

Омский лётно-технический колледж гражданской авиации имени А.В. Ляпидевского - филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Ульяновский институт гражданской авиации имени Главного маршала авиации Б.П. Бугаева»



УТВЕРЖДАЮ

И.о. Директора филиала

Т.А. Григорец

2023 г.

### **Направления работы по реализации программы «Здоровый образ жизни» в филиале в 2023 - 2024 учебном году**

#### **Цель программы:**

Создание оптимальных условий для сохранения и укрепления здоровья, формирование здорового образа жизни участников образовательного процесса.

#### **Задачи программы:**

- внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий;
- воспитание у педагогов и курсантов сознательного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни;
- формирование у педагогов и курсантов основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью;
- непрерывное профессиональное самообразование, накопление банка данных по методологической, диагностической деятельности физкультурно-оздоровительной направленности;
- пропаганда здорового образа жизни, формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности;
- изменение ценностного отношения к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое поведение;
- повышение уровня правовых знаний, касающихся ответственности несовершеннолетних и их родителей за хранение, распространение и применение наркотических и психотропных веществ;
- обучение умению противостоять разрушительным для здоровья формам поведения.

#### **Основные направления программы:**

- диагностическая деятельность (МСЧ филиала);
- спортивно-оздоровительная деятельность;
- профилактика заболеваний у курсантов, комплексное оздоровление курсантов;
- здоровое питание курсантов филиала;
- профилактика наркомании, табакокурения, алкоголизма;
- работа с педагогическим коллективом, родителями по пропаганде здорового образа жизни в семье.

**Концептуальные положения программы:**

Здоровье – главная жизненная ценность. Забота о здоровье необходима и больному, и здоровому человеку.

**Валеологический подход.** Триединый принцип валеологии: формирование, сохранение и укрепление здоровья индивида на основе использования всех позитивных факторов.

**Принцип здорового образа жизни** – соблюдение санитарно-гигиенического режима.

**Педагогизация окружающей среды:** организация целесообразного здоровьесберегающего пространства.

**Принцип природосообразности:** учет и использование физиологических возможностей организма курсанта в соответствии с возрастным развитием, дифференцированный и индивидуальный подход к курсанту.

**Разнообразие методов и средств физического воспитания.**

**Принцип саморегуляции:** «чтобы быть здоровым, нужны собственные усилия, постоянные и значительные».

**Ожидаемый результат от реализации программы:**

- использование в образовательном процессе здоровьесберегающих технологий;
- сознательное отношение личности к своему здоровью и здоровому образу жизни, отказ от вредных привычек;
- наличие у курсантов основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью;
- повышение общей культуры в направлении сохранения и развития физического здоровья;
- повышение уровня общей физической активности;
- наличие банка данных по методологической, диагностической деятельности физкультурно-оздоровительной направленности.

**Участники программы:**

Курсанты филиала, Курсантский совет филиала, родители курсантов, директор филиала, заместитель директора по воспитательной работе, заместитель директора по учебной работе, педагоги, начальник организационно-воспитательного отдела, воспитатели, социальный педагог, педагог – психолог, классные руководители учебных групп, медицинские работники, психолог ВЛЭК медико-санитарной части.

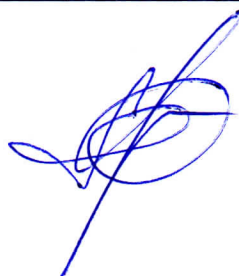
**Программа «Здоровый образ жизни»**

<b>Направление деятельности</b>	<b>Задачи</b>	<b>Сроки исполнения</b>	<b>Ожидаемые результаты</b>
Диагностическая деятельность.	Изучить состояние здоровья курсантов, образ жизни курсантов. Выявить нарушения здоровья, наличие вредных привычек. Создать банк данных.	В течение учебного года	Получение картины состояния физического здоровья курсантов, оптимизация форм работы.

Направление деятельности	Задачи	Сроки исполнения	Ожидаемые результаты
	Поиск наиболее оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья.		
Спортивно-оздоровительная деятельность.	Укрепить здоровье, содействовать нормальному физическому развитию через учебную и внеучебную спортивную деятельность. Вовлечь наибольшее количество курсантов в спортивно-оздоровительную деятельность.	В течение учебного года	Приобщение курсантов к различным видам спорта. Спорт – норма жизни. Формирование положительного отношения к здоровому образу жизни.
Профилактика заболеваний у курсантов. Комплексное оздоровление курсантов.	Выявить состояние здоровья через профилактические осмотры. Осуществлять коррекцию здоровья в условиях образовательной организации.	В течение учебного года	Формирование физически развитой и здоровой личности.
Здоровое питание курсантов.	Улучшить питание курсантов в столовой, т.е. использовать разнообразное меню, витаминизация, нормы, калорийность.	В течение учебного года	Уменьшение заболеваний среди курсантов.
Профилактика наркомании, табакокурения, алкоголизма.	Воспитание негативного отношения к вредным привычкам. Проведение мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни.	В течение учебного года	Формирование у курсантов потребности вести здоровый образ жизни.

Направление деятельности	Задачи	Сроки исполнения	Ожидаемые результаты
Работа с педагогическим коллективом, родителями по пропаганде здорового образа жизни в семье.	Формировать у курсантов и их родителей потребности вести здоровый образ жизни.	В течение учебного года	Обеспечение плодотворного и полноценного сотрудничества с родителями в учебно-воспитательном процессе. Создание единого воспитательного пространства «родители - курсанты - педагоги».

Заместитель директора филиала  
по воспитательной работе



В.Н.Трутенъ

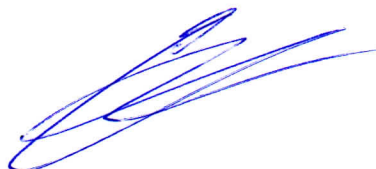
СОГЛАСОВАНО:

Заведующий учебной частью филиала  
«15» 08 2023 г.



О.Э.Степанова

Начальник МСЧ филиала  
«11» 08 2023 г.



О.В. Козлова