Религиозная организация духовная образовательная организация высшего образования
«ТЮМЕНСКАЯ БИБЛЕЙСКАЯ СЕМИНАРИЯ ХРИСТИАН ВЕРЫ ЕВАНГЕЛЬСКОЙ»
627014, Российская Федерация, Тюменская область, г. Ялуторовск, ул. Чкалова, дом 1, строение 1.

УТВЕРЖДАЮ
Ректор Религиозной организации
духовной образовательной организации
высшего образования
«Тюменская Библейская Семинария
Христиан Веры Евангельской»
_____
епископ Шестаков Е.Н.
«20» февраля 2020 г.

СОГЛАСОВАНО С УЧРЕДИТЕЛЕМ
Председатель Совета
Централизованной Религиозной
Организации «Ассоциация Миссий
Христиан Веры Евангельской Тюменской
области «Ковчег»
_____
епископ Новицкий М. Л.
«20» февраля 2020 г.

КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА

«ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ»

(Срок реализации 2020 — 2023 гг.)

Ялуторовск

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Программа разработана в соответствии с Конституцией Российской Федерации, Федеральным законом «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» от 30 марта 1999 года № 52-ФЗ, Указом Президента Российской Федерации от 9 октября 2007 года № 1351 «Об утверждении Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года», Концепцией демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года, Национальной доктриной образования РФ на период до 2025г., Федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации.

Программа «Здорового образа жизни» (далее - Программа) Религиозной организации Духовная образовательная организация высшего образования «Тюменская Библейская Семинария Христиан Веры Евангельской» (далее - Семинария) определяет цель, задачи, принципы и основные направления деятельности Семинарии в области формирования здорового образа жизни студентов, сотрудников и профессорско-преподавательского состава на период до 2023 года.

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ

Здоровье студенческой молодежи и профессорско-преподавательского состава Семинарии является одним из важнейших условий эффективной деятельности участников воспитательно-образовательного процесса. Различные отклонения и ухудшение показателей здоровья, возникающие в процессе обучения, являются препятствиями в достижении успехов в образовательном процессе Семинарии.

Необходимость проведения широких профилактических мер в отношении юношества, включающих, прежде всего, меры воспитательного характера, актуализируется в связи с тем, что в этом возрасте формируются основные поведенческие установки, взгляды, навыки, привычки, определяющие в дальнейшем образ жизни человека. Именно в этот период можно предупредить возникновение вредных привычек, эмоциональной невоздержанности, установки на пассивный отдых, нерациональное питание, что в дальнейшем может стать факторами «риска».

Кроме гуманитарного аспекта, выражающегося в самоценности здоровья, проблема имеет четко выраженную социально-экономическую сторону, так как здоровье — одно из обязательных условий полноценного выполнения человеком своих социальных и профессиональных функций. Отсюда следует, что забота о здоровье студентов есть важнейшая задача в деле подготовки специалистов.

В русле обучения одним из важнейших является педагогический воспитательный аспект, определяющий вопросы формирования ценностного отношения студентов и преподавателей к здоровьесбережению, как мировоззренческой установки личности.

Проблемы, обусловившие необходимость разработки программы по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни среди обучающихся и сотрудников Семинарии: ухудшение экологической обстановки, убыстряющийся темп жизни — основные факторы, влияющие на здоровье студентов и сотрудников Семинарии; возрастающие учебные нагрузки, стрессовые ситуации, сказывающиеся на здоровье студентов; рост употребления алкоголя, токсических и наркотических веществ в обществе; недостаточность знаний основ гигиены, правильного питания, о вреде и последствиях алкоголизма, табакокурения, наркомании в обществе.

Поэтому задачей Семинарии является не только образовательная, но и здоровьесберегающая и здоровьеформирующая деятельность.

Программа определяет цель, задачи, принципы, основные тактические, и стратегические направления развития «Здорового образа жизни» студентов,

сотрудников и профессорско-преподавательского состава на период до 2023 года и должна обеспечивать положительную динамику развития в нем образовательного пространства и здоровьесберегающей среды. Кроме того, программа может модифицироваться и видоизменяться с появлением новых юридических документов, перспективных задач развития и ресурсов.

