***Утверждена***

***29 августа 2017 года***

***на заседании педагогического совета***

***(Протокол № 1 от 29.08.2017г.)***

***Комплексная программа***

***«Здоровье колледжа»***

***(сроки реализации: 2016-2020 гг.)***

***Комплексная программа «Здоровье колледжа»***

***Задачи:***

1. Формирование гигиенической культуры на уровне информированности и навыков здорового поведения с охватом всех сообществ колледжа – учащихся, родителей, администрацию и педагогический коллектив.

2. Формирование мировоззрения на здоровый образ жизни как на уровне социума (колледжа), так и в микросреде (семья).

Программа представляет собой комплекс организационных мероприятий, процедур и действий, направленных на обеспечение комфортных условий обучения в колледже, формирование идеологии здоровья, благополучия учащихся и персонала. Использование разнообразных методов и средств обучения, т. е. модульный принцип обучения; интеграция в учебный процесс оздоровительных мероприятий; преемственность в воспитательно-оздоровительной работе; регистрация тенденций в показателях гигиенической культуры; совместная работа преподавателей и мастеров производственного обучения, медицинских работников, психологов.

**Оздоровительная работа включает ряд блоков.**

Организационный блок предполагает: ознакомление педагогического коллектива с программой, ее обсуждение, принятие, утверждение. Обсуждаются также вопросы реализации проекта: средства (финансовые, технические), временные рамки (урок, факультатив), этапы работы. В этот раздел включают разные вопросы, такие как открытие кабинетов психологической разгрузки и здорового образа жизни, тренажерного зала.

Следующий блок общего плана - педагогический. Это, прежде всего, повышение уровня знаний педагогов в отношении личного здоровья, которое осуществляется в режиме постоянно действующих циклов семинарских занятий, лекториев и других форм. Оптимально проводить такие занятия на базе колледжа путем привлечения медицинского персонала колледжа, приглашения специалистов из областных центров медицинской профилактики, лечебно-профилактических учреждений общего профиля и специализированных, а также ведущих сотрудников из региональных, городских учреждений. Тематика лектория согласуется с интересами слушателей, а также с проблемами здорового образа жизни, которые освещаются учащимися в курсе ОБЖ. Продолжение воспитательной работы осуществляется в колледже на факультативах и в кружках, при выполнении проектной работы. Тематика должна включать наиболее предпочтительные для обучающихся вопросы: профилактика наркомании, культура взаимоотношений в семье, рациональное питание, закаливание и т. д. В рамках педагогического блока проводится паспортизация учащихся. Она дает возможность ежегодно в течение всех лет пребывания в колледже отмечать изменения в уровне физического развития, психологическом статусе, коммуникативности, отношении к учебе, к колледжу. В отдельной папке классного руководителя в отдельный файл вкладывается именной паспорт с четырьмя указанными рубриками. Каждая рубрика имеет ряд позиций (вертикально). В конце (или в начале) учебного года учитель заполняет позиции каждой рубрики плюсом или минусом в соответствии с объективными данными. Эти данные за каждый год предоставляются учащимся и анализируются: как ученик вырос, окреп, как изменилось его здоровье, какие черты характера сформировались, чему научился, что приобрел. Комплекс личных достижений за год, оцененных самим учащимся, является движущей силой к самосовершенствованию.

***Следующий раздел плана включает медицинский блок:***

Проведение профилактических прививок, диспансеризация, обследование функционального состояния учащихся, участие медслужбы в педагогическом процессе — обучение учащихся оказанию первой помощи, проведение бесед с учащимися по вопросам полового воспитания, беседы с родителями по контролю поведения и оздоровления детей.

Социологический раздел плана. Он включает опросы учащихся, педагогов, родителей. В зависимости от поставленной цели опросы могут быть проблемными или, напротив, узкими, конкретными. Обратная связь между респондентами и администрацией, педагогами позволяет выявить определенные проблемы, решать частные вопросы реализации программы по укреплению здоровья учащихся.

