

Министерство образования и науки Самарской области  
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Самарской области «Самарский энергетический колледж»  
(ГБПОУ «СЭК»)

  
СОГЛАСОВАНО  
Председатель Профкома  
«31» \_\_\_\_\_ 2018 года  
\_\_\_\_\_ В.В. Попов

  
УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБПОУ «СЭК»  
«31» \_\_\_\_\_ 2018 года  
\_\_\_\_\_ П.И. Савельев

**Программа физического воспитания и формирования культуры  
здорового образа жизни у студентов государственного  
бюджетного профессионального образовательного учреждения  
Самарской области «Самарский энергетический колледж»  
(ГБПОУ «СЭК») на 2018-2022 гг.**

## Содержание

1. Паспорт программы.....	3
2. Сущность и содержание физического воспитания и формирования культуры здорового образа жизни.....	6
3. Основные термины и понятия программы.....	10
4. Принципы программы.....	11
5. Условия реализации, формы работы и материально – техническое обеспечение программы.....	12
6. План мероприятий по физическому воспитанию и формированию культуры здорового образа жизни у студентов.....	14

## 1. Паспорт программы

<p>Наименование программы</p>	<p>Программа физического воспитания и формирования культуры здорового образа жизни студентов ГБПОУ «СЭК»</p>
<p>Нормативно-правовые основы</p>	<p><u>Международная нормативно-правовая база:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Всеобщая декларация прав человека – Генеральная Ассамблея ООН от 10 декабря 1948 года. Ратифицирована Российской Федерацией 5 мая 1998 года;</li> <li>- Конвенция о правах ребёнка – Генеральная Ассамблея ООН от 20 ноября 1989 года. Ратифицирована постановлением Верховного Совета СССР от 13.06.90 № 1559-1.</li> </ul> <p><u>Федеральная нормативно-правовая база:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Конституция Российской Федерации;</li> <li>- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.12.2014) «Об образовании в Российской Федерации»;</li> <li>- Федеральный закон Российской Федерации от 22.07.93 № 5487-1 (ред. от 7.12.2011) «Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан»;</li> <li>- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 №124-ФЗ (ред. от 2.12.2013) «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;</li> <li>- Федеральный закон Российской Федерации от 30.03.1999 №52-ФЗ «О санитарно – эпидемическом благополучии населения»;</li> <li>- Федеральный закон Российской Федерации от 8.05.2010 №83-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в связи с совершенствованием правового положения государственных (муниципальных) учреждений»;</li> <li>- Федеральный закон Российской Федерации от 6.10.2003 № 131-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации»;</li> <li>- Федеральный закон Российской Федерации от 4.12.2007 №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;</li> <li>- о Федеральной целевой программе развития образования на 2016 - 2020 годы;</li> <li>- Федеральный закон Российской Федерации от 28 июня 1995г. № 98-ФЗ «О государственной поддержке молодежных и детских общественных объединений»;</li> <li>- Федеральный закон Российской Федерации от 23.02.2013 №15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака»;</li> <li>- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»;</li> <li>- Семейный кодекс Российской Федерации от 29.12.95 № 223-ФЗ;</li> <li>- Концепция Федеральной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2016 - 2020 годы»;</li> <li>- Концепция социально-экономического развития Российской Федерации до 2020 г.;</li> <li>- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Стратегия государственной молодежной политики в Российской Федерации на период до 2016 года (новая редакция утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 16 июля 2009г. №997-Р);</li> <li>- Распоряжение Правительства РФ от 07.08.2009 года № 1101- Р «Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2020 года»;</li> <li>- Основы государственной молодежной политики в Российской Федерации до 2015г., приняты в декабре 2014г.;</li> <li>- Национальный проект «Здоровье»;</li> <li>- «Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.1178-02»;</li> <li>- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.12.2010 № 2106 г.Москва «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;</li> <li>- Приказ Минобразования, Минздравоохранения РФ от 31.05.2002 № 176/2017 «О мерах по улучшению охраны здо-ровья детей в РФ»;</li> <li>- Приказ Минобразования РФ от 28.02.2000 г. № 619 «О концепции профилактики злоупотребления ПАВ в образовательной среде»;</li> <li>- Приказ Минобразования России и Минздрава России от30.06.98 № 186/272 «О совершенствовании системы медицинского обеспечения детей в образовательных учреждениях»;</li> <li>- Письмо Минобразования России от 26.01.2000 г. № 22-06-86«О мерах по профилактике суицида среди детей и подрост- ков»; - Письмо Минобразования РФ от 26.06.2003 г. № 23-51-513/16«Методические рекомендации по психолого- педагогическому сопровождению обучающихся в учебно- воспитательном процессе в условиях модернизации образования»;</li> <li>- Письмо Минобразования РФ от 28.04.2003 № 13-51-86/13 «Об увеличении двигательной активности обучающихся ОУ».</li> </ul> <p><u>Нормативно-правовая база региона:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Об утверждении муниципальной программы городского округа Самара "Развитие физической культуры и спорта в городском округе Самара" на 2011-2015 годы (с изменениями на 30 марта 2016 года)</li> <li>- Правительство Самарской области. Постановление от 7 апреля 2010 года N 124 «Об утверждении областной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в Самарской области на 2010 – 2018 годы»</li> <li>- Закон Самарской области от 3 октября 2014 года N 82-ГД Об отдельных вопросах в сфере охраны здоровья граждан в Самарской области (с изменениями на 12 апреля 2018 года)</li> <li>- МЗ Самарской области Приказ от 10 марта 2017 года N 229«О плане мероприятий по снижению смертности населения Самарской области в 2017 году и образовании рабочей группы по проведению анализа смертности населения Самарской области от основных причин»</li> <li>- Самарская Губернская Дума. Закон 09 июня 1997 года № 7-гд «О физической культуре и спорте»</li> <li>- Концепция воспитательной работы ГБПОУ «СЭК»</li> </ul>
Цель программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- создание организационных, методических предпосылок для комплексного решения проблемы укрепления и сохранения здоровья студентов, формирования у них отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха при использовании оптимальных</li> </ul>

