



Частное образовательное учреждение высшего образования
«Таганрогский институт управления и экономики»

Программа по пропаганде и обучению навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда ЧОУ ВО «Таганрогский институт управления и экономики»



«УТВЕРЖДАЮ»

Ректор ТИУиЭ

/С.Ю. Аваков/

2020 г.

**ПРОГРАММА ПО ПРОПАГАНДЕ И ОБУЧЕНИЮ НАВЫКАМ ЗДОРОВОГО
ОБРАЗА ЖИЗНИ, ТРЕБОВАНИЯМ ОХРАНЫ ТРУДА ЧОУ ВО «ТАГАНРОГСКИЙ
ИНСТИТУТ УПРАВЛЕНИЯ И ЭКОНОМИКИ»**

Введено приказом ректора от 31.12.2020 г. № 188

«СОГЛАСОВАНО»

Специалист по охране труда

/К.А. Никитина/

« 31 » 12 2020 г.

«СОГЛАСОВАНО»

Председатель совета обучающихся ТИУиЭ

/А.С. Куропятникова/

« 31 » 12 2020 г.



**Частное образовательное учреждение высшего образования
«Таганрогский институт управления и экономики»**

Программа по пропаганде и обучению навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда ЧОУ ВО «Таганрогский институт управления и экономики»

1. Введение

Состояние здоровья молодежи является важнейшей составляющей здоровой нации, поэтому сохранение и развитие здоровья студентов и формирование у них здорового образа жизни, сегодня имеет приоритетное значение.

ЧОУ ВО «Таганрогский институт управления и экономики» (далее – Институт) способствует созданию необходимой оздоровительно-воспитательной практики, обеспечивающей личность студента адекватными его способностями и интересам возможностями реализовать потребность вести здоровый образ жизни. Развивать навыки и опыт ответственного отношения к здоровью как ценности. Среди важных условий формирования здорового образа жизни студенческой молодежи в рамках деятельности Института выступают культивирование моды на спорт и здоровый образ жизни руководством Института, профессорско-преподавательским составом, администрацией Института, интеграция усилий руководства Института, административных структур Института в работе спортивных клубов и секций; обеспечение субъективной позиции студента как равноправного, компетентного и ответственного участника, вносящего свой вклад в развитие и популяризацию здорового образа жизни, независимо от индивидуальных физических способностей и спортивных достижений.

Целью физического воспитания и образования в Институте является сохранение и укрепление здоровья молодежи, формирование у студентов сознательного, положительного и активного отношения к физической культуре, к здоровому образу жизни. Данная программа определяет цель, задачи, принципы и основные направления деятельности Института в области формирования здорового образа жизни студентов, организации и созданию условий для профилактики и оздоровления обучающихся. Кроме этого данная программа нацелена на совершенствование здоровьесберегающих условий обучения, труда, отдыха; профилактику и запрещение употребления алкогольных и слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих веществ, а также табакокурения.

2. Общие положения программы

Проблемы, обусловившие необходимость разработки программы по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни среди обучающихся и сотрудников Института:

1. Ухудшение экологической обстановки, ускоряющийся темп жизни – основные факторы, влияющие на здоровье студентов и сотрудников Института.
2. Возрастающая учебная нагрузка, стрессовые ситуации, сказывающиеся на здоровье студентов.
3. Наличие заболеваний с наследственной предрасположенностью у студентов, обучающихся в Институте.
4. Рост употребления алкогольных и слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих веществ.
5. Недостаточность знаний основ гигиены, правильного питания, о вреде и последствиях алкоголизма, табакокурения, наркомании.

Данные исследований, проведенных специалистами в области медицины за последние несколько лет, показывают, что у студентов наиболее часто выявляются болезни органов зрения, мочеполовой системы, нервной системы. Причинами заболеваний являются не только

	Частное образовательное учреждение высшего образования «Таганрогский институт управления и экономики»
	Программа по пропаганде и обучению навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда ЧОУ ВО «Таганрогский институт управления и экономики»

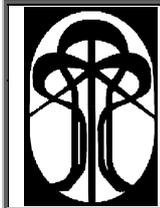
наследственная предрасположенность, но и отсутствие увлеченности физкультурой и спортом, специфика условий и характера деятельности (большая нагрузка на органы зрения), несоблюдение режима питания, отсутствие активного отдыха и др.

