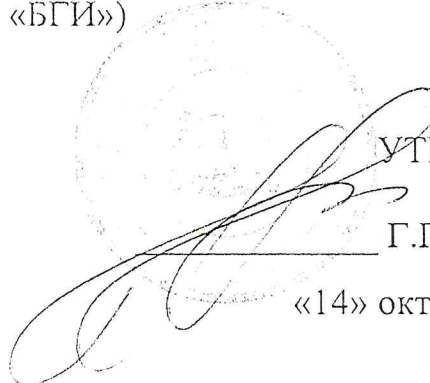




Частное образовательное учреждение высшего и дополнительного образования  
«Байкальский гуманитарный институт»  
(ЧОУ ВДО «БГИ»)



УТВЕРЖДАЮ

Ректор

Г.Г.Костылева

«14» октября 2016 г.

## ПЛАН

### МЕРОПРИЯТИЙ ПО ПРОПАГАНДЕ И ОБУЧЕНИЮ НАВЫКАМ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ НА 2016-2017 УЧЕБНЫЙ ГОД

Иркутск 2016

План составлен в соответствии со ст.41 Федерального закона №273 «Об образовании в Российской Федерации», Концепцией Федеральной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в РФ на 2016-2020 гг.», программой по пропаганде и обучению навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда обучающихся ЧОУ ВДО «Байкальский гуманитарный институт» на 2016-2021 годы.

Приоритетным направлением модернизации профессионального образования является решение важной государственной задачи - подготовки компетентного специалиста. В связи с этим повышается роль Высшей школы как социального института, когда помимо специальных задач, ложится и задача сохранения здоровья студентов и сотрудников, а также воспитания здоровой личности с такими сформированными качествами и свойствами личности как социальная активность, ориентация на здоровый образ жизни, эстетические и этические нормы. А здоровье, по определению Всемирной организации здравоохранения, - это «полное физическое, психическое, нравственное, социальное, эмоциональное благополучие человека». На необходимость формирования потребности в здоровом образе жизни студенческой молодежи нацеливает ст.41 Федерального закона №273 «Об образовании в Российской Федерации» и Концепция федеральной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в РФ на 2016-2020 гг.».

Роль ЧОУ ВДО «Байкальский гуманитарный институт» состоит в приобщении студентов к ценностям здорового образа жизни, внедрение в жизнедеятельность вуза здоровьесберегающих практик и активной оздоровительной, профилактической работы. Пропаганда здорового образа жизни - одно из стратегических направлений гигиенического обучения и воспитания в институте. Здоровый образ жизни является важным фактором здоровья (повышает трудовую активность, создает физический и душевный комфорт, активизирует жизненную позицию, защитные силы организма, укрепляет общее состояние, снижает частоту заболеваний и обострений хронических заболеваний). В здоровый образ жизни включают разные

составляющие, но большинство из них считаются базовыми:

- воспитание здоровых привычек и навыков;
- окружающая среда: безопасная и благоприятная для обитания, знания о влиянии окружающих предметов на здоровье;
- отказ от вредных привычек: курения, употребления алкоголя и наркотиков;
- питание: умеренное, соответствующее физиологическим особенностям конкретного человека, информированность о качестве употребляемых продуктов;
- движение: физически активная жизнь, включая специальные физические упражнения, с учетом возрастных и физиологических особенностей;
- формирование межличностных отношений в трудовых коллективах, семьях, отношения к больным и инвалидам;
- гигиена организма: соблюдение правил личной и общественной гигиены, владение навыками первой помощи;
- закаливание.

Основные мероприятия:

Разработка и внедрение интерактивных методов пропаганды здорового образа жизни.

Проведение круглых столов, семинаров, конференций по пропаганде здорового образа жизни, здоровьесбережения, культуры питания, активного отдыха, соблюдения правил личной гигиены, отказа от вредных привычек, овладению навыками первой помощи.

Организация и проведение акций, способствующих оздоровлению студентов.

Проведение среди студентов института спортивных турниров под девизом «Быть здоровым - модно!».

Проведение социальных акций, приуроченных к международному дню Здоровья, борьбы со СПИДом и др.

Организация спортивно-оздоровительных экскурсий с обучением молодежи бережному отношению к природе и др.



Организация встреч с врачом - наркологом, психологом. Организация и проведение «Круглого стола» с участием специалистов в области физической культуры, социологии, педагогики, психологии и других заинтересованных лиц, с целью координации деятельности по противодействию распространения наркомании, злоупотребления алкоголем и профилактики негативных социальных явлений.

Организация антинаркотической рекламы: видеоматериалов, слайдов; издание полиграфической продукции (листовок, открыток, календарей, стикеров, закладок, обложек на тетрадях, стендов, брошюр, изготовление сувенирной тематической продукции, медалей, кубков, грамот и благодарностей) и др.

