

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТРОСОЮЗА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ КООПЕРАЦИИ»
КАЗАНСКИЙ КООПЕРАТИВНЫЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)

ПРИНЯТО

На заседании Ректората
Казанского кооперативного
института (филиала)
Российского университета
кооперации

« 02 » сентября 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

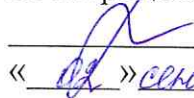
Ректор
Казанского кооперативного
института (филиала)
Российского университета
кооперации

 /А.Р. Набиева
« 2 » сентября 2024 г.

**ПРОГРАММА
СПОРТИВНОГО И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ВОСПИТАНИЯ
КАЗАНСКОГО КООПЕРАТИВНОГО ИНСТИТУТА (ФИЛИАЛА)
РОССИЙСКОГО УНИВЕРСИТЕТА КООПЕРАЦИИ
НА 2024 - 2026 гг.**

СОГЛАСОВАНО

Первый проректор
Казанского кооперативного
института (филиала)
Российского университета
кооперации

 / Ю.С. Валеева
« 02 » сентября 2024 г.

Казань, 2024

Содержание

1.	Паспорт Программы	3
2.	Пояснительная записка	9
3.	Цели и задачи Программы	10
4.	Основополагающие принципы и направления спортивного и здоровьесберегающего воспитания	11
5.	Основные мероприятия Программы	12
6.	Координация и контроль эффективности реализации Программы	17
	Основные критерии эффективности реализации Программы	18

1. Паспорт Программы

Наименование Программы	Программа спортивного и здоровьесберегающего воспитания студентов Казанского кооперативного института Российского университета кооперации
Разработчики Программы	Лукашина С.А. – руководитель Центра молодёжной политики
Сроки и этапы реализации Программы	<p>2024 – 2026 годы</p> <p>1 этап: проектный</p> <p>Цель: подготовка условий создания системы спортивного и здоровьесберегающего воспитания.</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none">- изучить нормативно-правовую базу, подзаконные акты;- разработать, обсудить и утвердить Программу спортивного и здоровьесберегающего воспитания;- проанализировать материально-технические, кадровые условия реализации Программы; <p>2 этап: практический</p> <p>Цель: реализация Программы спортивного и здоровьесберегающего воспитания.</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none">-организация работы спортивных секций, кружков;-оснащение спортивного зала, рекреационных зон;-проработка содержания деятельности, наиболее эффективных форм и методов воспитательного воздействия;-разработка методических рекомендаций спортивному и здоровьесберегающему воспитанию:-повышение квалификации педагогических кадров по данному направлению;- расширение и укрепление связей с учреждениями спорта, социальными партнерами;- проведение мониторинга эффективности Программы, информирование педагогов,

	<p>студентов, родителей о ходе и результатах реализации Программы;</p> <ul style="list-style-type: none"> - активное участие в муниципальных, региональных, всероссийских конкурсных мероприятиях по здоровьесберегающей тематике. - освещение хода и результатов Программы на сайте института; <p>3 этап: аналитический Цель: анализ итогов реализации Программы. Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обобщение результатов работы по данному направлению; - проведение коррекции отклонений в реализации Программы; - планирование работы по данному направлению на следующий период.
<p>Основание для разработки Программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ (последняя редакция) - Федеральный закон от 30.03.1995 № 38-ФЗ (ред. от 23.05.2016) «О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ-инфекции)»; - Федеральный закон от 08.01.1998 № 3-ФЗ (ред. От 29.12.2017) «О наркотических средствах и психотропных веществах»; - Федеральный закон от 23.02.13 № 15-ФЗ (ред. от 29.07.2018) «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака»; - Распоряжение Правительства РФ от 29.11.2014 № 2403-р «Об утверждении Основ государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 года»; - Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»; - Приказ Министерства спорта России от 21.11.2017 № 1007 «Об утверждении концепции развития студенческого спорта В Российской Федерации на период до 2025 года»;

