

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Богданова Ирина Николаевна  
Должность: Директор ЗИМИТ КНИТУ-КАИ  
Дата подписания: 18.04.2022 13:53:03  
Уникальный идентификатор документа:  
fd6659c7549b73c0bb7dd16c36650a82d562e7c3

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**  
**высшего образования**

**«Казанский национальный исследовательский технический университет**  
**им. А.Н. Туполева-КАИ»**

**Зеленодольский институт машиностроения и информационных**  
**технологий (филиал) КНИТУ-КАИ**

**«Утверждаю»**

Директор Зеленодольского института  
машиностроения и информационных  
технологий (филиала) КНИТУ – КАИ

И.Н.Богданова

2020 г.



**КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА СОЗДАНИЯ**  
**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ ЗИМИТ**  
**КНИТУ-КАИ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИИ К ЗДОРОВОМУ**  
**ОБРАЗУ ЖИЗНИ НА 2020-2023 ГОДЫ**

**«ЗДОРОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ»**

**Зеленодольск, 2020**

Комплексная программа создания здоровьесберегающей образовательной среды зимит книту-каи для формирования мотивации к здоровому образу жизни на 2020-2023 гг

## ВВЕДЕНИЕ

Основной целью программы «Здоровое поколение» является сохранение и укрепление здоровья обучающихся и сотрудников ЗИМИТ КНИТУ-КАИ посредством создания условий для физического, психологического, социального и духовного комфорта. Программа направлена на создание и реализацию в образовательном пространстве системы формирования идеологии здорового образа жизни и ценностных ориентаций на здоровьесбережение с целью наиболее полного овладения знаниями, профессиональными навыками, оптимизации производственно-социальной и личной жизни каждого участника образовательного процесса.

## I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Здоровый образ жизни объединяет все, что способствует выполнению человеком профессиональных, общественных, семейных и бытовых функций в оптимальных для здоровья условиях и определяет направленность усилий личности в сохранении и

### Основные составляющие здорового образа жизни студентов (потенциалы ЗОЖ)

#### ***1. Интеллектуальный аспект здоровья***

Способность человека развивать интеллект и уметь им пользоваться; умение приобретать объективные знания и воплощать их в жизнь. Данная компетенция содержит в себе основные установки, ценности, убеждения, метафоры жизни, мысли индивида. Развитие данной компетенции относится к умению пользоваться интеллектом. Основная задача состоит в том, чтобы не страдать от собственных знаний, а учиться приспособлять этот инструмент для собственного совершенствования.

#### ***2. Личностный (волевой) аспект здоровья***

Способность человека к самореализации; умение ставить цели и достигать их, выбирая адекватные средства. Развитие волевой компетенции включает формирование навыков принятия решений, умения сказать «нет», постоять за себя, определять и нести ответственность за себя, свои действия, свой выбор. Также важно вырабатывать навыки постановки тактических и стратегических целей жизни, соединение целей жизни со смыслом своего существования. Важно научиться не позволять обстоятельствам управлять собой, а самому управлять собой в любых обстоятельствах. Воля – это

источник человеческой активности, она помогает раскрытию любого потенциала.

### **3. Эмоциональный аспект здоровья**

Эмоциональная компетентность – это способность человека конгруэнтно выражать свои чувства, понимать и без оценочно соглашаться с чувствами других. Повышение уровня «эмоционального» интеллекта – это развитие умения «культивировать» собственные чувства, что означает не сдерживание эмоциональных проявлений, а цивилизованное их выражение. К данному потенциалу относят способности к осознанию, пониманию, управлению эмоциями. Обучение способам реализации чувств – важная воспитательная задача, способствующая формированию в целом постоянного эмоционального фона – настроения человека. Гнев, вина, тревога, беспокойство, печаль – все это относится к нормальным человеческим переживаниям. Данные чувства имеют отрицательное значение, когда человек их реализует вовне или внутри, разрушая других или себя. К развитию данного потенциала относятся способности осознавать и распознавать эмоции, регулировать их, управлять ими.

