» совместно с Советом ученического самоуправления.

В процессе выполнения Программы здорового образа жизни прежде всего решаются проблемы социализации, нравственного оздоровления, коммуникации, эстетического развития молодых людей, приобщения к системе традиционных ценностей.

Программа разработана в соответствии с Конституцией РФ, Федеральным законом «Об образовании» и Уставом ГАПОУ «Камский строительный колледж имени Е.Н. Батенчука», другими документами в сфере молодежной политики и призвана обеспечить взаимодействие и координацию со всеми заинтересованными ведомствами, клубами. Важная роль отводится информационному обеспечению процесса формирования здорового образа жизни обучающихся и студентов.

Основная задача здоровьесберегающей педагогики – организация режима труда и отдыха, позволяющего сохранить высокий уровень работоспособности обучающихся и студентов, преподавателей.

Любое учебное занятие или воспитательное мероприятие внеучебной деятельности должны иметь оздоровительное действие; продолжительность занятия, двигательный режим, психологический тренинг, закаливание и другие факторы. При этом важную роль играют координация программ учебных дисциплин, рациональное, с соблюдением санитарных требований оборудование учебных кабинетов и рабочих мест обучающихся и студентов, создание условий для правильного питания и занятий физической культурой и спортом, оптимальный микроклимат.

В свете последних тенденций экономики, интенсификации рыночных отношений качественно новые требования предъявляются к развитию материально-технической базы для занятий спортом. При подготовке программы проанализировано состояние помещений для проведения учебных занятий и

внеучебной деятельности, проведена инвентаризация имеющегося спортивного оборудования, определены приоритетные направления: ремонт спортивного зала, установка шведских стенок и баскетбольных щитов, приобретение спортивного инвентаря.

В целях стимуляции спортивных занятий среди обучающихся и студентов в колледже проводятся спортивные соревнования, турниры, спартакиады. Коллектив физкультуры колледжа участвует в городских областных и региональных соревнованиях. Для обучающихся и студентов, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, внедряется программа физической реабилитации, основанная на индивидуальном подходе в зависимости от категорий заболеваний.

Нагрузки, стрессы, пассивный образ жизни не прибавляют здоровья нашим обучающимся и студентам. В связи с этим важная роль отводится проведению массовых спортивных мероприятий, спартакиад по курсам и отделениям, «Дней здоровья», физкультурных пауз и «минуток» во время учебных занятий.

В программе большая роль отводится воспитанию грамотного отношения к медико-профилактическим мерам как средству сохранения здоровья человека. При Совете самоуправления колледжа работает лекторская группа, члены которой выступают на кураторских часах с сообщениями о способах профилактики нарушений зрения, инфекционных и простудных заболеваний, значении физических упражнений в жизни человека, способах выхода из стрессовых ситуаций и т.д.

В колледже работают медпункт, где ведется ежедневный прием с оказанием первой медицинской помощи, и психологический кабинет, в котором врачи-специалисты проводят индивидуальную работу по профилактике наркомании, заболеваний, передающихся половым путем.

Студенты-волонтеры проводят акции в связи с «Днем отказа от курения» и «Всемирным днем борьбы со СПИДом».

Конечная цель Программы – крепкий человеческий организм, способный противостоять болезням, увеличение числа физически подготовленных к жизни, армии и т.д. молодых людей, снижение роста преступности, гармоничное развитие личности.

Ожидаемые результаты:

Реализация Программы воспитания здорового образа жизни в колледже позволит обеспечить:

- внедрение новых технологий в учебный процесс и внеучебную деятельность обучающихся и студентов;
- развитие и совершенствование материальной базы для занятий физической культурой и спортом;
- воспитание осознанного отношения обучающихся и студентов к медико-профилактическим мерам для сохранения нравственного и физического здоровья.

Механизм реализации программы

№ п/п	Основные направления работы	Сроки реализации	Исполнители
1. Пропаганда здорового образа жизни			
1.1.	Организация и проведение лекций, бесед, встреч со специалистом по плану работы лектория «Здоровье»	В течение года	Кураторы, мастера п/о, врач, специалисты
1.2.	Организация работы кабинета доверия в соответствии с планом	В течение года	психолог
1.3.	Развитие волонтерского движения среди обучающихся и студентов колледжа по программе «Равные равным»	В течение года	Зам. директора по воспитательной работе
1.4.	Организация и проведение конкурсов стенгазет, антиреклам, выпуск санбюллетеней по проблемам здорового образа жизни	1 раз в год	Кураторы, органы студенческого самоуправления
1.5	Организация анкетирования и тестирования с целью выявления отношение к вредным привычкам и т.д.	В течение года	Кураторы, мастера п/о, органы студенческого самоуправления, психолог
1.6.	Пропаганда художественной литературы организация выставок по здоровому образу жизни в читальном зале библиотеки	В течение года	Библиотекарь
1.7.	Организация просмотров художественных и документальных фильмов в кинотеатрах, просмотров видеофильмов, создание видеосюжетов по теме.	В течение года	Педагог-организатор, кураторы, мастера п/о
1.8.	Организация поиска информации через Интернет – центр (о вредных привычках, профилактике наркомании) и т.д.	В течение года	Кураторы, мастера п/о, обучающиеся и студенты