	средств формирования, сохранения и укрепления здоровья
Задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование у студентов системы представлений о здоровье и здоровом образе жизни, понимания их значимости;</li> <li>- популяризация преимуществ здорового образа жизни, расширение кругозора студентов в области физической культуры и спорта;</li> <li>- обеспечение студентов и педагогического состава стратегиями и технологиями в направлении реализации сохранения и укрепления целостного здоровья;</li> <li>- организация системы профилактических работ по предупреждению травматизма на дорогах, на производственных практиках, предотвращению роста заболеваемости студентов колледжа, мер по сохранению психологического здоровья обучающихся;</li> <li>- отработка системы выявления уровня здоровья студентов колледжа и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения;</li> <li>- создание условий для обеспечения охраны здоровья студентов, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни;</li> <li>- просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей</li> </ul>
Сроки реализации	2018 – 2022 гг.
Исполнители	Органы управления колледжем, структурные подразделения, преподаватели, сотрудники, студенты, студенческий совет.
Источники финансирования	Средства субъекта федерации (региональный). Целевые средства.
Ожидаемые результаты реализации программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование устойчивого интереса и потребностей к здоровому и активному образу жизни и физической активности;</li> <li>- приобретение студентами устойчивых навыков обеспечения безопасной жизнедеятельности как важного условия самоактуализации личности;</li> <li>- снижение групп социального риска с девиантными формами поведения;</li> <li>- укрепление морально-психологического здоровья студентов, развитие их коммуникативной способностей, творческой инициативы и самостоятельности, нравственное совершенствование;</li> <li>- повышение компетентности педагогов в сохранении и укреплении личного здоровья и здоровья студентов.</li> </ul>
Разработчик программы	Центр социально-воспитательной работы

Программа является документом, открытым для изменений и дополнений. Корректировка программы осуществляется на основании решений педагогического совета колледжа.

## **2. Сущность и содержание физического воспитания и формирования культуры здорового образа жизни**

Формирование здорового образа жизни – одна из актуальнейших задач, стоящих перед современным обществом. Существует целый ряд факторов, которые оказывают очень негативное влияние на состояние здоровья. Наиболее очевидным является высокий уровень заболеваемости алкоголизмом. Особую тревогу вызывает то, что среди больных людей очень много молодёжи, алкоголизмом страдают дети, подростки, женщины. В 2016 году на диспансерное наблюдение с диагнозом алкоголизм взято почти 95 тыс. человек (в 2015 году этот показатель был больше — 103 тыс. человек). Количество пациентов, состоящих на диспансерном наблюдении, в 2016-м также уменьшилось — до 1,4 млн. человек с почти 1,6 млн. человек.