Целью программы является формирование культуры здоровья субъектов образовательного процесса на основе осознания здоровья как ценности, формирование мотивации здорового образа жизни, обучение студентов знаниям, умениям и навыкам здорового образа жизни, что позволит повысить качество подготовки специалистов.

Задачи здоровьесберегающей деятельности С е м и н а р и и :

• сохранение и поддержание здоровья участников образовательного процесса;

• формирование у студентов потребности в здоровом образе жизни и обучение основам здорового образа жизни;

• достижение высокого уровня физической подготовленности студентов, закрепление физической активности как необходимого элемента здорового образа жизни;

• формирование у молодежи устойчивого интереса к регулярным занятиям массовой физической культурой и спортом.

• формирование в сознании студентов понимания жизненной необходимости физкультурно-оздоровительных занятий;

• мониторинг здоровья;

• совершенствование здоровьесберегающих технологий обучения и воспитания.

Пути решения задач п о оздоровлению и пропаганде здорового образа

- создание в Семинарии организационно-педагогических, материально-технических, санитарно-гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья участников образовательного процесса;

- развитие содержательной и материальной базы оздоровления участников образовательного процесса средствами физической культуры;

- создание материально-технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению участников образовательного процесса к здоровому образу жизни;

- разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья студентов, сотрудников и профессорско-преподавательского персонала в Семинарии;

- внедрение в деятельность образовательного учреждения достижений педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения;

- профилактика девиантного поведения, алкоголизма и наркомании в студенческой среде;

- создание единого пространства для формирования и воспитания гармонично развитой личности, физического и психического комфорта в условиях Семинарии.

НАПРАВЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕИ ПОЛИТИКИ В СЕМИНАРИИ

Политика Семинарии по сохранению здоровья, должна реализовываться в следующих *направлениях:*

- здоровьесбережение в процессе обучения и воспитания студентов,

- здоровьесбережение в трудовой деятельности сотрудников и профессорско-преподавательского состава,
- формирование здоровьесберегающей компетенции будущих специалистов.

Данные направления здоровьесберегающей политики базируются на следующих положениях:

1. На определении «здоровья» Всемирной организацией здоровья, как состоянии полного телесного, душевного и социального благополучия, а не только как отсутствие болезней.

2. На Федеральном законе «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения».

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯИ ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ

Данное направление предусматривает:

- проведение мониторинга здоровья для получения оперативных данных о психическом и физическом состоянии студенческой молодежи, ее интеллектуальном потенциале и социально-нравственном здоровье.
- проведение лечебно-профилактической работы среди студентов, отнесенных к группе риска по состоянию здоровья;
- оптимизация учебных воздействий на обучаемых в зависимости от их индивидуальных особенностей;
- использование оздоровительных принципов в процессе проведения социокультурных мероприятий (турслеты, агитпоходы и др.);
- формирование у студентов здоровьесберегающего целесообразного поведенческого стереотипа (культура здоровья);
- обеспечение практической направленности знаний о здоровьесбережении, в том числе в собственной семье;
- содействие осуществлению последовательной и непрерывной системы обучения здоровью.

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ В ТРУДОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКОВ ПРОФЕССОРСКО-ПРЕПОДАВАТЕЛЬСКОГО СОСТАВА

- Повышение компетентности профессорско-преподавательского состава в области здоровьесбережения участников образовательного процесса;
- Активное вовлечение профессорско-преподавательского состава в процесс диспансеризации;
- Формирование у преподавателей и сотрудников Семинарии потребности в здоровом образе жизни и регулярных занятиях физической культурой.

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ КОМПЕТЕНЦИИ

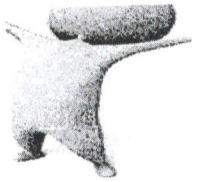
Под **здоровьесберегающей компетенцией** мы понимаем интегративное свойство личности студента, включающее знания, умения, профессиональный и жизненный опыт, основанные на сформированном мотивационно-ценностном отношении к здоровью, выражающееся в способности и готовности решать задачи, связанные с реализацией здоровьесбережения

Структурно-содержательный аспект здоровьесберегающей компетенции представлен на схеме 1 (схема 1).

