

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЛЕСОТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Г.Ф. МОРОЗОВА»**

Утверждаю:  
И.о. ректора ФГБОУ ВО «ВГЛТУ»  
Драпалюк М.В.  
«17» \_\_\_\_\_ 2016г.

**Программа по пропаганде и обучению навыкам  
здорового образа жизни, требованиям охраны труда**

## Содержание

1. **Введение.**
2. **Общие положения программы.**
3. **Цель программы.**
4. **Задачи программы.**
5. **Структура программы.**
6. **Принципы реализации программы.**
7. **Пути решения задач.**
8. **Основные формы и методы реализации программы.**
9. **Ожидаемые итоги реализации программы.**

## *Введение*

Программа об охране здоровья и текущем контроле за состоянием здоровья обучающихся в ФГБОУ ВО «ВГЛТУ» разработано в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным законом Российской Федерации от 21 ноября 2011 г. № 323 – ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации», Федеральными требованиями к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников, локальными актами образовательного учреждения, регламентирующими вопросы охраны здоровья и контроля за состоянием здоровья обучающихся.

Состояние здоровья молодежи является важнейшим слагаемым здорового потенциала нации, поэтому сохранение и развитие здоровья студентов и формирование у них здорового образа жизни, сегодня имеет приоритетное значение, о чем свидетельствует реализуемый Правительством РФ национальный проект «Здоровье». На необходимость формирования потребности в здоровом образе жизни студенческой молодежи нацеливает «Национальная доктрина образования РФ на период до 2025 года» и «Концепция ФЦП «Развитие физической культуры и спорта в РФ на 2016-2020 годы». Неслучайно в последнее время повышается роль Высшей школы как социального института, формирующего не только компетентного специалиста, но и полноценную, здоровую личность с такими сформированными качествами и свойствами личности как социальная активность, ориентация на здоровый образ жизни, эстетические идеалы и этические нормы жизни.

ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЛЕСОТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Г.Ф. МОРОЗОВА способствует созданию необходимой оздоровительно-воспитательной практики, обеспечивающей личность студента адекватными его способностям 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 ФГБОУ ВО «ВГЛТУ» выступают: культивирование моды на спорт и здоровый образ жизни руководством, профессорско - преподавательским составом, администрацией университета, интеграция усилий руководства, административных структур ФГБОУ ВО «ВГЛТУ» в работе спортивных клубов и секций; обеспечение субъектной позиции студента как равноправного, компетентного и ответственного участника, вносящего свой вклад в развитие в популяризацию здорового образа жизни, независимо от индивидуальных физических способностей и спортивных достижений.

Целью физического воспитания и образования в ФГБОУ ВО «ВГЛТУ» 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 университета в области формирования здорового образа жизни студентов, организации и созданию условий для профилактики и оздоровления обучающихся. Кроме этого данная программа нацелена на профилактику и запрещение употребления алкогольных и слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их аналогов и других одурманивающих веществ, а также табакокурения.

### *Общие положения программы*

Проблемы, обусловившие необходимость разработки программы по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни среди обучающихся и сотрудников ФГБОУ ВО «ВГЛТУ»;

1. Ухудшение экологической обстановки, убыстряющийся темп жизни – основные факторы, влияющие на здоровье студентов и сотрудников ФГБОУ ВО «ВГЛТУ».
2. Возрастающие учебные нагрузки, стрессовые ситуации, сказывающиеся на здоровье студентов.
3. Рост употребления алкогольных и слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их аналогов и других одурманивающих веществ.
4. 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 органа зрения, мочеполовой системы, нервной системы. Причинами заболеваний являются не только наследственная предрасположенность, но и отсутствие увлеченности физкультурой и спортом, специфика условий и характера деятельности (большая нагрузка на органы зрения), несоблюдение режима питания, активного отдыха и другие.

### *Цель программы*

Определение и оптимизация путей и условий для улучшения здоровья участников образовательного процесса в ФГБОУ ВО «ВГЛТУ». Развитие и внедрение здоровьесберегающих технологий в деятельность университета, пропаганда здорового образа жизни, формирование мотивации здорового образа жизни, обучение студентов знаниям, умениям и навыкам здорового образа жизни, профилактика и запрещение употребления алкогольных и слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их аналогов и других одурманивающих веществ, табакокурения, а также профилактика асоциального поведения. Всё это позволит повысить качество подготовки специалистов.