3. Цель программы

1. Определение и оптимизация путей и условий для улучшения здоровья участников образовательного процесса в Институте.
2. Развитие и внедрение здоровьесберегающих технологий в деятельность Института, пропаганда здорового образа жизни, формирование мотивации здорового образа жизни, обучение студентов знаниям, умениям и навыками здорового образа жизни, пропаганда в области охраны труда, профилактика и запрещение употребления алкогольных и слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, табакокурения, а также профилактика асоциального поведения. Все это позволит повысить качество подготовки специалистов.

4. Задачи программы

1. Усилить внимание в учебном процессе Института к вопросам здорового образа жизни обучающихся, профилактики заболеваний, а также профилактике и запрещению употребления алкогольных и слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих веществ.
2. Обеспечить развитие социальной работы, направленной на оздоровление студентов Института.
3. Развивать внеучебную работу по повышению мотивации к здоровому образу жизни и оздоровлению студентов Института, а также профилактике здорового образа жизни.
4. Формировать у обучающихся в Институте осознанную потребность в занятиях физическими упражнениями, приобщать их к занятиям физкультурой и спортом, к практическому участию в работе спортивных секций, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, а также в организации спортивных соревнований.
5. Повышение уровня информативности молодежи по вопросам сохранения и укрепления здоровья посредством действующей информационно-пропагандистской и образовательной системы Института, привлечению к активному отдыху, занятию физической культурой, туризмом и спортом.
6. Создание условий для охраны здоровья.
7. Ознакомление студентов с мероприятиями по улучшению состояния условий и охраны труда, пропаганда технических знаний в области охраны труда.
8. Разработка и проведение мероприятий по здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения с использованием современных информационных технологий.
9. Разработка и проведение профилактических и пропагандистских мероприятий, способствующих отказу от вредных привычек (курение, употребление алкогольных и слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих веществ) среди студентов Института и преподавателей.
10. Внедрение в систему внеучебной работы Института комплекса мероприятий, направленных на поддержку молодежных инициатив по формированию и пропаганде здорового



**Частное образовательное учреждение высшего образования
«Таганрогский институт управления и экономики»**

Программа по пропаганде и обучению навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда ЧОУ ВО «Таганрогский институт управления и экономики»

образа жизни обучающихся и преподавателей.

11. Формирование в сознании студентов понимания жизненной необходимости физкультурно-оздоровительных занятий.

12. Мониторинг здоровья.

13. Совершенствование здоровьесберегающих технологий обучения и воспитания.

Поставленные цели и задачи предполагают соблюдение следующих принципов:

– повышение физической активности обучающихся, повышение доступности физической культурой и спортом для обучающихся Института;

– снижение потребления алкоголя;

– снижение распространенности курения;

– профилактика употребления наркотиков и наркотических средств;

– обеспечение безопасных условий труда, снижение травматизма на рабочих местах;

– снижение дорожно-транспортного травматизма;

– непрерывность оздоровительных мероприятий на протяжении обучения в Институте;

– физическое воспитание в Институте входит не только в учебные дисциплины, но и является важнейшим базовым компонентом формирования культуры здоровья студенческой молодежи;

– приоритет оздоровительных и профилактических мер;

– своевременное реагирование на тенденции в состоянии здоровья молодых людей;

– доступность оздоровительных мероприятий для молодежи.

5. Структура программы

Разработанная и реализуемая в Институте Программа предусматривает:

1. Организационные мероприятия (мероприятия по практической реализации задач на период до 2025 года).

2. Мероприятия по практической реализации комплексной программы развития (совершенствование организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы; информационное, нормативно-правовое и кадровое обеспечение здоровьесформирующей деятельности; формирование у обучающихся, преподавателей, сотрудников Института мотивации к здоровому образу жизни; укрепление материально-технической базы физической культуры и спорта).

3. Организация комплексной психологической и психофизиологической диагностики показателей адаптации студентов.

4. Медико-биологические и психолого-педагогические аспекты здоровья и адаптации, которые включают подпрограмму для обучения преподавателей, сотрудников и обучающихся.

5. Социологические исследования по изучению и анализу здорового образа жизни.