### **4. Физический аспект здоровья**

Способность развивать физическую составляющую здоровья, «осознавать» собственную телесность, как свойство своей личности. Потенциал тела характеризует личность человека на более «грубом» поведенческом уровне, и на уровне внутренних ощущений. Телесный интеллект – это тонкая рефлексия, дифференциация в своем теле различных модальностей (визуальных, слуховых, тактильных, обонятельных, вкусовых ощущений) и использование этой способности в повышении уровня культуры питания, занятиях спортом, уровня удовольствия в сексуальных отношениях. Цели по повышению телесной компетентности: познание своего тела, изучение языка тела – «системы раннего оповещения», развитие умения устранять и контролировать мышечные зажимы, быть устойчивым, гибким, спонтанным; освоение методов психосоматической саморегуляции; получение удовольствия через спорт, танцы, секс.

### **5. Социальный аспект здоровья**

Социальная компетентность определяется, как способность человека оптимально адаптироваться к социальным условиям; стремление постоянно повышать уровень культуры общения, социального интеллекта, коммуникативной компетентности, обретения чувства принадлежности ко всему человечеству.

Неспособность к разрешению межличностных и межгрупповых конфликтов может послужить провоцирующим фактором асоциального и антисоциального поведения. У каждого человека должен быть выработан навык устанавливать контакт, возможность доверять кому-либо свои проблемы, выслушать другого. Счастье человека в основном состоит в углублении и расширении отношений с самим собой, с другими и с миром в

целом.

### **6. Творческий аспект здоровья**

Способность человека к созидающей активности, умение творчески самовыражаться в жизнедеятельности, выходя за рамки ограничивающих стандартных знаний. Креативная компетентность – это, прежде всего, познание и созидание себя через различные средства, в том числе и через искусство, развитие в себе творческой гибкости в адаптации к миру. В «поле креативности» интегрируются все три уровня организации человека: когнитивный, эмоциональный, поведенческий. Раскрытие данного потенциала – это возможность выразить себя оригинальным разумом, чувствами, эмоциями, ощущениями, поведением. Креативность (творчество) выступает мощным фактором развития личности, детерминирующим ее готовность изменяться, преодолевать стереотипы. Для творческой жизни необходимы условия свободы и свободы от мнения других. Важно развивать доверие к творческой части личности, предоставлять ей свободу в этой деятельности, учиться генерировать оригинальные идеи, придавать законченный вид продуктам своего мышления.

### **7. Духовный аспект здоровья**

Духовная компетентность – это способность воплощать высшие ценности в жизнь. Выражать – значит творить добро, отстаивать справедливость, а не только говорить об этом. Духовность напоминает росток, который у многих завален «хламом социальной премудрости». Для того чтобы он пророс, необходимо создавать условия, в которых человек может пережить состояния добра, любви, справедливости.

Каждая составляющая (потенциал) важен сам по себе и влияет на все остальные. Цель здоровьесберегающей программы – максимальное раскрытие каждого из выше перечисленных потенциалов (компетенций личности).

Основными структурными подразделениями, занимающимися работой по формированию мотивации на здоровый образ жизни являются:

- воспитательный отдел
- отдел физической культуры;
- студенческий совет;
- здравпункт;
- учебные отделы;
- библиотека

Финансирование программы осуществляется из субсидии федерального бюджета, поступающих в институт на организацию культурно-массовой, спортивной и оздоровительной работы со студентами, и из внебюджетных средств (при наличии финансирования).