Серьезной проблемой является возрастающая наркотизация населения. Заболеваемость наркоманией в России достигла исторического минимума — 11,1 нового случая на 100 тыс. населения. Упало до рекордно низкого уровня и число наркоманов на учете. В Минздраве полагают, что это результат грамотной госполитики. По данным Минздрава, в прошлом году в стране 16,3 тыс. человек оказались на диспансерном учете с «впервые в жизни установленным» диагнозом «наркомания». Заболеваемость по итогам прошлого года составила 11,1 нового случая на 100 тыс. населения, рассчитали в Росстате. Это минимальный показатель с 2003 года, когда его начали фиксировать. Всего на учете, по данным на прошлый год, состояло 259,5 тыс. больных наркоманией, зафиксировал Минздрав.

Из него следует, что в России на 36% снизилось количество больных, взятых на диспансерное наблюдение с диагнозом алкоголизм, который был поставлен впервые. На 24% уменьшилась численность больных алкоголизмом, состоящих на учете в лечебно-профилактических организациях. С курящими также наблюдалась положительная динамика — распространенность потребления табака среди взрослого населения упала на 39%.

В последние годы в Самарской области улучшается ситуация с наркоманией. По данным Минздрава России, по итогам 2016 года наш регион по показателю распространенности наркомании переместился с первого на седьмое место в стране. Первую тройку антирейтинга теперь занимают Иркутская область, Приморский край и Сахалинская область.

В губернии за последние полтора года на 40% снизилось число пациентов, состоящих на диспансерном учете, то есть имеющих зависимость. Если в начале 2016 года на диспансерном учете состояло 40 тысяч человек, то по итогам шести месяцев 2017 года – около 25 тысяч. Из них 18 тысяч пациентов – с алкоголизмом,



6,4 тысячи – с наркоманией и 90 человек – с токсикоманией. На 60% (с 25 тысяч до 10 тысяч) за полтора года уменьшилось число состоящих на профилактическом учете. Это люди, у которых нет зависимости, но они употребляют психоактивные вещества с вредными последствиями. На 56% увеличилось число граждан, снятых с диспансерного учета в связи с выздоровлением. Если в первом полугодии 2016 года сняли с учета 580 выздоровевших, то в первом полугодии текущего года – уже 908.

Несмотря на то, что официальная статистика наркомании в России говорит о снижении до 7,3 миллионов человек по итогам 2016 года, наркологи не видят повода для особой радости. Изменились сами наркотики и наркоманы – огромное количество веществ и их потребителей остаются невидимыми для правоохранительных органов.

По употреблению табака Россия входит в число стран с наиболее высоким процентом распространенности – более 50%. В настоящее время в стране курят более 70 % мужчин и около 30 % женщин. По оценкам различных экспертов, от болезней, связанных с табакокурением, ежегодно умирает от 330 до 500 тыс. человек. Употребление табака является одним из важнейших факторов риска развития бронхо-легочных, сердечно-сосудистых и желудочно-кишечных заболеваний. Угрожающими темпами растёт количество курильщиков среди детей и подростков, при этом возраст начала курения в отдельных субъектах Российской Федерации приближается к 8 годам.

Значительное воздействие на показатели заболеваемости и смертности оказывают биологические, химические и физические факторы, включая безопасность продукции, питьевой воды и атмосферного воздуха. Более 30 % населения имеют дефицит веса и столько же - избыточный вес в результате неправильного и нерационального питания.

В Российской Федерации на низком уровне находится культура сохранения индивидуального здоровья. У населения нет устойчивого интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом. В стране более 70 % населения не занимается физкультурой, распространенность гиподинамии среди школьников достигла 80 %.

Формирование здорового образа жизни населения должно стать одной из основных целей политики государства. Необходимо обеспечить внедрение эффективных форм информационно-пропагандистской работы по формированию у населения, особенно у детей и молодёжи, устойчивого интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, потребности ведения здорового образа жизни. Пропаганда должна убедительно показывать приоритетное значение физической культуры и спорта в воспитании населения, профилактики

болезни, в борьбе с наркоманией, курением, алкоголизмом, другими негативными явлениями.