Организация вручения дипломов, благодарственных писем и памятных подарков студентам, достигших высоких результатов в спорте, пропаганде здорового образа жизни, культуры питания.

| №<br>п/п | МЕРОПРИЯТИЯ  | СРОК       | ОТВЕТСТВЕННЫЙ           |
|----------|--|------------|-------------------------|
| 1.       | Организация взаимодействия ЧОУ ВДО «БГИ» с организациями культуры, здравоохранения, гражданской обороны, правоохранительными органами по формированию безопасного образа жизни, по профилактике вредных привычек, проведению массовых мероприятий здоровьесберегающей направленности | Ежемесячно | Декан очного факультета |
| 2.       | Постоянное обновление информации, посвященной проблемам сохранения здоровья, профилактике вредных привычек, культуры питания на информационных стендах и официальном сайте ЧОУ ВДО «БГИ»   | Ежемесячно | Декан очного факультета |

|     |   |                   |                         |
|-----|---|-------------------|-------------------------|
| 3.  | Организация и проведение цикла лекций по культуре питания, здоровому образу жизни с привлечением наркологов, психологов, венерологов, гинекологов           | В течение года    | Декан очного факультета |
| 4.  | Организация рекламы здорового образа жизни, популяризация различных видов спорта: листовки, брошюры   | В течение года    | Декан очного факультета |
| 5.  | Выездные консультации специалистов КМСМПЦ, городского наркологического диспансера (психиатр – нарколог, специалист по планированию семьи, венеролог и др.)  | В течение года    | Декан очного факультета |
| 6.  | Тематические встречи с работниками медицинских учреждений, органов МВД и др. по вопросам профилактики наркомании, курения, алкоголизма                      | В течение года    | Декан очного факультета |
| 7.  | Контроль за исполнением студентами закона РФ «Об ограничении курения табака» (№ 87-ФЗ, от 10.07. 2001 г.), приказов ректора ЧОУ ВДО «БГИ» о запрете курения | В течение года    | Декан очного факультета |
| 8.  | Составление план-графика проведения тематических лекций, семинаров, тренингов по профилактике социально-негативных явлений в молодежной среде на семестр    | Сентябрь, февраль | Декан очного факультета |
| 9.  | Выявление отношения к здоровому образу жизни и реализация корректирующих программ   | В течение года    | Декан очного факультета |
| 10. | Проведение акций по негативному влиянию окружающих предметов на здоровье человека   | В течение года    | Декан очного факультета |

|     |   |                       |  |
|-----|---|-----------------------|--|
| 11. | Внедрение нового вида профилактических технологий: психологические тренинги, релаксационные мероприятия, направленные на улучшение и сохранение здоровья студентов  | В течение года        | Психолог   |
| 12. | «Жизненные навыки» ТРЕНИНГОВЫЙ МОДУЛЬ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЖИЗНЕННЫХ НАВЫКОВ ПРОГРАММЫ dance4life РОССИЯ Иркутск<br><u>Общая цель тренинга:</u><br>Способствовать сохранению здоровья и формированию навыков, поддерживающих благополучие<br><u>Конкретная цель:</u><br>предоставить подросткам достоверную информацию о навыках сохранения репродуктивного здоровья, путях защиты от заражения инфекционными заболеваниями и профилактики употребления психо-активных веществ | октябрь-ноябрь 2016г. | Декан очного факультета                                    |
| 13. | Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». Сдача нормативов ГТО  | февраль 2017г.        | Декан очного факультета, преподаватели, студенческий совет |
| 14. | Всемирный день здоровья   | 07.04.2017г.          | Декан очного факультета, преподаватели, студенческий совет |
| 15. | «Дни здоровья» с выездом на базу спортивно-оздоровительного комплекса «Алый парус»  | В течение года        | Декан очного факультета, преподаватели, студенческий совет |
| 16. | Участие студентов и преподавателей в научно-практических конференциях по здоровому образу жизни   | В течение года        | Декан очного факультета                                    |



|     |   |   |                         |
|-----|---|---|-------------------------|
| 17. | Организация и проведение круглого стола по вопросам охраны здоровья студентов с участием ректората ЧОУ ВДО «БГИ», студенческого Совета, студентов   | В течение года  | Декан очного факультета |
| 18. | Проведение общеинститутских акций по профилактике социально-негативных явлений, выставок плакатов, посвященным дням здоровья, в том числе:<br>- Акция «День психического здоровья»;<br>- «Живи без риска!», посвященная Международному дню отказа от курения;<br>- Всемирный день борьбы со СПИДом;<br>- Акция «Мы выбираем здоровье!», приуроченная к Всемирному дню здоровья;<br>- Всемирный день борьбы с табакокурением | В течение года<br><br>10.10.2016г.<br><br>3-ий четверг ноября<br>01.12.2016г.<br><br>07.04.2017г.<br><br>31.05.2017г. | Декан очного факультета |
| 19. | Организация отдыха студентов ЧОУ ВДО «БГИ»: проведение «Дней здоровья»  | В течение года  | Декан очного факультета |
| 20. | Спартакиада «Приз первокурсника»  | В течение года  | Декан очного факультета |
| 21. | Занятия в тренажерном зале  | В течение года  | Декан очного факультета |
| 22. | Размещение информации, касающейся здорового образа жизни и отдыха студентов на официальном сайте ЧОУ ВДО «БГИ», в газете «Институтская жизнь»   | В течение года  | Декан очного факультета |

Декан очного факультета



И.И.Бражник