## II. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

1. Целью комплексной долгосрочной программы является создание здоровьесберегающей среды в качестве системы для формирования мотивации к здоровому образу жизни у всех участников образовательного процесса.
2. Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие задачи:
  - исследовать влияние традиционной структуры и формы организации образовательного процесса ВУЗа на здоровье всех его участников (Мониторинг состояния экологичности процесса для выявления "критических зон" его влияния на здоровье);
  - формировать компетенцию приоритетности осознания здорового образа жизни у всех участников образовательного процесса;
  - повышать профессиональную готовность преподавателей, кураторов к здоровьесберегающей деятельности через активизацию внимания к собственному здоровью, актуализацию значимости;
  - использовать культуру здоровья, "моду на здоровье", как весомого фактора эффективного решения педагогических задач;
  - использовать творческий подход к пропаганде гигиенических аспектов здоровья и здорового образа жизни;
  - пропагандировать физиолого-гигиенические нормы адекватного питания;
  - пропагандировать гигиену режима учебы и отдыха (основные компоненты суточного режима, его структурная и временная организация; требования и рекомендации к составлению расписания занятий на учебную неделю, учебный день, семестр);
  - пропагандировать гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам;
  - внедрить систему психолого-педагогических мер ВУЗа для профилактики дезадаптации студентов академических групп;
  - пропагандировать меры повсеместного нетерпимого отношения ко всем видам психоактивных веществ (ПАВ);
  - поддерживать меры повсеместного нетерпимого отношения к курению на территории ЗИМИТ КНИТУ-КАИ;
  - создавать воспитательную среду, направленную на творческое саморазвитие и самореализацию личности;
  - активно использовать органы студенческого самоуправления вуза, добровольческий потенциал активных студентов в популяризации, пропаганде здорового образа жизни среди студентов академических групп;
  - использовать ресурсы спортивного клуба и Студенческого совета для укрепления физического здоровья, раскрытия творческого потенциала и развития духовно-нравственных ценностей.

## VI. МЕРОПРИЯТИЯ ПРОГРАММЫ

### *1. Организационные мероприятия*

- определение действующей нормативно-правовой базы по вопросам разработки и внедрения в образовательно-воспитательный процесс здоровьесберегающих технологий и комплексных мер профилактики отклоняющегося (девиантного) поведения в студенческой среде;
- обеспечение мониторинга и прогноза ситуации, связанной с социально-психологическим благополучием студентов и распространением различных форм противоправного поведения;
- информационное обеспечение принятия управленческих решений руководством университета в социальной сфере;
- научно-методическое сопровождение реализации программы;
- координация деятельности различных структурных подразделений ЗИМИТ КНИТУ-КАИ в рамках реализации программы;
- научное и методическое сопровождение реализации программы;
- разработка количественных и качественных критериев оценки качества и эффективности комплексных мер, направленных на реализацию программы;
- создание системы подготовки и повышения квалификации специалистов в сфере здоровьесберегающих технологий и профилактики правонарушений в студенческой среде;
- налаживание методического и информационного взаимодействия со специализированными центрами (ЗЦМП, ЗПНД, ЦБС)

### *2. Профилактические мероприятия*

- организация внеучебной деятельности и досуга студентов, направленной на развитие добровольческих инициатив в сфере борьбы с наркоманией;
- психолого-педагогическое сопровождение ключевых структур вуза, образовательного процесса студентов с приоритетом здорового образа жизни;
- организация и проведение оздоровительных и антинаркотических мероприятий с использованием современных форм обучения;
- организация и проведение оздоровительных и профилактических городских и всероссийских акций;
- привлечение приглашенных специалистов здравоохранения, их знаний и опыта, с целью совершенствования технологий здоровьесбережения в ВУЗе;

- проведение тематических семинаров с кураторами академических групп по здоровьесберегающим технологиям и профилактике противоправного поведения в студенческой среде;
- организация и проведение мероприятий по обеспечению безопасности студентов в образовательном процессе;
- проведение выездных обучающих мероприятий оздоровительного характера с использованием здоровьесберегающих технологий в профилактике девиантного поведения;
- организация и проведение культурно-массовых, физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий, мотивирующих на здоровый образ жизни и антинаркотическое поведение.