Однако любые административные и карательные меры со стороны государства будут односторонними и неэффективны, пока у населения не изменится отношение к собственному здоровью. Человеку можно помочь правильно сориентироваться, сделать верный, здоровый выбор – это прямая задача органов государственной власти, медицинских структур, научных и общественных организаций, образовательных организаций. Необходимо эффективное участие в профилактике социальных заболеваний всех институтов гражданского общества: политических партий и общественных движений, молодежных и женских организаций, религиозных конфессий, бизнес-сообщества.

Законодательная база Самарской области по сохранению и укреплению здоровья состоит из ряда программ, в которых составляющей частью являются мероприятия, направленные на формирование здорового образа жизни. Это: План мероприятий по развитию физической культуры и спорта в образовательных учреждениях Самарской области на 2007-2011 годы, Областная целевая программа мер по противодействию незаконному обороту наркотических средств, профилактике наркомании, лечению и реабилитации наркозависимой части населения Самарской области на 2007-2009 годы, Мероприятия по профилактике сердечно-сосудистых заболеваний среди населения Самарской области на 2007-2009 годы, План мероприятий по улучшению демографической ситуации в Самарской области на 2007-2009 годы.

Здоровый образ жизни - это, прежде всего, культурный, активный образ жизни, гуманистический и цивилизованный, напрямую связанный со здоровьем, долголетием, благополучием человека, его счастьем, почетом и богатством. Здоровый образ жизни - это жизненная позиция, поведение или деятельность человека, направленные на укрепление своего здоровья, это система поведения разумного человека, умеренность во всем, оптимальный двигательный режим, закаливание, правильное питание, рациональный режим жизни и отказ от вредных привычек на фундаменте нравственно-религиозных и национальных традиций, которая необходима для физического, душевного, духовного и социального благополучия и активного долголетия.

Проблема сохранения и укрепления целостного здоровья студентов и создание условий, направленных на его укрепление, очень актуальны сегодня. Стремительные изменения в социально-экономической сфере, повышение темпов жизни и ее стоимости, экстремальные социоэкологические условия накладывают определенный отпечаток на состояние здоровья людей, поэтому одной из приоритетных задач нового этапа реформирования системы образования



становится сбережение и укрепление здоровья, как подрастающего поколения, так и педагогического состава, поскольку охрана здоровья педагогов является важным фактором укрепления здоровья молодых людей. Наряду со знаниями, умениями, навыками и личностным ростом человека здоровье является одним из показателей качества образования.

Образовательная среда - понятие комплексное. В него входит все, что окружает юношей и девушек в колледже: здание, оборудование, рабочая мебель, освещенность, режимы обучения, прохождения производственной практики, учебные программы и способы их реализации, объем дневной и недельной учебной нагрузки, взаимоотношения с преподавателями и сверстниками. По определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) здоровье определяется как полное телесное, душевное и социальное благополучие, а не только как отсутствие болезней или недугов. Это определение показывает, что здоровье человека является целостным многомерным понятием, в структуру которого входят соматические, психические, социальные и нравственные компоненты:

- Физическое здоровье – состояние всех органов и систем организма, высокий уровень его резервных возможностей, отсутствие или наличие физических дефектов, хронических или генетических болезней;

- Психоземциональное здоровье – состояние психики человека, отсутствие или наличие нервно-психических отклонений, а также умение человека выражать и контролировать свои эмоции;

- Социальное здоровье – отношение человека как субъекта с социумом;

- Интеллектуальное здоровье – способность усваивать и эффективно использовать нужную информацию;

- Личностное здоровье – осознание себя как личности и поиск способов самореализации;

- Духовное здоровье – формирование основных жизненных целей, мотивов и систем ценностей, обеспечивая тем самым целостность личности, её развитие.

- Здоровьесберегающий образовательный процесс – это соответствие факторов, сопровождающих образовательную деятельность (педагогических, психологических, социальных и др.) целям формирования, укрепления и сохранения здоровья.

Формирование здоровьесберегающей среды в колледже требует создания целостного здоровьесберегающего пространства, реализуемого в условиях взаимосвязи и взаимодействия всех блоков: управленческого, педагогического, психологического. Одним из главных направлений по формированию здоровьесберегающего пространства является не только формирование здорового

образа жизни студентов, но и профилактика асоциальных явлений в молодёжной среде. В числе мероприятий, направленных на профилактику асоциальных явлений, большую роль играет организация психолого-педагогической помощи по различным аспектам социально-психологических явлений. Все это подтверждает, что в образовательном учреждении необходимо осуществлять меры по созданию образовательной среды способствующей сохранению и укреплению здоровья студентов.