Схема 1- Здоровьесберегающая компетенция студента
Семинарии: **структурно-содержательный аспект**

Социально-трудовой компонент включает в себя способности формирования активной гражданской позиции «Я здоров — значит, полезен государству».		Общекультурный компонент включает способности формирования культуры здоровья, поведения и общения; наличие представлений, связанных с философским, научным и правовым отношением к здоровью.
Когнитивный компонент предполагает теоретическую готовность к процессу здоровьесбережения и включает в себя знания, с помощью которых можно укреплять и сохранять здоровье, знания, необходимые для самообразования в аспекте здоровьесбережения.		Учебно-познавательный компонент включает в себя умения эффективно организовывать учебную деятельность; развитие навыков составления индивидуальных траекторий жизнедеятельности и обучения; овладение рациональными способами обработки информации по сохранению здоровья.

Здоровьесберегающая **компетенция** студента Семинарии



Информационный компонент включает умения анализировать информацию о вреде и пользе здоровью, знание опасности курения, алкоголизма, СПИДа, наркомании, знание норм ЗОЖ, информационную грамотность в вопросах здоровья.		Коммуникативный компонент включает в себя умения владеть бесконфликтным, конструктивным общением, умения слушать н слышать.
Деятельностный компонент предполагает умения выявлять факторы, негативно влияющие на здоровье, реализовывать индивидуальную работу в области здоровьесбережения, использовать потенциал всех ресурсов для сохранения собственного здоровья и здоровья окружающих.		**Ценностно-смысловой** компонент включают в себя способности формирования ценностей жизни, здоровья и долголетия, семьи, мотивацию к ЗОЖ, знание и применение факторов положительного влияния ЗОЖ на организм.

Здоровьесберегающая компетенция сегодня находится в ряду современных ключевых компетенций и включает в себя компоненты, способности, ориентированные на сохранение, укрепление и поддержание здоровья:

1. **Социально-трудовой компонент** здоровьесберегающей компетенции включает в себя способности формирования активной гражданской позиции «Я здоров — значит, полезен государству».
2. **Общекультурный компонент** здоровьесберегающей компетенции включает в себя способности формирования культуры здоровья, поведения и общения; наличие представлений, связанных с философским, научным и правовым отношением к здоровью.
3. **Когнитивный компонент** здоровьесберегающей компетенции предполагает теоретическую готовность к процессу здоровьесбережения и включает в себя знания, с помощью которых можно укреплять и сохранять здоровье, знания, необходимые для самообразования в аспекте здоровьесбережения.
4. **Учебно-познавательныи компонент** здоровьесберегающей компетенции включает в себя умения эффективно организовывать учебную деятельность с точки зрения распределения нагрузок и сил; формирование умений здоровьесбережения средствами учебно-познавательной деятельности; развитие навыков составления индивидуальных траекторий жизнедеятельности и обучения; овладение рациональными способами обработки информации по сохранению здоровья.
5. **Информационный компонент** здоровьесберегающей компетенции включает в себя умения анализировать информацию о вреде и пользе здоровью, знание опасности курения, алкоголизма, СПИДа, наркомании, знание норм ЗОЖ, правил поведения в экстремальных ситуациях, информационную грамотности в вопросах здоровья.
6. **Деятельностный компонент здоровьесберегающей** компетенции предполагает умения выявлять факторы, негативно влияющие на здоровье, планировать и реализовывать индивидуальную работу в области здоровьесбережения, максимально использовать потенциал всех ресурсов для сохранения собственного здоровья и здоровья окружающих.
7. **Коммуникативныи компонент** здоровьесберегающей компетенции включает в себя умения владеть бесконфликтным, конструктивным общением, умения слушать и слышать.
8. **Ценностно-смысловой компонент здоровьесберегающей** компетенции включают в себя способности формирования ценностей жизни, здоровья и долголетия, семьи, мотивацию к ЗОЖ, знание и применение факторов положительного влияния ЗОЖ на организм.

РЕАЛИЗАЦИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ПОЛИТИКИ

1. Регулярный мониторинг состояния здоровья участников образовательного процесса (распределение студентов по группам здоровья и выделение групп риска).

2. Систематический контроль за условиями обучения: соответствие требованиям САН ПиН расписания занятий, уровня освещенности, учебной мебели, соблюдение техники безопасности и др.

3. Персонификация образовательного процесса (осуществление индивидуального подхода).