Обучение здоровью предполагает повышение информированности по вопросам охраны здоровья и здорового образа жизни, формирование навыков гигиенического поведения. Такое обучение осуществляется в рамках предмета ОБЖ межпредметно, факультативно. Выявление тенденций в уровне знаний и реальном поведении прослеживается при анонимном опросе. При этом используется стандартная анкета, отражающая разные аспекты образа жизни учащихся: информированность, мотивационные установки, поведение.

***Основные задачи и содержание работы в колледже***

***по реализации программы.***

1. Колледж ставит перед собой следующие задачи:

- поиск здоровьесберегающих оптимальных режимов учебно-воспитательной работы;

- разработка, внедрение в практику лучшего опыта использования, совершенствования здоровьесохраняющих технологий обучения и воспитания, адекватных возможностей учащихся;

- содействие гармоничному развитию учащихся путем профилактики и коррекции возможных отклонений физического состояния и здоровья;

- вооружение педагогов необходимыми знаниями в области здоровья;

- оказание педагогам конкретной помощи в изучении физиологических возможностей организма детей, определении уровня физического развития, соответствия биологического возраста паспортному;

- пропаганда среди родителей, педагогов и учащихся основ здорового образа жизни.

2. В соответствии с основными задачами содержание работы колледжа определяется следующими направлениями:

- научным, изучающим закономерности развития, формирования личности учащегося с целью разработки способов, средств и методов применения валеологических знаний в условиях колледжа;

- прикладным, осуществляющим научно-методическое обеспечение всего процесса обучения и воспитания. Направление предполагает подготовку кадров педагогических, ориентированных на ЗОЖ, создание учебных пособий, методических рекомендаций;

- практическим (работа с обучающимися, родителями, педагогами колледжа в рамках программы).

3. Основными видами деятельности по программе «Здоровье» в колледже являются диагностика, развитие, профилактика и коррекция, консультирование.

3.1. Диагностическая деятельность.

Колледж решает следующие конкретные диагностические задачи:

- диагностический мониторинг физического состояния, гармоничности развития, физической подготовленности и работоспособности обучающихся,

- контроль за сбалансированностью питания;

- мониторинг причин, влияющих на ухудшение состояния здоровья и нарушение гармоничности физического развития.

3.2. Развивающая деятельность ориентирована на оказание помощи педагогическому коллективу в осуществлении индивидуального подхода в обучении и воспитании обучающихся, развитии их способностей и склонностей.

3.3. Профилактическая и коррекционная деятельность определяется необходимостью формирования у педагогов и обучающихся потребности в знаниях о здоровом образе жизни, желания использовать их в работе с учащимися, а также своевременным предупреждением и устранением возможных отклонений в состоянии здоровья и физического развития. Профилактическая и коррекционная работа проводится как с отдельными учащимися, педагогами, так и с их группами. В процессе профилактической и коррекционной работы осуществляются следующие конкретные мероприятия:

-организация и проведение круглых столов по здоровьесбережению,

-встречи со специалистами,

-организация и проведение спортивных мероприятий.

3.4. Консультативная деятельность ориентирована на повышение валеологической культуры педагогов и родителей; расширение кругозора по вопросам здорового образа жизни. При осуществлении консультативной работы необходимо решать следующие задачи:

- консультация педагогов, родителей по проблеме оздоровления обучающихся. Консультации могут носить как индивидуальный, так и групповой характер;

- индивидуальные и коллективные занятия с обучающимися по вопросам здорового образа жизни;

- повышение валеологической грамотности через работу педагогического совета, методических объединений, общих и родительских собраний;

- на базе библиотеки комплектация библиотечки по проблемам здоровья и здорового образа жизни.

***В соответствии с этим в РПК вводится следующая***

***модель колледжа здоровья:***

1. Образование в области здоровья. Это последовательно спланированная программа на весь образовательный курс, ориентированная на физические, интеллектуальные, эмоциональные и социальные аспекты здоровья. Цель – здоровье как необходимая составляющая общей культуры.