	<ul style="list-style-type: none"> - Устав АНОО ВО Центросоюза РФ «Российский университет кооперации»; - Концепция воспитания в Казанском кооперативном институте Российского университета кооперации".
Цель Программы	<ul style="list-style-type: none"> - организация комплексной работы по сохранению, компенсации и укреплению здоровья студентов, формирование здоровой среды через создание единой образовательной, воспитательной и здоровьесформирующей системы охраны здоровья студентов; - формирование полноценной самореализующейся личности и подготовка физически, ее психофизически и духовно к предстоящей самостоятельной жизни в постоянно изменяющихся условиях социальной и природной среды.
Задачи Программы	<ul style="list-style-type: none"> - формирование у студентов системы ценностей, связанной с собственным здоровьем и здоровьем окружающих, освоение необходимых знаний в этой области, формирование соответствующих умений и навыков; - укрепление здоровья студенческой молодежи, привитие потребностей к регулярным занятиям физической культурой и спортом, приобщение к здоровому образу жизни; - организация мониторинга состояния здоровья студентов; - содействие формированию устойчивой мотивации здорового образа жизни у студентов, родителей, педагогов; - создание условия для профессиональной ориентации, занятий физической культурой, организации досуга и отдыха студентов; - развитие здоровьесберегающей инфраструктуры института; - оптимизация учебного процесса за счет использования эффективных здоровьесберегающих методов и технологий обучения; - профилактика различных видов зависимостей (интернет, алкогольная, табачная, наркотическая и иные); - профилактика ВИЧ- инфекций (СПИДа);

	<ul style="list-style-type: none"> - профилактика асоциального поведения студентов; - сотрудничество с органами исполнительной власти области, а также с социальными, общественными, медицинскими, образовательными, спортивными организациями;
Ожидаемые результаты	<ul style="list-style-type: none"> - создание целостной системы профилактической работы; - формирование у студентов потребности вести здоровый образ жизни, приобретение навыков здорового образа жизни; - внедрение в молодежную среду стандартов здорового образа жизни; - обеспечение взаимосвязи воспитательных профилактических мероприятий и профилактики правонарушений и асоциального поведения в студенческой среде.
Участники реализации Программы	Студенты, профессорско-преподавательский состав, кураторы, родители
Источники финансирования	Бюджет Казанского кооперативного института (филиала) Российского университета кооперации

Программа является документом, открытым для изменений и дополнений. Корректировка программы осуществляется на основании решений Ректората Казанского кооперативного института Российского университета кооперации.

2. Пояснительная записка

Формирование здорового подрастающего поколения - одна из главных стратегических задач развития страны. Проблема воспитания личной заинтересованности каждого человека в здоровом образе жизни (ЗОЖ) в последние годы является особенно актуальной в связи с негативной тенденцией к ухудшению состояния здоровья всех социально демографических групп населения России и особенно подростков и молодежи.

Исследованиями отечественных и зарубежных учёных установлено, что здоровье человека лишь на 7-8% зависит от успехов здравоохранения и на 50% от образа жизни. Здоровье человека, как целостного творения, заключается в единстве его телесных, психических и духовно - нравственных характеристик. Причём, это единство не дано изначально в готовом виде. Оно формируются, развиваются и укрепляются в процессе развития и воспитания.

По определению Всемирной организации здравоохранения, «Здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезни и физических дефектов». *Здоровье физическое* - это совершенство саморегуляции в организме, гармония физиологических процессов,

максимальная адаптация к окружающей среде. *Здоровье психическое* - это высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к созидательной деятельности. *Здоровье социальное* - это моральное самообладание, адекватная оценка своего «Я», самоопределение личности в социальных условиях микро- и макросреды.

В педагогической деятельности необходимо учитывать все три составляющих понятия «здоровье» с учётом возрастных особенностей воспитуемых. Исходя из определения здоровья, можно сделать вывод, что личностный уровень здоровья строится в соответствии с основными целями и ценностями жизни и определяется индивидуальным стилем жизни, т.е. здоровым образом 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.

Следовательно, здоровье во многом зависит от жизненной позиции и усилий человека, способного активно регулировать собственное состояние с учетом индивидуальных особенностей своего организма. Для этого необходимы мотивация на сохранение и укрепление здоровья, культура знаний об организме и владение способами и методами совершенствования своего здоровья.

Поэтому главной задачей в улучшении здоровья населения является формирование здорового образа жизни и нового отношения человека к своему здоровью. Быть здоровым должно стать внутренней потребностью каждого человека. Наличие и реализация Программы спортивного и здоровьесберегающего воспитания студентов Казанского кооперативного института имеет социально-педагогическую направленность и призвано помочь каждому студенту справиться с ранее сложившимися ошибочными стереотипами поведения по отношению к своему здоровью и овладеть навыками, направленными на сбережение своего здоровья.

