

«УТВЕРЖДАЮ»



Ректор ЧОУ ВО
«Нижегородская правовая
академия»
С.П. Гришин

«2/8» сентября 2017 г.

**ПРОГРАММА ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
ЧАСТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«НИЖЕГОРОДСКАЯ ПРАВОВАЯ АКАДЕМИЯ»**

I. Общие положения

1.1 Паспорт Программы

Наименование программы - Программа по оздоровлению, пропаганде и обучению навыкам здорового образа жизни студентов ЧОУ ВО «Нижегородская правовая академия» (далее Программа).

Заказчик Программы - ректорат ЧОУ ВО «Нижегородская правовая академия».

Разработчик Программы – помощник ректора по воспитательной работе.

Исполнители Программы - структурные подразделения ЧОУ ВО «Нижегородская правовая академия» (далее академия).

1.2 Нормативные документы, регламентирующие работу по профилактике заболеваний и пропаганде здорового образа:

Указы Президента

Указ Президента Российской Федерации от 9 октября 2007 года №1351 (с изменениями и дополнениями). «Об утверждении Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года»;

Указ Президента РФ №1374 от 18.10.2007 г. (с изменениями и дополнениями). «О дополнительных мерах по противодействию незаконному обороту наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров»;

Указ Президента РФ №690 от 09.06.2010 г. (с изменениями и дополнениями). «Об утверждении стратегии государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 года»;

Федеральные Законы

Федеральный закон от 21.11.2011 г. №323-ФЗ (с изменениями и дополнениями) «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»;

Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании»;

Федеральный Закон №38-ФЗ от 30.03.1995 г. (с изменениями и дополнениями) «О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ-инфекции)» ;

Федеральный Закон №157-ФЗ от 17.09.1998г. «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней»;

Федеральный Закон №52-ФЗ от 30.03.1999 г. «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»;

Федеральный Закон №77-ФЗ от 18.06.2001 г. (с изменениями и дополнениями) «О предупреждении распространения туберкулеза в Российской Федерации»;

Федеральный Закон №38-ФЗ от 13.03.2006 г. (ред. от 31.12.2017) «О рекламе»;

Федеральный Закон №329-ФЗ от 04.12.2007 г. (ред. от 05.12.2017) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»

Распоряжения Правительства

Распоряжение Правительства РФ №2128-р от 30.12.2009 г. «О Концепции реализации государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкогольной продукцией и профилактике алкоголизма среди населения Российской Федерации на период до 2020 года»;

Постановления Правительства Постановление Правительства РФ от 04.10.2000 № 751 «О национальной доктрине образования в Российской Федерации»;

Постановление Правительства РФ №158 от 28.02.94г. «О государственной программе неотложных мер по обеспечению санитарно-эпидемиологического благополучия, профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний и снижения уровня преждевременной смертности населения на 1994 - 1996 годы»;

Постановление Правительства РФ №561 от 13.09.2005 г. (с изменениями и дополнениями) «О Федеральной целевой программе «Комплексные меры противодействия злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту на 2005-2009 годы»;

Постановление Правительства РФ №7 от 11.01.2006 г. (с изменениями и дополнениями) «О Федеральной целевой программе «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006- 2015 годы»;

Постановление Правительства РФ №280 от 10.05.2007 г. (с изменениями и дополнениями) «О Федеральной целевой программе

«Предупреждение и борьба с социально-значимыми заболеваниями (2007-2011 года)»;

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ №19 от 07.04.2009 г. «О совершенствовании мероприятий по реализации национального календаря профилактических прививок и дополнительной иммунизации населения в Российской Федерации».