2. Физическое воспитание (физическая культура и спорт, трудовая деятельность), которое представляет собой последовательно спланированную программу на весь курс обучения физическим навыкам и физической активности, пригодную для всех обучающихся.

3. Работа медицинского кабинета ориентирована на профилактику и раннее вмешательство, включая оказание неотложной помощи, первой помощи, умение работать с хронически больными, связь с медицинскими учреждениями по месту жительства.

Система питания обеспечивает детей разнообразной, вкусной и здоровой пищей, формирует и отслеживает правила питания в столовой.

4. Служба здоровья оценивает состояние здоровья педагогического и технического персонала, уровень его компетентности по данному вопросу, готовность к системным действиям по сохранению здоровья, поддерживает работу персонала, направленную на обеспечение здоровья обучающихся, создает позитивные ролевые модели.

5. Консультирование, психологическая и социальная служба включают в работу базирующиеся в колледже структуры социального обеспечения.

6. Здоровая среда направлена на формирование благоприятного физического и психологического климата в колледже.

7. Вовлечение родителей и общественности включает широкий круг возможностей по сохранению и улучшению здоровья обучающихся.

***Что будет достигнуто в процессе реализации программы***

***«Здоровье» в колледже:***

1.Сформировано ценностное отношение к здоровью всех участников педагогического процесса.

2. Сформирована валеологическая культура педагогов, обучающихся и их родителей.

3. Внедрены новые традиции, пропагандирующие и способствующие здоровому образу жизни.

4.Отслежены параметры личностного здоровья всех участников педагогического процесса (совместно с медицинскими работниками).

5.Создана модель профилактики и коррекции социальных вредностей (табакокурения, алкоголизма, токсикоманией, наркомании).

6.Создана модель социально-педагогической поддержки детей «группы риска» и детей-инвалидов (если таковые есть).

***Стратегия развития колледжа в рамках программы «Здоровье».***

Ресурсы, необходимые для развития программы: готовность персонала, родителей, обучающихся к участию в программе, профессиональная компетентность педагогов, ресурс власти, ресурс времени, информационные ресурсы, финансовые и материально технические.

Общие тактические задачи на первом этапе реализации программы:

1. Провести социологические исследование обучающихся колледжа, выявить и определить реальное состояние здоровья обучающихся.

2. Провести «инвентаризацию» проблем колледжа, выявив существенные факторы, влияющие на здоровье.

3. Вовлечь родителей и общественность города и района в реализацию программы.

4. Обеспечить образовательное пространство для осуществления программы

***Деятельность медицинского пункта.***

1. Оказание своевременной и целенаправленной медицинской помощи.

2. Раннее выявление отклонений в состоянии здоровья.

3. Создание здоровой и безопасной образовательной среды (микроклимат, освещенность, мебель).

4. Повышение эффективности психологической поддержки.

В связи с данными задачами, исходя из содержания программы «Здоровье», необходимо иметь следующие показатели:

- число заболеваний за год;

- количество дней, пропущенных по болезни;

- количество учащихся, переболевших за год (%);

- количество впервые выявленных заболеваний;

- количество детей, наблюдающихся узкими специалистами;

- инфекционные заболевания;

- травматизм;

- физическое развитие;

- масса тела;

- осанка;

-риск формирования зависимости (случаи употребления наркотиков, алкоголя, курение);

- получение социальной помощи.

Данные показатели дают возможность объективно оценивать состояние здоровья обучающихся в динамике и могут быть использованы в качестве медицинских критериев эффективности различных образовательных программ, направленных на укрепление здоровья.

Примечание: из общего количества обучающихся колледжа необходимы данные на каждую группу отдельно.

***Образование в области физического воспитания.***

Дети по уровню здоровья и физической подготовленности подразделяются на три медицинские группы – основную, подготовительную и специальную. На основе учета возраста, показателей физической подготовленности, степени заболевания ежегодно к началу учебного года формировать специальные медицинские группы обучающихся. Занятия проводить с учетом рекомендаций МРИО (методическое пособие «Занятия с обучающимися, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе»).