### *Задачи программы:*

- Усилить внимание в учебном процессе 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 аналогов и других одурманивающих веществ;
- Обеспечить развитие социальной работы, направленной на оздоровление студентов;
- Развивать внеучебную работу по повышению мотивации к здоровому образу жизни и оздоровлению студентов, а также профилактике здорового образа жизни;
- Формирование у студентов осознанной потребности в занятиях физическими упражнениями, приобщение студентов к занятиям физкультурой и спортом, практическому участию в работе спортивных секций, состязаниях и спортивно-массовых мероприятиях, а также в организации спортивных соревнований;

- Повышение уровня информированности молодежи по вопросам сохранения и укрепления здоровья посредством действующей информационно-пропагандистской и образовательной системы ФГБОУ ВО «ВГЛТУ», привлечению к активному отдыху, занятию физической культурой, туризмом и спортом;
- Создание условий для охраны здоровья и полноценного питания студентов;
- Разработка и проведение мероприятий по здоровью сберегающей деятельности образовательного учреждения с использованием современных информационных технологий;
- Разработка и проведение профилактических и пропагандистских мероприятий, способствующих отказу от вредных привычек (курение, употребления алкогольных и слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их аналогов и других одурманивающих веществ) среди студентов и преподавателей;
- Внедрение в систему внеучебной работы комплекса мероприятий, направленного на поддержку молодежных инициатив по формированию и пропаганде здорового образа жизни среди студентов и преподавателей;
- формирование в сознании студентов понимания жизненной необходимости физкультурно-оздоровительных занятий;
- мониторинг здоровья;
- совершенствование здоровьесберегающих технологий обучения и воспитания;

### *Структура программы*

Разработанная и реализуемая в ФГБОУ ВО «ВГЛТУ» Программа предусматривает:

1. Организационные мероприятия (мероприятия по практической реализации задач на период до 2020 г);
2. Мероприятия по 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 ФГБОУ ВО «ВГЛТУ» 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. Ожидаемые итоги реализации Программы.

*Поставленные цели и задачи предполагают соблюдение следующих принципов:*

- повышение физической активности обучающихся, повышение доступности занятий физической культурой и спортом для студентов ФГБОУ ВО «ВГЛТУ»;
- снижение потребления алкоголя;

- снижение распространенности курения;
- улучшение структуры и качества питания;
- профилактика употребления наркотиков и наркотических средств;
- обеспечение безопасных условий труда, снижение травматизма на рабочих местах;
- снижение дорожно-транспортного травматизма;
- повышение доступности и качества оказания медицинской помощи населению;
- улучшение качества окружающей среды (атмосферного воздуха, питьевой воды);
- непрерывность оздоровительных мероприятий на протяжении обучения.
- физическое воспитание является не только учебной дисциплиной, но и важнейшим базовым компонентом формирования культуры здоровья студенческой молодёжи;
- приоритет оздоровительных и профилактических мер;
- своевременное реагирование на тенденции в состоянии здоровья молодых людей;
- доступность оздоровительных мероприятий для молодежи;
- создание в регионе эффективной инфраструктуры для осуществления мероприятий по укреплению здоровья и профилактики.

#### *Пути решения задач по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни:*

1. Создание в ФГБОУ ВО «ВГЛТУ» организационно-педагогических, материально-технических, санитарно-гигиенических и других условий оздоровления, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья участников образовательного процесса;
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 аналогов и других одурманивающих веществ ;
4. Разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья студентов, сотрудников и профессорско-преподавательского персонала ;
5. Внедрение в деятельность ФГБОУ ВО «ВГЛТУ» достижений педагогической науки и практики в сфере оздоровлении;
6. Профилактика алкоголизма и наркомании в студенческой среде;
7. Создание единого пространства для формирования и воспитания гармонично развитой личности, физического и психического комфорта в условиях ФГБОУ ВО «ВГЛТУ».

#### *Основные формы и методы реализации программы 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;

2. Проведение соревнований в рамках ФГБОУ ВО «ВГЛТУ» по основным видам спорта. Участие в спортивных соревнованиях формирует личностные качества, необходимые для эффективной профессиональной деятельности;
3. Комплексное развитие физических и психических качеств с первоочередным 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.

#### *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;
- Снижение уровня заболеваемости студентов и сотрудников ФГБОУ ВО «ВГЛТУ»;
- Проведение диспансеризации и мониторинга физического состояния обучающихся, преподавателей и сотрудников ФГБОУ ВО «ВГЛТУ»;
- 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;
- Качественное и полноценное горячее питание;
- 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 здоровья сберегающей активности, эффективности учебной и трудовой деятельности.

Программа утверждена на ученом совете ФГБОУ ВО «ВГЛТУ»

От 17 июня 2016 г. №12