6. Ожидаемые итоги реализации Программы.

6. Пути решения задач по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни

1. Создание в Институте организационно-педагогических, материально-технических, санитарно-гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья участников образовательного процесса;



**Частное образовательное учреждение высшего образования
«Таганрогский институт управления и экономики»**

Программа по пропаганде и обучению навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда ЧОУ ВО «Таганрогский институт управления и экономики»

2. Развитие содержательной и материальной базы оздоровления участников образовательного процесса средствами физической культуры;
3. Создание материально-технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению участников образовательного процесса к здоровому образу жизни, также профилактике и запрещению употребления алкогольных и слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих веществ;
4. Разработка и внедрение комплекса мер по соблюдению требований охраны труда, поддержанию здоровья студентов, сотрудников и профессорско-преподавательского персонала в Институте;
5. Внедрение в деятельность Института достижений педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения;
6. Профилактика девиантного поведения, алкоголизма и наркомании в студенческой среде;
7. Создание единого пространства для формирования и воспитания гармонично развитой личности, физического и психического комфорта в условиях Института.

7. Основные формы и методы реализации программы Института по формированию здорового образа жизни

1. Организационное построение спортивной клубной деятельности как добровольной, открытой, самоуправляемой, вариативной по своему содержанию, создающее оздоровительно-воспитательную среду, удовлетворяющую потребности студентов в физическом самосовершенствовании на основе неформального общения. Работа клубов и спортивных секций строится с учетом дифференцированного подхода, выделением значимой референтной группы как носителя правил и норм здорового образа жизни;
2. Проведение соревнований в рамках Института по основным видам спорта. Участие в спортивных соревнованиях формирует личностные качества, необходимые для эффективной профессиональной деятельности;
3. Комплексное развитие физических и психических качеств с первостепенным учетом интересов студентов по видам спорта и системам физической подготовки;
4. Проведение просветительской работы о возможностях человеческого организма, особенностях его функционирования, взаимосвязи физического, психологического и духовного здоровья человека;
5. Поддержание постоянно действующей информационно-пропагандистской системы, направленной на мотивацию студентов к здоровому образу жизни. Использование информационно-пропагандистского механизма способствует:
 - повышению у молодых людей интереса к физическому совершенствованию, раскрытию ценности физической культуры;
 - популяризации самостоятельных занятий студенческой молодежи с широким использованием природных факторов;
 - формированию в массовом сознании молодежи понимания жизненной необходимости физкультурно-спортивных занятий и в целом здорового образа жизни;
 - соблюдению требований охраны труда.



**Частное образовательное учреждение высшего образования
«Таганрогский институт управления и экономики»**

Программа по пропаганде и обучению навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда ЧОУ ВО «Таганрогский институт управления и экономики»

8. Ожидаемые итоги реализации Программы

- совершенствование материально-технической базы физической культуры и спорта с целью оптимизации двигательной активности, как фактора сохранения и укрепления здоровья;
- повышение количества обучающихся, преподавателей и сотрудников, регулярно занимающихся физической культурой и спортом;
- оздоровление обучающихся, сотрудников и преподавателей средствами физической культуры и спорта;
- пропаганда здорового образа жизни и охраны труда;
- снижение уровня заболеваемости студентов и сотрудников Института;
- увеличение количества обучающихся, преподавателей и сотрудников Института с удовлетворительной адаптацией, уменьшение числа лиц с неудовлетворительной адаптацией и срывом адаптации;
- проведение диспансеризации и мониторинга физического состояния обучающихся, преподавателей и сотрудников Института;
- совершенствование базы комплексной медико-социальной и психолого-физиологической диагностики и осуществление постоянного мониторинга за сохранением здоровья и адаптации субъектов воспитательно-образовательного процесса;
- совершенствование системы информационного обеспечения и популяризации занятий физической культурой и спортом в Институте;
- повышение уровня знаний обучающихся и профессорско-преподавательского коллектива по вопросам сохранения и укрепления здоровья;
- создание эффективно функционирующей мобильной системы формирования здорового образа жизни, обеспечивающей воспитание профессионально-компетентной, социально-активной, нравственно устойчивой, психически и физически здоровой личности;
- повышение здоровьесберегающей активности, эффективности учебной и трудовой деятельности.