2. Физкультурно – оздоровительная и спортивная работа

2.1	Осенний кросс 1000 метров в группах 1-3 курсов отделения ПРС и ПССЗ	сентября	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания
2.2	«День здоровья» , по внедрению физкультурно-спортивного комплекса ГТО.	Сентября	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания
2.3	« Мой комплекс ГТО»	сентября	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания
2.4	«Кросс –Татарстана» в рамках Всероссийского дня бега «Кросс-Наций-2013»	сентябрь	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания
2.5	«Всемирный День туризма»	сентябрь	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания
2.6	«Камский веломарфон -2013»	сентябрь	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания, мастера п/о
2.7	Отборочный тур по мини-футболу среди студентов I курса	октября.	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания, мастера п/о
2.8	Отборочный тур внутри колледжа по АРМ спорту	октября.	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания, мастера п/о
2.9.	Отборочный тур по баскетболу среди студентов I курса	октября	Руководитель физ.воспитания
2.10	Мини-футбол ММОО «Городской студенческий совет»	ноябрь	Руководитель физ.воспитания, преподаватель

			физ.воспитания
2.11	Отборочный тур по волейболу	ноября	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания
2.12	Армрестлинг	декабрь	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания
2.13	Баскетбол среди ссузов города Набережные Челны , ММОО «Городской студенческий совет»	ноябрь	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания
2.14	Волейбол среди групп ПРС и ПССЗ	декабрь	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания
2.15	Турнир по мини-футболу на кубок «Бушидо»	ноябрь	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания
2.16	Волейбол среди ссузов города Набережные Челны	ноябрь	Руководитель физ.воспитания
2.17	«А ну –ка парни»	декабрь	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания
2.18.	Баскетбол среди ссузов РТ	ноябрь-декабрь	Руководитель физ.воспитания
2.19	Первенство колледжа по настольному теннису, ММОО «Городской студенческий совет»	декабря	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания
2.20	«Мини-футбол среди групп ПРС и ПССЗ	январь	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания
2.21	Бадминтон (в/к)	январь	Руководитель физ.воспитания.

2.22	Лыжные гонки	февраль	Руководитель физ.воспитания
2.23	«Зарница» среди ПРС и ПССЗ	февраль	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания
2.24	Первенство колледжа по мини-футболу среди групп ПРС и ПССЗ	февраль-март	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания
2.25	Баскетбол (в/к)	март-апрель	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания
2.26	Бадминтон ГСС	март	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания
2.27	Шахматы. ГСС	апрель	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания
2.28	Легкоатлетическая эстафета	апрель	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания
2.29	Плавание. ГСС	апрель	Руководитель физ.воспитания
2.30	Первенство РТ по «Мини-футболу»	апрель	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания
2.31	«Майская эстафета»	май	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания
2.32	«Туристический поход»	май	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания
2.33	«Сабантуй»	май	Руководитель физ.воспитания, преподаватель физ.воспитания

3. Профилактические мероприятия

3.1.	Организация и проведение спортивно-оздоровительной работы по плану Совета физкультуры	В течение года	Преподаватели физкультуры
3.2.	Организация занятия обучающихся и студентов спортом в учебное и внеучебное время	В течение года	Преподаватели физкультуры, руководители секций
3.3.	Организация и проведение спортивно-оздоровительных игр «Веселые старты», «А НУ-КА мальчишки»	Февраль, Апрель	Преподаватели физкультуры
3.4.	Организация медицинских осмотров с целью оценки состояния здоровья обучающихся и студентов	1 раз в год	Медицинский работник
3.5.	Организация консультативного приема с оказанием первой медицинской помощи	Ежедневно	Медицинский работник
3.6.	Организация и проведение профилактических прививок	В течение года	Медицинский работник
3.7.	Организация и проведение физкульт-пауз на учебных занятиях	Ежедневно	Преподаватели физкультуры, обучающиеся и студенты
3.8.	Организация и проведение патологических тренингов с обучающимися и студентами «Умей сказать «Нет»	В течение года	психолог
3.9.	Организация проведение бесед с обучающимися и студентами, проживающими в общежитии «Режим труда и отдыха», «Свободное время, студент», «Рациональный режим питания» и т.д.	В течение года	Воспитатель общежития
3.10.	Организация оздоровительной работы с обучающимися и студентами «Группы риска» и с ослабленным здоровьем	В течение года	Воспитатель общежития

3.11.	Организация и проведение утренней физзарядки в общежитии	В течение года	Воспитатель общежития
4. Информационное методическое обеспечение программы			
4.1.	Формирование УМК по модульно-блочной системе, написание разработок по частным методикам спортивных игр и т.д.	В течение года	Преподаватели физкультуры, руководители секций
4.2.	Организовать комплексное просвещение по проблеме сохранения и укрепления здоровья обучающихся и студентов и сотрудников.	В течение года	Зам. директора по ВР.
4.4.	Создать учебно-методический комплекс по педагогическому сопровождению оздоровительной работы.	В течение года	Преподаватели физкультуры, руководители секций
4.5.	Разработать технологии обучения обучающихся и студентов здоровому образу жизни.	В течение года	Зам. директора по ВР.
4.6.	Организовать обучение педагогического коллектива по вопросам оздоровительной работы.	В течение года	Зам. директора по ВР.
5. Развитие и совершенствование материальной базы			
5.1.	Анализ состояния помещения для занятий спортом	сентябрь	Зам. директора по ВР.
5.2.	Приобретение спортивного инвентаря в соответствии с заявками	ежегодно	Руководитель физ. воспитания

Руководитель ФВ _____ Старцева М.В.