### **3. Основные термины и понятия программы**

- Здоровьесберегающая образовательная среда (ЗОС) – совокупность компонентов ОУ, их функциональных взаимосвязей и субъектов – педагогов, учащихся и родителей, в деятельности которых реализуется обеспечение условий для сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса;
- Культура здоровья (КЗ) – сознательная система действий и отношений, определяющих качество индивидуального здоровья человека, слагающаяся из ценностного отношения к своему здоровью и здоровью других людей и являющаяся основой здорового образа жизни;
- Сетевое взаимодействие – установление взаимосвязи между различными образовательными учреждениями или их подразделениями (в данном случае – службами здоровья). Основу сетевого взаимодействия составляют не структурные преобразования, а многочисленные социальные связи, обеспечивающие условия для создания общего образовательного пространства. Сетевое взаимодействие основывается на следующих принципах: открытость и общедоступность определенных ресурсов членов сети, как для других членов сети, так и для непрофессиональной общественности; преимущественно «горизонтальное», не иерархическое взаимодействие членов сети;
- Служба здоровья образовательного учреждения (СЗОУ) – организационная форма взаимодействия специалистов ОУ по обеспечению здоровья участников образовательного процесса, формированию их здорового образа жизни;
- Социальное партнерство – технология координации разнонаправленной взаимовыгодной деятельности различных социальных субъектов, вынужденных в силу различных ограничивающих факторов объединить усилия, материальные возможности и инфраструктуру. Основными категориями социальных партнеров ОУ могут быть органы законодательной и исполнительной власти, учреждения, общественные организации и отдельные категории граждан, заинтересованные в совместной разработке механизмов сохранения и укрепления здоровья детей.
- Кабинет здоровья – координационный орган, организующий и систематизирующий деятельность всех структур, занимающихся сохранением и

укреплением здоровья обучающихся, таких как социальная, психологическая и воспитательная служба колледжа, спортивный клуб, медицинская служба, студенческий Совет и волонтерский отряд.

#### **4. Принципы программы**

- Принцип научности – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически адаптированными и апробированными методиками, внедрение, модернизирование передового научного опыта отечественных и зарубежных ученых и педагогов по созданию здоровьесберегающих технологий;

- Принцип активности и сознательности – участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов по оздоровлению себя и детей и непосредственное и сознательное участие в целенаправленной деятельности по оздоровлению своего организма (целесообразная учебная и внеучебная деятельность, рациональное использование учебного и внеучебного времени);

- Принцип комплексности и интегративности – решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности, непрерывность процесса оздоровления;

- Принцип преемственности – поддержание связи между возрастными категориями, учет уровня развития и состояния здоровья;

- Принцип гарантированности – реализация конституционных прав детей, подростков и юношества на получение образования и медицинского обслуживания, выполнение государственных гарантий, направленных на здравоохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения;

- Принцип гуманизации и демократизации — определение конкретных целей и задач образования, воспитания и развития личности, создание комфортной среды и условий для ее самореализации, консолидации учебного заведения, семьи, общественно-государственных структур в интересах подрастающего поколения;

- Принцип социальной компенсации - обеспечение социальной и правовой защищенности детей, подростков и юношества, находящихся в семьях, требующих социальной поддержки;

- Принцип аксиологического подхода — определение и поддержание жизни человека как высшей ценности, в которой здоровье выступает основой для его жизнедеятельности;

- Принцип блочного подхода — педагогическое воспроизведение многообразия общественной практики, сохранение принципа научности содержания, повышение эффективности его реализации.

## **5. Условия реализации, формы работы материально – техническое обеспечение программы**

Основу реализации программы составляет здоровьесозидающий подход к обеспечению здоровья участников образовательного процесса. Этот подход подчеркивает формирующий и развивающий характер влияния образования на здоровье каждого человека и реализуется через создание здоровьесберегающей образовательной среды.

Ведущими концептуальными понятиями выступают:

- здоровье участников образовательного процесса;
- культура здоровья;
- здоровьесберегающая образовательная среда.

Принципы обеспечения здоровья - сохранение, укрепление, формирование (развитие) здоровья. Обеспечение наиболее полного и глубокого изучения проблем здоровья, механизмов и условий его сохранения и развития в условиях колледжа возможно на основе совокупности системного, валеологического и культурологического подходов в образовании.