4. Оздоровительная направленность физической культуры как элемента учебного процесса. Физические нагрузки индивидуальны и дифференцированы.

5. Здоровьесберегающая деятельность в тесном контакте с учреждениями-партнерами (медицинскими учреждениями).

6. Оценка здоровьесберегающей деятельности Семинарии на основе системы менеджмента качества работы каждого факультета (Разработка системы менеджмента качества здоровьесберегающей деятельности Семинарии - в перспективе).

В результате реализации ***всех направлений здоровьесберегающей и здоровьеформирующей деятельности Семинарии предполагается получить*** *следующие практические результаты:*

1) Осознание студентами ценности здоровья, сформированность и/или повышение культуры здоровья.

2) Повышение компетентности участников образовательного процесса в здоровьесбережении и здоровьеформировании.

3) Повышение заинтересованности студентов, сотрудников и профессорско-преподавательского состава Семинарии в укреплении здоровья.

4) Стимулирование повышения внимания студентов и их родителей к вопросам здоровья, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.

5) Установка на здоровый образ жизни, отказ от употребления табака, алкоголя, наркотиков.

6) Совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода.

7) Обеспечение условий для практической реализации индивидуального подхода к обучению и воспитанию.

8) методические пособия и указания по здоровому образу жизни и занятиям физической культурой;

9) научные разработки по профилактике здоровья студентов, преподавателей и сотрудников.

Базовая модель здоровьесберегающей и здоровьеформирующей деятельности Семинарии содержит **взаимодействующие модули, каждый из которых реализует собственные задачи, а вместе они формируют целостную** систему:

- административно-правовой модуль;
- медицинский модуль;
- образовательный;
- научно-методический;
- информационно-пропагандистский;
- социально-воспитательный;
- физкультурно-оздоровительный.

План мероприятий программы в рамках модулей

№ п/п	Мероприятия	Срок исполнения	Ответственный
1. **АДМИНИСТРАТИВНО-ПРАВОВОЙ МОДУЛЬ** включает создание нормативно-правовой базы в сфере политики здоровья в Семинарии и контрольза ее модернизацией.			
1.1	Анализ нормативных документов в части формирования навыков здорового образа жизни, Концепция демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года, Национальная доктрина образования РФ на период до 2025года.	Ежегодно	Ректор, проректора, специалист по учебно-методической работе
1.2	Разработка приказов и распоряжений по вопросам укрепления и охраны здоровья, отказу от вредных привычек и пр.;	Ежегодно	Секретарь, ректор
1.3	Разработка планов мероприятий по проведению медицинских осмотров студентов, диспансеризации сотрудников, вакцинации и др. видов медицинского обеспечения.	Ежегодно	Фельдшер, медицинский работник
1.4	Контроль за соблюдением санитарно-эпидемиологических правил и норм для учебных корпусов, общежитий, столовой (при их наличии).	Ежегодно	Ректор, проректора
1.5	Создание планов физкультурно-оздоровительных, агитационно-массовых мероприятий по пропаганде здорового образа жизни.	Ежегодно	Специалист по учебно-методической работе
1.6	Разработка методик для мониторинга по изучению распространённости социально-негативных явлений в молодежной среде.	Ежегодно	Ректор, проректора
2. **МЕДИЦИНСКИЙ МОДУЛЬ** включает реализацию комплекса мер по совершенствованию форм и методов лечебно-профилактической помощи студентам, поддержанию здоровья сотрудников и профессорско-преподавательского персонала в Семинарии.			