Соблюдать санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к урокам физкультуры, работы в мастерских, (проветриваемые чистые помещения, специальная форма, определенные нормами физические нагрузки).

Профилактика заболеваний через здоровое питание.

Деятельность по улучшению питания обучающихся должна предполагать два аспекта: питание ребенка в колледже и контроль за полноценностью питания в семьях учеников.

Для решения данной проблемы необходимо:

1. Не нарушая финансовой сметы, оптимизировать рацион питания исходя из возможностей колледжа.

2. Добиваться витаминизации рациона питания в период с марта по май (соки, фрукты).

3. Выдерживать режим питания обучающихся, учитывая их возрастные особенности.

4. Медицинской сестре, ответственной за питание, компетентной общественности контролировать процесс приготовления пищи.

5. Минимальными ресурсами при идеальной чистоте выдерживать эстетику столовой.

6. Преподавателям и мастерам, находить возможность в доступной, деликатной форме информировать детей о питании в домашних условиях.

Участие родителей и общественности в реализации программы «Здоровье».

Родители должны помогать своим детям:

- в овладении необходимыми знаниями и умениями в области сохранения здоровья;

- в процессе организации ими учебной и досуговой деятельности;

- в организации здоровья жизнедеятельности за рамками учебно-воспитательного процесса в колледже;

- в борьбе с вредными привычками.

**Мероприятия**

**по созданию здоровье сберегающей образовательной среды**

1.Динамические перемены.

2.Учет групп здоровья обучающихся в образовательном процессе.

4.Систематический контроль за тепловым режимом (18-20 0 С) .

5.Контроль за 100% освещенность учебных кабинетов, коридоров и рекреации колледжа.

6.Организация только влажной уборки учебных помещений.

7.Организация горячего питания учащихся.

8.Составление расписания занятий в строгом соответствии с нормами СанПиНа.

9.Родительские собрания и родительский лекторий по вопросам психологии, наркологии, гигиены.

10.Проведение спортивных мероприятий не реже 1 раза в месяц.

11.Проведение часов общения по здоровьесберегающим технологиям.

12.Проведение занятий по санмедподготовке согласно программе по ОБЖ. Работа медико-психолого-педагогической «Школы «Доверие» (для обучающихся 1-2 курсов).

13.Организация и проведение занятий «Школы женихов и невест».

14.Реализация программы «Школа молодого педагога»,

15.Реализация программы по охране труда «Здоровый коллектив»

***Здоровье сберегающие технологии в образовательном процессе***

1.Построение урока на основе закономерности учебно-воспитательного процесса с использованием последних достижений передовой педагогической практики с учетом вопросов здоровье сбережения.

2.Реализация на уроке в оптимальном соотношении принципов и методов как общедидактических, так и специфических.

3.Обеспечение необходимых условий для продуктивной познавательной деятельности обучающихся с учетом их состояния здоровья, особенностей развития, интересов, наклонностей и подробностей .

4.Установление межпредметных связей, осознаваемых обучающимися, осуществление связи с ранее изученными знаниями и умениями.

5.Активизация развития всех сфер личности обучающихся.

6.Логичность и эмоциональность всех этапов воспитательной деятельности.

7.Эффективное использование педагогических средств здоровьесберегающих образовательных технологий (смена вида деятельности на уроках).

8.Формирование практически необходимых знаний, умений, навыков, рациональных приемов мышления и деятельности.

9.Обеспечение вариативного использования правил здорового образа жизни в зависимости от конкретных условий проведения урока.

10.Формирование умения учиться, заботясь о своем здоровье.

11.Тщательная диагностика, прогнозирование, проектирование, планирование и контроль каждого урока с учетом особенностей развития учащихся.

***Мероприятия по укреплению здоровья обучающихся***

1.Углубленный медицинский осмотр детей, страдающих хроническими заболеваниями

2.Контроль за проведением плановых прививок обучающихся колледжа.