Программа опирается на следующие ведущие подходы:

- гуманистический, лично-ориентированный подход, предполагающий признание аксиологической ценности безопасности человека и здоровья каждого отдельного субъекта образовательного процесса;

- системный холистический подход к безопасности и индивидуальному здоровью человека, в основе которого лежит понимание безопасности и здоровья как многомерных сопряженных систем, состоящих из взаимозависимых компонентов (соматических, психических, социальных и нравственных);

- созидающий подход к обеспечению безопасности и здоровья человека, сущность которого состоит в признании определяющей роли культуры безопасности и здоровья как ценностно-мотивационной составляющей целенаправленного оздоровления образа жизни;

- средовой подход к созданию условий для обеспечения безопасности и здоровья человека в системе образования, в котором образовательная среда определяется как совокупность внешних и внутренних по отношению к ОУ факторов, которые оказывают влияние на безопасность и здоровье человека.

Данные подходы реализуются через создание в ОУ условий, обеспечивающих реализацию двух стратегических направлений его развития:

- становление безопасности участников образовательного процесса как противодействие факторам риска (физическим, психологическим, социальным, педагогическим, информационным);

- развитие и становление здоровья участников образовательного процесса, формирование здорового образа жизни.

В свою очередь, здоровый образ жизни включает в себя такие компоненты, как:

- физическая активность;
- рациональное питание;
- личная гигиена;
- здоровый психологический климат в семье;
- отсутствие вредных привычек;
- внимательное отношение к своему здоровью;
- положительные эмоции.

Материально-техническое обеспечение программы:

- спортивный инвентарь и спортивное оборудование;
- тренажерные залы;
- спортивные залы;
- фитнес-зал;
- медицинские кабинеты;
- мультимедийное оборудование;
- кабинеты социально-психологической службы;
- стадионы;
- актовые залы;
- оснащение кабинетов, лабораторий, мастерских в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами.

При реализации программы используются следующие формы работы:

- учебные занятия по дисциплине «Физическая культура», открытые занятия;
- учебные занятия по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности», открытые занятия;
- открытые общеколледжные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности;
- спортивные праздники и традиционные мероприятия, приуроченные к памятным датам;
- выездные мероприятия на свежем воздухе;
- соревнования по различным видам спорта;
- спортивно-игровые мероприятия между командами студентов и педагогов в рамках социальных проектов;

- экскурсии, походы;
- спортивные викторины;
- семинары, беседы, классные часы кураторов учебных групп;
- определение уровня физического развития обучающихся через анкетирование, сдачу спортивных нормативов и контроль посещаемости и успеваемости студентов по дисциплине «Физическая культура»;
- беседы, тренинги, коррекционные занятия с психологом по формированию и укреплению в самосознании студентов позитивных форм здорового образа жизни;
- посещение спортивных секций по различным видам спорта;
- участие в работе психологических и творческих клубов и др., а также кружков профессиональной направленности;
- организация работы студенческого Совета колледжа и волонтерского отряда;
- анализ медицинских карт, определение группы здоровья;
- контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы всех участников образовательного процесса проведение профилактических и просветительных мероприятий с привлечением специалистов сторонних организаций.

#### **6. План мероприятий по физическому воспитанию и формированию культуры здорового образа жизни у студентов**

№	Содержание работы	Сроки выполнения	Организаторы
<b>1. Совершенствование нормативно-правовых условий колледжа в целях реализации программы физического воспитания и формирования культуры здорового образа жизни у студентов</b>			
1.	Рассмотрение и утверждение плана мероприятий	Ежегодно	Заместитель директора по ВР и ФСК
2.	Коррекция нормативно-правовых документов, регулирующих правовое обеспечение студентов в период проведения учебных занятий, производственной практики, внеклассных и выездных мероприятий	Ежегодно	Заместитель директора по ВР и ФСК, социальный педагог
3.	Нормативно-правовые документы, регламентирующие подготовку и реализацию плана мероприятий	Ежегодно	Заместитель директора по ВР и ФСК
4.	Отслеживание результатов выполнения Программы	Ежегодно: декабрь, май	Заместитель директора по ВР и ФСК
<b>2. Информационно-аналитическое обеспечение</b>			
5.	Оформление и обновление в колледже и общежитии информационно-консультативных стендов	Ежегодно	Социальный педагог
6.	Организация тематических выставок литературы из фонда библиотеки	Ежегодно	Зав. библиотекой