Приказы и методические рекомендации Министерства здравоохранения Российской Федерации:

Приказ Минздравмедпрома РФ от 23.05.1995 г. №131 «О взаимодействии органов и учреждений здравоохранения и государственной санитарно-эпидемиологической службы РФ» (В ред. Приказа Минздравмедпрома России от 23.05.96 № 100).;

Приказ Минздрава РФ №36 от 03.02.1997 г. «О совершенствовании мероприятий по профилактике дифтерии»;

Приказ Минздрава РФ №116 от 15.04.1997 г. «О мерах по предупреждению распространения туберкулеза в Российской Федерации»;

Приказ Минздрава РФ №232 от 05.08.1997 г. «О создании центра и региональных групп мониторинга вредных привычек среди детей и подростков»;

Приказ Минздравсоцразвития РФ №337 от 20.08.2001 г. «О мерах по дальнейшему развитию и совершенствованию спортивной медицины и лечебной физкультуры»;

Приказ Минздравсоцразвития РФ №455 от 23.09.2003 г. «О совершенствовании деятельности органов и учреждений здравоохранения по профилактике заболеваний в Российской Федерации»;

Методические рекомендации «Мониторинг и оценка эффективности мероприятий по профилактике и лечению ВИЧ-инфекции» (утверждены 20.09.2007 г.) ;

Приказ Минздравсоцразвития РФ №597н от 19.08.2009 г. (ред. от 30.09.2015) «Об организации деятельности центров здоровья по формированию здорового образа жизни у граждан Российской Федерации, включая сокращение потребления алкоголя и табака».

Другие нормативно-правовые акты.

Программа может корректироваться и модифицироваться с появлением новых нормативных документов, дополнительных ресурсов и возможностей.

II. Обоснование Программы (актуальность проблемы)

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.

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 ВО «НПА» 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 академии. 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.*

Поэтому и Программа по оздоровлению, пропаганде и обучению навыкам здорового образа жизни студентов включает в себя направления, охватывающие основные стороны жизнедеятельности. Она реализуется в единстве с учебным процессом и вне учебной деятельности студентов на основе комплексного, системного подхода к решению задач по формированию научного мировоззрения, а также гражданско-патриотического, нравственно-этического, правового, экономического, экологического, физического, трудового воспитания и в соответствии с требованиями охраны труда.

Ректорат академии способствует созданию необходимой оздоровительно-воспитательной среды, обеспечивающей возможностями

студентов реализовать потребность вести здоровый образ жизни с учетом их способностей и интересов, обучения студентов знаниям, умениям, развивать навыки и опыт ответственного отношения к здоровью как к ценности и пропаганды здорового образа жизни среди преподавателей.

Среди важных условий формирования здорового образа жизни студенческой молодежи в рамках деятельности академии выступают:

- развитие различных видов и форм предлагаемой спортивной деятельности;
- культивирование моды на спорт и здоровый образ жизни ректоратом академии, профессорско-преподавательским составом;
- интеграция усилий преподавателей физического воспитания, 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.

III. Цель, задачи и принципы Программы

Главной целью Программы ЧОУ ВО «Нижегородская правовая академия» является пропаганда здорового образа жизни, сохранение и укрепление здоровья молодежи, формирование у студентов новой компетенции - ответственности за свое здоровье и здоровье других людей.

Основными *задачами* Программы являются:

- Создание условий для реализации принципов здорового образа жизни.
- Усвоение студентами принципов и навыков здорового образа жизни, воспитание необходимости регулярных занятий физической культурой и спортом.
- Сохранение и укрепление здоровья студентов, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма.
- Популяризация различных видов спорта.
- Активизация социального опыта по формированию ответственного отношения к здоровью как ценности.
- Повышение уровня информированности студентов академии по вопросам сохранения и укрепления здоровья посредством действующей информационно-пропагандисткой и образовательной системы академии, привлечению к активному оздоровительному отдыху.

Приоритетными *принципами* Программы являются:

- Осуществление воспитания студентов академии в контексте целей и задач высшего образования.
- **Общедоступность:** Программа рассчитана на студентов академии и участником может стать каждый независимо от уровня физической подготовленности и состояния здоровья.
- **Многообразие:** Программа располагает большим набором видов физической активности; различными формами их организации;

разнообразными формами проведения мероприятий.

- Мобильность: методы и формы в зависимости от опыта и интересов участников Программы постоянно обновляются; учитывается появление новых видов физкультурно - оздоровительных занятий и модных направлений.

- Активность: Программа призывает молодежь включать физкультуру и спорт в свой образ жизни.

IV. Основные условия реализации Программы

Основные условия формирования здорового образа жизни студентов академии в процессе физического воспитания обеспечивают приобретение студентами опыта здоровьесберегающих профессиональных связей и отношений.