2.1	*Совершенствование форм и методов лечебно-профилактической помощи студентам.* - Осуществление обработки и анализа результатов медицинских осмотров и распределение студентов первого курса по группа здоровья, в том числе и по группам занятий физической культурой. - Организация ежегодного флюорографического обследования. - Проведение разъяснительной работы среди студентов обезопасности и необходимости вакцинации. - Систематическое анкетирование учащихся с целью выявления и оценки распространенности факторов риска заболеваний и вредных привычек. - Создание и регулярное ведение электронной базы данных состояния здоровья участников образовательного процесса. - Наблюдение за течением беременности (в случае возможной беременности обучающихся в Семинарии).	Ежегодно	Фельдшер, медицинский работник
2.2	Организация и проведение цикла лекций по здоровому образу жизни с привлечением наркологов, психологов.	Ежегодно	Фельдшер, медицинский работник
3. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ И НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ МОДУЛИ			
3.1	Формирование фонда специальной научно-методической литературы, видеофильмов, полиграфической и иной продукции: - подготовить методические рекомендации и информационно-рекламные буклеты «Брось курить»;	Ежегодно	Специалист по учебно-методической работе
3.2	Проведение мероприятий, посвященных «Всемирному ДНЮ ЗДОРОВЬЯ»	Ежегодно	Ректора, проректора
3.3	Проведение лекций, семинаров, бесед, тренингов, показ видеофильмов, видеороликов для профилактики наркомании, алкоголизма, табакокурения и др. социально-негативных явлений.	Ежегодно	Ректора, проректора
3.4	Разработка содержания и внедрения обучающих программ по личностной и социальной компетентности: « Бесконфликтное поведение», «Совладание со стрессом». «Саморегуляция психоэмоционального состояния», «Организация времени и досуга» и др.	Ежегодно	Ректор, проректора, специалист по учебно-методической работе

3.5	Проведение информационной работы по типу «Стенд вопросов и ответов», анонимной горячей линии, а также организации широкого обмена мнениями со студентами по вопросам здоровья студентов.	Ежегодно	Проректора
3.6	Участие в научно-практических конференциях по профилактике социально-негативных явлений в молодежной среде.	Ежегодно	Ректор
3.7	Подготовка и проведение образовательного семинара для 1 курса «Будьте здоровы!», по вопросам медицинского обслуживания и профилактики социально-негативных явлений.	Ежегодно	Деканаты факультетов
3.8	Контроль за исполнением студентами закона РФ «Об ограничении курения табака» (№ 87-ФЗ, от 10.07. 2001 г.).	Ежегодно	Проректора, Деканаты факультетов
3.9	Составление план-графика проведения тематических лекций, семинаров, тренингов по профилактике социально-негативных явлений в молодежной среде.	Ежегодно	Деканаты факультетов
3.10	Внедрение нового вида профилактических технологий: психологические тренинги, релаксационные мероприятия, направленные на улучшение и сохранение здоровья студентов.	Ежегодно	Специалист по учебно-методической работе
3.11.	Выполнение курсовых и дипломных проектов, содержащих элементы формирования здорового образа жизни и Профилактики асоциального поведения	Ежегодно	Специалист по учебно-методической работе
3. **ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ** включает оздоровительную направленность физической культуры как элемента учебного процесса.			
4.1	Составление планов физкультурно-оздоровительной работы на факультетах и обеспечение их реализаци»	Ежегодно	Специалист по учебно-методической работе
4.2	Составление календаря и обеспечение проведения меж-факультетской спартакиады	Ежегодно	Ректора, проректора, специалист по учебно-методической работе

4.3	Составление календаря и обеспечение проведения внутрифакультетских соревнований среди сотрудников	Ежегодно	Ректор, проректора, деканы факультетов
4.4	Проведение дней здоровья	Ежегодно	Проректора
4.5	Обеспечение информацией и подготовка материалов по физической культуре и спорту на сайте Семинарии	Ежегодно	Программист
4.6	Мониторинг показателей физической подготовленности студентов по годам обучения для анализа изменений и корректировки учебного процесса по физической культуре с целью повышения его эффективности	Ежегодно	Деканы факультетов, фельдшер, медицинский работник
5. СОЦИАЛЬНО-ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ И ИНФОРМАЦИОННО-ПРОПАГАНДИСТСКИЙ МОДУЛИ			
5.1	Проведение акций с целью профилактики социально-негативных явлений: - акция, приуроченная к «Всемирному дню отказа от курения»; - организация и проведение фото-выставки «НЕТ-алкоголю!». - «Я выбираю здоровый образ жизни!». - «Меняю сигарету на конфету!».	Ежегодно	Проректора
5.2	Организация волонтерской работы по приобщению к ценностям здорового образа жизни и навыкам социально-ответственного поведения.	Ежегодно	Проректора
5.3	Организация и проведение конкурсов на звание «Самый здоровый факультет», «Самая здоровая группа», а также выставок фоторабот, плакатов, и других конкурсных мероприятий, связанных с пропагандой ЗОЖ.	Ежегодно	Проректора с с