7.	Создание банка данных видео, аудио, CD-материалов по физическому воспитанию и формированию культуры здорового образа жизни	Ежегодно	Социальный педагог, кураторы
8.	Мониторинг количества учащихся, посещающих спортивные секции, кружки и т.д.	Ежегодно октябрь	ЦСВР и ФСК
9.	Подготовка и публикация тематических заметок в газете «Energynews»	В течение года	Заместитель директора по ВР и ФСК, специалист по связям с общественностью, студенческий совет
10.	Транслирование социальных видеороликов в социальных сетях колледжа	В течение года	Специалист по связям с общественностью, педагог организатор
11.	Размещение в колледже социальной рекламы культуры здорового образа жизни и физической культуры	Сентябрь - май	Заместитель директора по ВР и ФСК, социальный педагог
<b>3. Психолого-педагогическое направление</b>			
12.	Выявление студентов, находящихся в «группе риска»	Сентябрь - октябрь	Заместитель директора по ВР и ФСК, социальный педагог, классные руководители, Совет профилактики
13.	Выявление студентов, склонных к употреблению алкоголя, наркотиков, токсических веществ, табакокурения, и постановка их на внутренний учет в колледже	В течение года	Заместитель директора по ВР и ФСК, социальный педагог, классные руководители, Совет профилактики
14.	Проведение социально – психологического тестирования обучающихся на раннее немедицинское выявление употребления наркотических средств и психотропных веществ	Октябрь	ГБУ ДПО Самарской области «Региональный социопсихологический центр». Руководитель ЦСВР
15.	Ознакомление с личными делами студентов из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «группы риска»	Сентябрь, ежегодно	Социальный педагог
16.	В адаптационный период: - выявление социально-психологических условий развития первокурсников (изучение социального статуса семей; индивидуально-типологические особенности личности и др.); - разработка плана мероприятий со студентами группы особого наблюдения («группы риска»)	Сентябрь-декабрь, ежегодно	Руководитель ЦСВР и ФСК, социальный педагог, кураторы
17.	Проведение консультативной работы по профилактическим мероприятиям с родителями, педагогическими работниками колледжа	В течение года	Социальный педагог, юрист, заместитель директора по безопасности

18.	Проведение профилактических и развивающих бесед в учебных группах (плановых и по социальным запросам студентов)	В течение учебного года	Социальный педагог, кураторы
<b>4. Профилактическая работа</b>			
19.	Организация практических занятий с обучающимися: тематические классные часы, профилактические беседы в группах, викторины, видеолектории, лекторские группы, деловые и ролевые игры, психологические тренинги	В течение года, ежегодно	Преподаватели, соц. педагог, зав. библиотекой
20.	Организация просветительской работы: оформление тематических выставок, плакатов, газет	В течение года, ежегодно	Преподаватели, соц. педагог, зав. библиотекой
21.	Вовлечение студентов во внеурочную деятельность колледжа (кружки, секции, волонтерская деятельность)	В течение года, ежегодно	ЦСВР
22.	Участие в общеколледжных, городских и областных тематических конкурсах, социальных проектах, конференциях и круглых столах, диспутах	В течение года, ежегодно	Руководитель ЦСВР, соц. педагог
23.	Организация родительских собраний по вопросам физического воспитания и формирования культуры здорового образа жизни обучающихся. Работа с учащимися «группы риска»	Октябрь, февраль, ежегодно	Администрация колледжа, зав. общежитием, зав. отделениями, социальный педагог, инспектор ОДН, кураторы
24.	Вовлечение студентов и студентов «группы риска» в кружки, спортивные секции, подготовку и проведение культурно – массовых мероприятий	В течение года	Руководитель ЦСВР, зав. каф. физического воспитания, классные руководители, педагог – организатор
25.	Проведение рейдов в общежитии колледжа	В течение года	Заместитель директора по ВР и ФСК, зам. директора по безопасности, классные руководители, комендант и воспитатель общежития
26.	Выявление на территории колледжа лиц, причастных к незаконному обороту наркотиков, и информированию соответствующих органов о лицах и фактах	В течение года	Заместитель директора по СВР и ФСК, зам. директора по безопасности, руководитель ЦСВР
27.	Выявление студентов, нарушающих Устав колледжа, Закон РФ «Об ограничении курения табака», другие нормативные акты, регулирующие поведение студентов, и рассмотрение данных нарушений на заседании Совета профилактики колледжа	В течение года	Заместитель директора по СВР и ФСК, совет профилактики, социальный педагог, классные руководители