Для формирования здорового образа жизни студентов требуется:

1. Осуществление комплексного подхода к формированию здорового образа жизни студентов академии в учебном процессе.

2. Проведение мониторинга уровня сформированности здорового образа жизни студентов.

3. Обеспечение оздоровительного эффекта у студентов в воспитательно-образовательном процессе по физическому воспитанию при условии координации, дифференциации, индивидуализации физического воспитания студентов.

4. Первоочередное оказание содействия в сохранении и укреплении здоровья социально-незащищенным студентам: сиротам, инвалидам, малообеспеченным студентам.

V. Основные формы реализации Программы

Организационное построение физкультурно-оздоровительной деятельности как добровольной, открытой, самоуправляемой, вариативной по своему содержанию, создающей оздоровительно-воспитательную среду, удовлетворяющую потребности студентов в физическом самосовершенствовании на основе неформального общения. Спортивная работа строится с учетом дифференцированного подхода, выделением группы студентов-спортсменов как носителей правил и норм здорового образа жизни.

Участие в спортивных соревнованиях формирует личностные качества, необходимые для эффективной профессиональной деятельности.

Комплексное развитие физических и психических качеств с первостепенным учетом интересов студентов по видам спорта и системам физической подготовки.

Проведение просветительской работы о возможностях человеческого организма, особенностях его функционирования, взаимосвязи физического, психологического и духовного здоровья человека.

Поддержание постоянно действующей информационно-пропагандистской системы, направленной на мотивацию студентов к здоровому образу жизни.

VI. Основные методы реализации Программы

Повышение эффективности информационных и образовательных средств академии в формировании потребности у молодых людей в регулярных занятиях физической культурой и спортом, поддержания здорового образа жизни предполагает:

Пропаганду ценностей спортивной деятельности и всего многообразия возможностей физической культуры в воспитании и становлении личности, в интеллектуальном, духовном и нравственном развитии человека.

Построение информационной системы пропаганды здорового образа жизни и спортивных достижений студентов и преподавателей.

Обеспечение регулярности, систематичности, непрерывности пропагандистского процесса, соблюдение преемственности пропагандистского воздействия, сочетание различных форм пропагандистской, воспитательной деятельности с физкультурно-спортивной работой в учебном заведении, в зонах отдыха, в местах массового отдыха и др.

Поощрение физической активности, удовлетворение разнообразных интересов и потребностей молодых людей в физкультурно-оздоровительной деятельности в рамках деятельности академии.

Обучение студентов академии методам и формам пропаганды физической культуры и спорта среди различных категорий и групп населения.

VII. Основные направления реализации Программы

Решение проблем по воспитанию студентов, формированию здорового образа жизни, привитию социальных навыков в рамках деятельности академии предполагает использование в контексте проводимой воспитательной работы комплексные спортивно-оздоровительные и культурно-массовые мероприятия, духовно-нравственное воспитание, мероприятия по формированию здорового образа жизни и отказу от вредных привычек, мероприятия по пропаганде здорового образа жизни среди студентов и населения г. Нижнего Новгорода, поддержке молодежных инициатив по формированию и пропаганде здорового образа жизни среди студентов и сотрудников, а также новых подходов к формированию здорового образа жизни.

Основные мероприятия Программы:

- 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 академии спортивных турниров под девизом «Быть здоровым - модно!».

- Проведение социальных акций, приуроченных к Международному дню Здоровья, борьбы со СПИДом 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 ежегодного вручения дипломов, благодарственных писем и памятных подарков студентам, достигших высоких результатов в спорте, пропаганде здорового образа жизни, культуры питания.

VIII. Основные результаты реализации программы

В результате реализации всех направлений Программы предполагается получить следующие *практические результаты*:

1. Осознание студентами ценности здоровья, сформированность и повышение культуры здоровья.

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

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

4. Установка на здоровый образ жизни (двигательная активность, рациональное питание, соблюдение режима труда и отдыха и т.д.), отказ от употребления табака, алкоголя, наркотиков.

