



Частное образовательное учреждение  
профессионального образования  
«СРЕДНЕРУССКИЙ КОЛЛЕДЖ УПРАВЛЕНИЯ И БИЗНЕСА»

Утверждаю  
Директор ЧОУПО «СКУБ»  
М.М. Зрыкина  
2018 г.



---

**Комплексная программа по физическому  
воспитанию и формированию здорового образа  
жизни  
на 2018-2021гг.**

Калуга, 2018г.

## **Сроки реализации программы**

Формирование здорового образа жизни предполагает систему комплексных мер: организация содержательного досуга учащейся молодежи, информирование обучающихся колледжа. Программа реализуется с сентября 2018 года по сентябрь 2021 года.

## **Основная цель программы**

Настоящей программы является создание модели по формированию здорового образа жизни, социальной и социально-психологической адаптации обучающихся, привлечение к занятию спортом, снижение роста потребления наркотических веществ, профилактике венерических заболеваний и ВИЧ - инфекции среди студенческой молодежи.

## **Основными задачами программы**

- создание воспитательной среды, направленной на творческое саморазвитие и самореализацию личности;
- комплексная работа среди обучающихся;
- проведение обучающих семинаров и тренингов для членов студенческого совета и старост учебных групп колледжа;
- создание базы данных по формированию ЗОЖ в учебном заведении.

## **Направление деятельности**

- привлечение широких масс обучающихся и родителей к ЗОЖ;
- профилактика наркомании в среде учащихся колледжа;
- обеспечение обучающимся психологической помощи;
- подготовка волонтеров из числа обучающихся;
- профилактика ВИЧ-инфекции среди обучающихся;
- привлечение широких масс обучающихся к занятию спортом;
- профилактика венерических заболеваний среди обучающихся колледжа.

## **Пояснительная записка**

Данные многочисленных социологических исследований свидетельствуют о негативных тенденциях в отношении подрастающего поколения. Спортивные организации специализируются в основном на выращивании отдельных чемпионов в ущерб развитию массового спорта. Физкультура и спорт не только способ оздоровления нации, но и лучший путь к избавлению молодежи от вредных привычек. Сравнительный анализ показывает тенденцию прогрессирующего увлечения студентов курением, пьянством, наркоманией и сквернословием.

## **Факторы, мешающие студентам вести ЗОЖ**

Индивидуум:

- незначительные навыки в социальном плане;
- физические и психологические проблемы;
- чрезмерно зависимый подросток;
- слабое чувство самоуважения;
- поиск ощущений: готовность идти на физический и социальный риск ради того, чтобы испытать новые ощущения;
- раннее знакомство с наркотиками, алкоголем, табаком;
- родители, злоупотребляющие алкоголем;
- неприязнь к учебе;
- положительное восприятие поведения, связанного с употреблением наркотиков, алкоголя, табака.

Окружающая среда:

Семья:

- неполная семья;
- насилие и неприятие в семье;
- материальные проблемы;
- употребление родителями алкоголя, наркотиков, табака.

Общество:

- отсутствие финансовых возможностей для отдыха и развлечений;
- ровесники, употребляющие наркотики, алкоголь, табак;
- материальные проблемы;

### **Механизм реализации программы**

Комплексная программа по формированию ЗОЖ разрабатывается творческой группой, куда входят педагогические работники колледжа, врач наркологического диспансера, инспектор ПДН, УФСКН, представители органов студенческого самоуправления, родители.

В ходе реализации программы большое внимание уделяется информационному обеспечению обучающихся, работе по созданию среды, направленной на реализацию творческого потенциала обучающихся. Организуется сотрудничество с организациями, занимающимися данной проблемой, с комитетом по молодежной политике г. Калуги, городским наркодиспансером, инспекцией по делам несовершеннолетних, спортивно-оздоровительным центром «Дельфин» г. Калуги, ГБОУ ДО ОСДЮСШОР «Юность» г. Калуги.

Система работы по формированию ЗОЖ среди обучающихся рассматривается в колледже как комплекс мероприятий, направленных не только на информационное обеспечение обучающихся, консультирование и проведение тематических мероприятий, но и на развитие творческого потенциала студентов, создание в колледже условий для их творческой

реализации.

### Нормативно-правовое обоснование реализации программы

Программа разработана на основании:

1. Закона «Об образовании РФ».
2. Конвенции о правах ребенка.
3. Устава колледжа.
4. Федерального закона о наркотических средствах и психотропных веществах (Государственная Дума 10.12.1997г.)