28.	Консультация родителей по вопросам физического воспитания и формирования культуры здорового образа жизни обучающихся.	В течение года	Заместитель директора по СВР и ФСК, зам. директора по безопасности, руководитель ЦСВР, медицинский работник
<b>5. Организация досуговой деятельности</b>			
29.	Организация кружковой деятельности	В течение года, ежегодно	Педагог доп. образования, зав. библиотекой, преподаватели, воспитатели
30.	Проведение совместных мероприятий с учреждениями культуры и дополнительного образования (библиотеки, музеи, спортивные школы)	В течение года, ежегодно	Педагог доп. образования, зав. библиотекой, преподаватели, воспитатели
35.	Выезды в музеи, театры, на концерты	В течение года, ежегодно	Педагог доп. образования, зав. библиотекой, преподаватели, воспитатели
36.	Участие в культурно – массовых мероприятиях, посвященных международному Дню отказа от курения, Всемирному дню без табака, Всемирному Дню здоровья, Международному Дню студенческого спорта и др.	Ноябрь - май	Заместитель директора по СВР и ФСК, руководитель ЦСВР, зав. каф. физического воспитания, педагог - организатор
37.	Участие в городских и областных акциях и мероприятиях	В течение года	Заместитель директора по СВР и ФСК, социальный педагог
38.	Участие в областной профилактической олимпиаде «Свежий ветер»	В течение года	Заместитель директора по СВР и ФСК, педагог - организатор
<b>6. Мероприятия по повышению компетентности педагогических работников по вопросам физического воспитания и формирования культуры здорового образа жизни обучающихся</b>			
39.	Проведение семинаров, бесед, консультаций по проблемным вопросам физического воспитания и формирования культуры здорового образа жизни обучающихся	По отдельному графику, ежегодно	Заместитель директора по СВР и ФСК
40.	Собрания кураторов, обсуждение вопросов профилактических мероприятий	Ежегодно	Заместитель директора по СВР и ФСК
41.	Создание в библиотеке колледжа подборки научно-методической литературы по профилактическим мероприятиям	Ежегодно	Зав. библиотекой
42.	Пополнение банка методической литературы и мультимедийных средств по профилактическим мероприятиям	Ежегодно	Руководитель ЦСВР, библиотека, ИРЦ, социальный педагог
<b>7. Межведомственное взаимодействие в рамках реализации программы</b>			

43.	Министерство образования и науки Самарской области. ГБУ ДПО Самарской области «Региональный социопсихологический центр»	В течение года	Зам. директора СВР и ФСК, соц. педагог
44.	Правительство Самарской области. Департамент культуры и молодежной политики г. Самары		
45.	Государственное бюджетное учреждение здравоохранения "Самарский областной наркологический диспансер" (ГБУЗ «СОНД»)		
46.	Департамент по вопросам общественной безопасности Самарской области. Межведомственная комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав при Правительстве Самарской области		
47.	МБУ г.о. Самара «Самарский дом молодежи»		
48.	ГБУ Самарской области «Агентство по реализации молодежной политики»		
49.	Государственное бюджетное учреждение здравоохранения «Самарский областной центр медицинской профилактики» (ГБУЗ СО «СОЦМП»)		
50.	Администрация Ленинского внутригородского района г.о. Самара		
51.	ГКУ СО «Центр Семья Самарского округа»		
52.	МКУ г.о. Самара «Городской центр социальной помощи семье и детям» (Городской центр «Семья»)		
53.	Общественный молодежный парламент при Самарской Губернской Думе		
54.	ЦГБ им. Крупской Н.К.		
55.	ГБУЗ «Самарский областной клинический центр профилактики и борьбы со СПИД»		
56.	Главное Управление МВД России по Самарской области. Управление Министерства внутренних дел Российской Федерации по городу Самаре. ОП № 5 Управления МВД России по г. Самаре (Ленинский район)		
57.	Государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей "Областной детско-юношеский центр развития физической культуры и спорта" (ГБОУ ДОД ОДЮЦРФКС)		

58.	Министерство спорта Самарской области		
59.	Самарский центр развития добровольчества		

Программа рассмотрена и одобрена на заседании педагогического совета ГБПОУ «Самарский энергетический колледж» от «30» 01 2018 года. Протокол № 4.

Содержание Программы доведено до сведения членов Студенческого совета Колледжа.