Педагог может сделать для здоровья студента не меньше, чем врач. Для этого каждый преподаватель, куратор должен обучаться психолого-педагогическим и здоровьесформируемым технологиям, позволяющих ему самому работать так, чтобы быть примером здорового стиля жизни, вносить гармонию в отношения и создавать благоприятный микроклимат в процессе учебно-воспитательной деятельности.

3.Цели и задачи Программы

Цели:

- организация комплексной работы по сохранению, компенсации и укреплению здоровья студентов института, формирование здоровой среды через создание единой образовательной, воспитательной и здоровьесформирующей системы охраны здоровья студентов;
- формирование полноценной самореализующейся личности и подготовка ее физически, психофизически и духовно к предстоящей самостоятельной жизни в постоянно изменяющихся условиях социальной и природной среды.

Задачи:

- формирование у студентов системы ценностей, связанной с собственным здоровьем и здоровьем окружающих, освоение необходимых знаний в этой области, формирование соответствующих умений и навыков;
- укрепление здоровья студенческой молодежи, привитие потребностей к регулярным занятиям физической культурой и спортом, приобщение к здоровому образу жизни;
- организация мониторинга состояния здоровья студентов;
- содействие формированию устойчивой мотивации здорового образа жизни у студентов, родителей, педагогов;
- создание условий для профессиональной ориентации, занятий физической культурой, организации досуга и отдыха студентов;
- развитие здоровьесберегающей инфраструктуры института;
- оптимизация учебного процесса за счет использования эффективных здоровьесберегающих методов и технологий обучения;
- профилактика различных видов зависимостей (интернет, алкогольная, табачная, наркотическая и иные);
- профилактика ВИЧ - инфекций (СПИДа);
- профилактика асоциального поведения студентов;
- сотрудничество с социальными, общественными, медицинскими образовательными, спортивными организациями;

3. Основопологающие принципы и направления реализации Программы

К основополагающим принципам относятся:

- комплексность: согласованное взаимодействие всех субъектов программы;
- дифференцированность: учет возрастных особенностей и специфики работы с подростками «группы риска»;
- аксиологичность: формирование у студентов мировоззренческих представлений об общечеловеческих ценностях, здоровом образе жизни, что является одним из основных моральных барьеров на пути формирования асоциальных форм поведения;
- многоаспектность: сочетание различных направлений (социального, психологического, образовательного) целевой профилактической работы;
- последовательность: разделение целей и задач на общие стратегические и частные (этапные);
- легитимность: наличие необходимой правовой базы антинаркотической профилактической деятельности.

Основные направления:

1. Организация работы по формированию потребности в ЗОЖ;
2. Организация спортивно-массовой работы;

3. Организация мониторинга состояния здоровья, досуга студентов, условий их жизни и выявление групп повышенного риска;

4. Основные мероприятия Программы

№ п/п	Мероприятия	Срок реализации	Исполнители
Организация работы по формированию потребности в ЗОЖ, профилактике асоциального поведения			
1.	Организация работы медико-психологической службы	В течение всего периода	Проректор по воспитательной работе, руководитель, ЦМП
2.	Организация работы по профилактике суицидального поведения	В течение всего периода	Специалисты центра «Доверие», ЦМП
3.	Организация работы по профилактике зависимостей, ВИЧ - инфекций (СПИДа)	В течение всего периода	Проректор по воспитательной работе, руководитель ЦМП, специалисты центра «Доверие», «СПИД-центра»
4.	Организация работы по формированию у студентов потребности в ЗОЖ	В течение всего периода	Проректор по воспитательной работе, руководитель, ЦМП
5.	Организация профилактической работы с родителями	В течение всего периода	Проректор по воспитательной работе, руководитель кураторы
6.	Организация методических семинаров для кураторов и преподавателей	В течение всего периода	Проректор по воспитательной работе, специалисты центра «Доверие»
7.	Проведение в группах коммуникативных тренингов, тренингов личностного роста, тренингов на преодоление конфликтных ситуаций и снятие стресса	В течение всего периода	Проректор по воспитательной работе, специалисты центра «Доверие»
8.	Проведение акций, круглых столов, видео-тренингов, видео-лекций, интерактивных встреч, дебатов по вопросам ЗОЖ, проблеме распространения ВИЧ -	В течение всего периода	ЦМП, кураторы, Совет студенческого самоуправления, специалисты