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

IX. План мероприятий Программы

№ п/п	Мероприятия	Срок	Ответственный
1. Разработка и внедрение интерактивных методов профилактики социально - негативных явлений на основе компьютерных технологий			
1.1.	Организация взаимодействия ЧОУ ВО «НПА» с организациями культуры, здравоохранения, гражданской обороны, правоохранительными органами по формированию безопасного образа жизни, по профилактике вредных привычек, проведению массовых мероприятий здоровьесберегающей направленности.	Ежемесячно	Ректорат
1.2.	Постоянное обновление информации, посвященной проблемам сохранения здоровья, профилактике вредных привычек, культуры питания на информационных стендах и официальном сайте	Ежемесячно	Помощник ректора по воспитательной работе
2. Организация просветительской работы по формированию и пропаганде здорового образа жизни			
2.1.	Организация и проведение цикла лекций по здоровому образу жизни с привлечением наркологов, психологов, венерологов, гинекологов	Ежегодно	Помощник ректора по воспитательной работе
2.2.	Организация рекламы здорового образа жизни, популяризация различных видов спорта: листовки, брошюры.	Ежегодно	Помощник ректора по воспитательной работе
2.3.	Организация информационных встреч с представителями органов правопорядка и наркоконтроля	2 раза в учебный год	Помощник ректора по воспитательной работе
2.4.	Проведение совещаний кураторов - организация работы по профилактике правонарушений, наркомании и ВИЧ-инфекции среди студентов	1 раз в семестр	Помощник ректора по воспитательной работе, кураторы курсов
2.5.	Изучение динамики ценностных ориентаций у студентов НПА	1 семестр	Помощник ректора по воспитательной работе, кураторы курсов
2.6.	Формирование системы взаимосвязи учебной и внеучебной работы	Ежегодно	Помощник ректора по воспитательной

			работе преподаватели кафедр, кураторы групп
2.7.	Разработка и модификация образовательных программ, ориентированных на формирование ценностей здорового образа жизни (обучение и воспитание через предметы – ОБЖ, физическая культура).	Ежегодно	Помощник ректора по воспитательной работе, заведующие кафедрами
2.8.	Организация и проведение занятий со студентами через изучаемые дисциплины, направленные на укрепление дисциплины и соблюдение законности, профилактику наркомании, алкоголизма, токсикомании и пропаганду здорового образа жизни	В течение учебного года	Помощник ректора по воспитательной работе, преподаватели НПА, кураторы групп, студенты
2.9.	Подготовка студентами учебных фильмов по асоциальному поведению молодёжи (наркомания, курительные смеси, спайсы и др.) с последующим обсуждением фильма (в рамках дисциплины «Уголовное право»)	2 семестр	Помощник ректора по воспитательной работе, преподаватели кафедры Уголовного права и криминологии, студенты 3 курса
2.10.	Проведение анкетирования студентов 1 и 4 курсов очной формы обучения НПА по отношению их к наркотическим средствам	1 семестр	Помощник ректора по воспитательной работе, кураторы групп, студенты
2.11.	Подготовка научных работ по проблемам наркомании для участия в внутривузовском и областном конкурсах научных работ среди студентов в рамках дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»	2 семестр	Помощник ректора по воспитательной работе, зав. каф. гуманитарных и социально-экономических дисциплин, преподаватели
3. Профилактика социально-негативных явлений			
3.1.	Заключение корпоративного договора с фитнес-центрами г. Н. Новгорода с целью формирования ЗОЖ у студентов	Ежегодно	Ректорат НПА, Руководители Фитнес-центров
3.2.	Выявление отношения к здоровому образу жизни и реализация корректирующих программ	1 семестр	Помощник ректора по воспитательной работе, учебный отдел
3.3.	Проведение акций по негативному влиянию окружающих предметов на здоровье человека	Ежегодно	Помощник ректора по воспитательной работе, Студенческий совет НПА
3.4.	Показ студентам фильмов, рекомендуемых УФСКН с их последующим обсуждением	НПА В течение учебного года	Помощник ректора по воспитательной работе, специалисты УФСКН,