3.Дни здоровья (1 раз в месяц)

4.Туристический слет (1 раз в год)

5.Организация системы спортивных кружков и секций на базе колледжа.

6.Организация и проведение совместных спортивных мероприятий колледжа, отдела по делам молодёжи и спорту, ПЧ №15, ОВД, МЧС и т.д.

7. Наличие тренажерного зала – есть (3 корпус – общежитие)

8. Наличие спортивной площадки (имеется у 3 корпуса – общежитие)

9. Наличие программ (договоров о сотрудничестве) с центрами психологической и социальной помощи:

* Договор с МАУ ДОД «ЦДТ» о работе медико-психолого-педагогической «Школы «Доверие».
* Договор о сотрудничестве с МУЗ ЦРБ, публичной библиотекой.
* Совместный план работы с РОВД и отделом опеки и попечительства ТУ СЗН по профилактике правонарушений.
* «Школа женихов и невест» (подготовка к семейной жизни).
* Программа по охране труда «Здоровый коллектив».
* Программа «Школа молодого педагога»

10. 31 мая – день борьбы с курением.

11.Четыре раза в год организация и проведение единых дней профилактики с привлечением сотрудников ОВД, прокуратуры, суда, МУЗ ЦРБ.

12.Ноябрь – проведение месячника «Мир молодёжи против наркотиков».

13.Январь – февраль – проведение месячника спортивной и оборонно-массовой работы.

14.1 декабря – День борьбы со СПИДом.

16.Районная программа «Территория возможностей» (работа с детьми «группы риска» - с 01.04.2017 года) – площадка колледжа «Территория опыта»

***Достижения колледжа по здоровьесберегающим технологиям***

***за 2018 год.***

-1 место в районных спортивных соревнованиях по волейболу среди мужских команд трудовых коллективов на приз фракции «Единая Россия»,

-1 место в районных товарищеских встречах по волейболу,

-Благодарность от КДН и ЗП администрации МО «Родниковский муниципальный район» за активную работу по профилактике неблагополучия, правонарушений и преступлений среди несовершеннолетних,

-1 место в районных соревнованиях по стрельбе,

-призовые места в военно-полевых сборах по различным видам спорта,

-конкурс «Спортсмен года-2018» - Баданов Дмитрий (группа № 1 «Мастер отделочных строительных работ»),

-учреждён переходящий кубок «Самая активная и результативная группа за время проведения месячника спортивной и оборонно-массовой работы - в 2018 году победитель группа № 21-с «Строительство и эксплуатация зданий и сооружений»,

–отделом по делам молодёжи и спорту учреждён переходящий кубок «Самая спортивная группа года» - в 2018 году победитель группа № 21-с «Строительство и эксплуатация зданий и сооружений»,

-дипломы участников в областных гонках по биатлону и лыжным гонкам,

-2 и 3 места в районном легкоатлетическом кроссе на приз газеты «Родниковский рабочий»,

-диплом победителя в номинации «Самая спортивная команда» в районном фитнес-фестивале «Спорт! Стиль! Жизнь!»,

-диплом участника областного конкурс «Призывник года»,

-диплом участника областных соревнований по спортивно-тактической подготовке « Путь мужества»,

-Благодарность от Депутата Ивановской областной Думы Малышкиной А.И. за активную работу с подростками по формированию здорового образа жизни,

-дипломы участников областных соревнований по лыжам и биатлону,

-3 командное место в областных соревнованиях «Кубок по многоборью»,

-дипломы участников в областном конкурсе плакатов «Молодёжь против наркотиков»,

-Медаль «За заслуги перед Родниковским районом» - Гатин А.М., преподаватель физической культуры,

-Благодарственное письмо от Ивановского регионального отделения ОГФ ФСО «Юность России»,

-2 командное место в спартакиаде ИРО ОГФСО «Юность России»,

-3 место в областном конкурсе плакатов «Дорога, безопасность, жизнь!»,