	инфекций (СПИДа), профилактике зависимостей;		
9.	Организация и посещение мероприятий, способствующих духовно-нравственному воспитанию студентов;	В течение всего периода	Проректор по воспитательной работе, руководитель, ЦМП
10.	Разработка пособия, памяток, буклетов по ЗОЖ для студентов и кураторов	В течение всего периода	Проректор по воспитательной работе, руководитель, ЦМП
11.	Распространение методических материалов (буклеты, памятки, брошюры) среди преподавателей и студентов	В течение всего периода	Проректор по воспитательной работе, руководитель, ЦМП
12.	Размещение в образовательном пространстве института наглядной агитации по формированию ЗОЖ	В течение всего периода	Проректор по воспитательной работе, руководитель, ЦМП
Организация спортивно-массовой работы			
1.	Определение перечня обязательных спортивно – массовых и оздоровительных мероприятий	В течение всего периода	Проректор по воспитательной работе, руководитель, ЦМП
2.	Организация волонтерского движения в студенческой среде	В течение всего периода	Проректор по воспитательной работе, руководитель, ЦМП
3.	Организация работы спортивных секций: волейбол, баскетбол, восточные единоборства, бадминтон и настольный теннис	В течение всего периода	Проректор по воспитательной работе, руководитель, ЦМП
4.	Создание базы данных по занятию студентов разными видами спорта	В течение всего периода	Кафедра ФКиС
5.	Организация и проведение спортивных соревнований по различным видам спорта	В течение всего периода	Кафедра ФКиС
6.	Организация и проведение Дней Здоровья	В течение всего периода	Кафедра ФКиС

7.	Организация сдачи ГТО студентами и преподавателями	В течение всего периода	Кафедра ФКиС
8.	Организация участия преподавателей, студентов и их родителей в Кроссе Наций, Лыжне России, велопробегах	В течение всего периода	Кафедра ФКиС
9.	Взаимодействие с социально-психологическими, общественными, медицинскими, образовательными, спортивными организациями; по проведению совместных мероприятий	В течение всего периода	Проректор по воспитательной работе, руководитель, ЦМП
10.	Организация и проведение индивидуальной оздоровительной работы со студентами, имеющими ограничения по здоровью	В течение всего периода	Кафедра ФКиС
11.	Разработка индивидуальных оздоровительных комплексов (студентов с различными заболеваниями) для самостоятельных занятий дома, в общежитии	В течение всего периода	Кафедра ФКиС
12.	Привлечение студентов к активной оздоровительной работе	В течение всего периода	Кафедра ФКиС
Организация мониторинга состояния здоровья, досуга студентов, условий их жизни и выявление групп повышенного риска			
1.	Организация проведения плановых медицинских осмотров	В течение всего периода	Фельдшер
2.	Проведение анкетирования на предмет отношения студентов к ЗОЖ	В течение всего периода	ЦМП, кураторы
3.	Психологическое тестирование и консультирование	В течение всего периода	ЦМП, специалисты центра «Доверие»

4.	Создание фонда оценочных средств для определения состояния психологического благополучия студентов (анкеты, опросники, тесты)	В течение всего периода	Проректор по воспитательной работе, руководитель, ЦМП
5.	Представление отчетов по мониторингу состояния здоровья студентов и их приобщению к ЗОЖ ежегодно на методическом Совете кураторов	В течение всего периода	Проректор по воспитательной работе, руководитель

6. Координация и контроль за ходом реализации Программы

Оценка качества и уровня спортивного и здоровьесберегающего воспитания объективно является комплексной задачей, что обуславливает необходимость привлечения к мониторингу разных специалистов: проректора по воспитательной работе института, руководителя Центра молодежной политики, кураторов групп, актива студенческого Совета института, преподавателей института.

В планы работы педагогического совета, методического объединения кураторов в обязательном порядке вносятся вопросы оценки и прогноза состояния спортивного и здоровьесберегающего воспитания студентов, а также обобщение опыта работы в данном направлении.

Администрация института координирует взаимодействие всех структурных подразделений, участвующих в организации спортивного и здоровьесберегающего воспитания студентов.

Координатором программы является проректор по воспитательной работе.
 Ответственные: преподаватели физической культуры, фельдшер, специалисты центра «Доверие».

7. Основные критерии эффективности реализации Программы

Предполагается, что реализация программы позволит:

- сформировать потребность в здоровом образе жизни;
- увеличить количество студентов, занимающихся в спортивных секциях и ведущих здоровый образ жизни;
- сформировать у студентов навыки конструктивного решения жизненных проблем;
- уменьшить факторы риска злоупотребления психоактивными веществами;
- уменьшить факторы распространения ВИЧ - инфекций(СПИДа) среди студенческой молодежи;