	специалистами наркологической службы		наркодиспансера по Нижегородской области, кураторы групп
3.5.	Поощрение преподавателей, студентов, пропагандирующих здоровый образ жизни, соблюдение правил личной и общественной гигиены, отказ от вредных привычек, ценности спортивной деятельности, спортивные достижения студентов и преподавателей, а также активный оздоровительный отдых.	Ежегодно	Ректор НПА
3.6.	Участие студентов и преподавателей в научно-практических конференциях по здоровому образу жизни	Ежегодно	Помощник ректора по воспитательной работе, научно-исследовательский отдел, заведующие кафедр, кураторы групп
3.7.	В рамках акции «Сверстник-сверстнику» организация в НПА лекций антинаркотической направленности волонтеров из числа студентов информационно-просветительского Центра «Школа здоровья НижГМА» (Нижегородской медицинской академии)	1 семестр	Помощник ректора по воспитательной работе кураторы групп, Студенческий совет НПА
3.8.	Работа по пропаганде физической культуры и спорта. Организация работы кружков, секций спортивной направленности	В течение учебного года	Помощник ректора по воспитательной работе, преподаватели физической культуры, Студенческий совет НПА
3.9.	Участие студентов лекторской группы в волонтерском антинаркотическом движении среди учащейся молодёжи г. Н. Новгорода	В течение учебного года	Помощник ректора по воспитательной работе, преподаватели кафедр Студенческий совет, лекторская группа НПА
4. Мероприятия по организации отдыха студентов, охране труда и контролю за условиями обучения			
4.1.	Организация и проведение Круглого стола по вопросам охраны здоровья студентов с участием ректората ЧОУ ВО «НПА» и членов Студенческого Совета	Ежегодно	Помощник ректора по воспитательной работе
4.2.	Занятия в тренажерном зале	В течение года	Кафедра «Общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин»
4.3.	Размещение информации, касающейся здорового образа жизни	Ежегодно	Помощник ректора по

	и отдыха студентов на официальном сайте ЧОУ ВО «Нижегородская правовая академия»		воспитательной работе
4.4.	Участие студентов НПА в реализации городских спортивных мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни	Ежегодно	Пом. ректора по воспит. работе, преподаватели физич. культуры, студенты
4.5.	Участие студентов НПА в работе семинаров различного уровня на тему «Мой выбор – жизнь»	В течение учебного года	Департамент по спорту и молодежной политике Ниж. обл., Городской Студ. совет, помощник ректора по воспитательной работе НПА, Студенческий совет
4.6.	Участие в ежегодном областном антинаркотическом конкурсе «Мы выбираем жизнь»	По графику проведения конкурса	Помощник ректора по воспитательной работе, Студенческий совет НПА
4.7.	Организация и проведение мероприятий, посвященных Дню работника органов наркоконтроля ФСКН России, с привлечением максимального количества студентов.	2 семестр	Помощник ректора по воспитательной работе, Студенческий совет, кураторы групп
4.8.	Проведение комплекса мероприятий к Всемирному Дню здоровья, направленных на здоровый образ жизни	2 семестр	Помощник ректора по воспитательной работе, преподаватели физ.культуры, Студенческий совет
4.9.	Участие во Всероссийской антинаркотической акции «Сообща, где торгуют смертью» Размещение информации по профилактике наркомании на официальном сайте НПА	По графику проведения акции	Помощник ректора по воспитательной работе, Студенческий совет
4.10.	Организация и проведение в рамках курса БЖД профилактических антинаркотических бесед на тему: «Здоровым быть модно!»	2 семестр	Помощник ректора по воспитательной работе, преподаватель БЖД, кураторы групп
4.11.	Проведение во Всемирный день борьбы со СПИДом конкурса студенческого социального плаката на тему: «Анти-СПИД и нет наркотикам!».	1 декабря	Помощник ректора по воспитательной работе, Студенческий совет, кураторы
4.12.	К Международному дню борьбы с Наркотиками - организация и проведение фотоконкурса среди студентов «Мы за здоровый образ жизни!»	2 семестр	Помощник ректора по воспитательной работе, Студенческий совет, кураторы

Программа обсуждена и одобрена на заседании Учёного совета
ЧОУ ВО «Нижегородская правовая академия»
«28 » _сентября_ 2017 г.
Протокол №1