### Ожидаемые результаты реализации программы

1. Нарботка опыта по организации и проведению работы по формированию ЗОЖ среди обучающихся колледжа и сотрудников колледжа.
2. Формирование среди участников данной программы осознанного положительного отношения к формированию ЗОЖ.
3. Организация волонтерских групп для проведения разъяснительной работы.
4. Налаживание сотрудничества с городскими организациями и медицинскими учреждениями, занимающимися формированием ЗОЖ.

### Рабочий план реализации программы

№ п/п	Мероприятия	Срок проведения	Ответственный
<b>1. Нормативно-правовое обеспечение программы</b>			
1.1.	Утверждение планов воспитательной работы	Август	Замдиректора по ВР
1.2.	Утверждение программы по профилактике наркомании, иных видов зависимости и ВИЧ-инфекции среди учащихся.	Август	Зам.директора по ВР
1.3.	Утверждение плана работы по спортивно-массовым мероприятиям.	Август	Преподаватель физкультуры
1.4.	Утверждение плана и графиков работы кружков, секций, клубов.	Август	Зам.директора по ВР
<b>2. Организационно-методическое обеспечение программы</b>			
2.1.	Апробирование программы по адаптации студентов 1 курса	В течение всего периода	Кураторы групп

2.2.	Проведение социологического исследования по изучению наркоситуации в колледже	Октябрь	Зам.директора по ВР
2.3.	Организация работы по профилактике ВИЧ-инфекции.	В течение всего периода	Зам.директора по ВР
<b>3. Информационно-аналитическое обеспечение программы.</b>			
3.1.	Распространение информации по вопросам формирования ЗОЖ.	В течение всего периода	Зам.директора по ВР
3.2.	Организация уголка в колледже «За здоровый образ жизни»	В течение всего периода	Органы студенческого самоуправления
3.3.	Выпуск стенгазет по вопросам здорового образа жизни.	В течение всего периода	Кураторы Органы студенческого самоуправления
3.4.	Приобретение методической литературы, тематических журналов по вопросам формирования ЗОЖ.	В течение всего периода	библиотекарь
3.5.	Мониторинг по формированию ЗОЖ на основе утвержденных форм статистической отчетности.	В течение всего периода	Зам.директора по ВР
<b>4. Содержательная часть.</b>			
4.1.	Участие в работе Комитета по молодежной политике администрации г.Калуги по профилактике наркомании, ВИЧ-инфекции.	В течение всего периода	Зам.директора по ВР
4.2.	Участие в работе методических секций города и области по вопросам формирования ЗОЖ.	В течение всего периода	Зам.директора по ВР
4.4.	Проведение анкетирования	В течение всего периода	Главный специалист УФСКН

4.5.	Организация мероприятий «Обучающиеся и наркомания, пути решения проблемы»	В течение всего периода	Зам.директора по ВР, кураторы учебных групп
4.7.	Разработка и реализация программы обучения волонтеров из числа обучающихся	В течение всего периода	Зам.директора по ВР
4.8.	Организация тематических собраний органов студенческого самоуправления	1 раз семестр	Зам.директора по ВР
4.9.	Проведение акции «против наркотиков».	В течение всего периода	Кураторы групп
4.10	Организация спортивно-массовой работы в рамках программы: <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведение спортивной недели первокурсника;</li> <li>- турнир по волейболу;</li> <li>- турнир по шашкам;</li> <li>- турнир по баскетболу;</li> <li>- турнир по мини-футболу;</li> <li>- турнир по плаванию;</li> <li>- проведение 2 раза в семестр «Дня здоровья»;</li> <li>- проведение Всероссийского Дня здоровья;</li> <li>- проведение дружеских встреч с учебными заведениями города,</li> <li>- участие в областной спартакиаде;</li> </ul>	В течение всего периода	Преподаватель физвоспитания
4.11	Организация досуга обучающихся: <ul style="list-style-type: none"> <li>- организация праздников;</li> <li>- организация работы секций и кружков;</li> <li>- организация и проведение конкурса на лучшую группу;</li> <li>- проведение предметных недель;</li> <li>- проведение конкурсов</li> </ul>	В течение всего периода	Зам.директора по ВР, кураторы

	профессионального мастерства; - организация деятельности молодежных клубов, студий; - проведение традиционных досуговых мероприятий.		
<b>5. Взаимодействие с общественными организациями</b>			
5.1.	Организация совместных мероприятий с общественными организациями города и области.	В течение всего периода	Зам.директора по ВР