### ***3. Информационно-пропагандистское обеспечение программы***

- выработка принципов и единого подхода в информационно-пропагандистском обеспечении в отношении реализации комплексной программы ЗОЖ;
- анализ информационно-пропагандистской деятельности программы;
- создание и реализация информационно-пропагандистской концепции взаимодействия с органами власти и некоммерческими общественными организациями (НКО).

## **План работы по реализации программы «Здоровое поколение»**

### **Организация здоровьесберегающего воспитательно-образовательного процесса**

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Исполнители
1.	Обновление банка данных о заболеваемости обучающихся Анализ заболеваний и динамика Оформление стенда	1 раз в год	Фельдшер, кураторы
2.	Составление социального паспорта по группам, составление списков: <ul style="list-style-type: none"> <li>• обучающихся «группы риска»;</li> <li>• проблемных семей;</li> <li>• многодетных семей;</li> <li>• малообеспеченных семей;</li> <li>• неполных семей.</li> </ul>	Сентябрь (ежегодно)	Кураторы, восп. отд.

3.	<p>Поддержание надлежащих санитарно-гигиенических норм</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Соблюдение светового, воздушно-теплового и питьевого режима в институте</li> <li>• Организация горячего питания в столовой института</li> </ul>	В течение года	Администрация, фельдшер, начальник АХО
4.	Диспансеризация обучающихся института	В течение года	Фельдшер, кураторы
5.	Контроль состояния здоровья обучающихся по итогам диспансеризации	Апрель	Фельдшер, кураторы
6.	Комплексное обследование на диагностическом экспресс-оборудовании в кабинете тестирования в ЗЦМП преподавательского состава, сотрудников и студентов с 19 лет ЗИМИТ КНИТУ-КАИ	Один раз в год	ЗЦМП, администрация, фельдшер, кураторы, профессорско-преподавательский состав, сотрудники, восп. отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
7.	Организация дежурства в помещении и на территории ЗИМИТ КНИТУ-КАИ	В течение года	Восп. отдел, кураторы, профессорско-преподавательский состав, сотрудники
8.	Организация мероприятий по выполнению Комплексного плана по противодействию терроризма и экстремизма	В течение года	Администрация, фельдшер, кураторы, профессорско-преподавательский состав, сотрудники, восп. отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
9.	<p>Проведение рейдов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• внешнего вида обучающихся</li> <li>• санитарного состояния аудиторий;</li> <li>• по выявлению обучающихся, замеченных в курении.</li> </ul>	В течение года	Фельдшер, восп. отд.



10.	<p>Осуществление постоянного взаимодействия:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- с городским центром медицинской профилактики;</li> <li>- с городским наркологическим диспансером;</li> <li>- с библиотеками ЗМР</li> </ul>	В течение года	<p>Администрация, кураторы, профессорско-преподавательский состав, сотрудники, восп. отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет</p>
11.	<p>Организация работы психологической службы</p>	Август-Сентябрь	<p>Администрация, кураторы, профессорско-преподавательский состав, сотрудники, восп. отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет</p>
12.	<p>Организация работы Студенческого совета</p>	Август-Сентябрь	<p>Восп. отдел, кураторы, студенческий совет</p>
13.	<p>Организация занятий в творческих коллективах ЗИМИТ КНИТУ-КАИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Студенческий хор ЗИМИТ КНИТУ-КАИ</li> <li>- Вокальная студия</li> <li>- Хореографический коллектив «Лайм»</li> <li>- Студенческий театр ЗИМИТ КНИТУ-КАИ</li> </ul>	Август-Сентябрь	<p>Восп. отдел, кураторы, студенческий совет</p>
14.	<p>Организация работы спортивных секций в ЗИМИТ КНИТУ-КАИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Мини-футбол;</li> <li>• ОФП;</li> <li>• Банбинтон;</li> <li>• Волейбол;</li> <li>• Баскетбол;</li> <li>• Борьба</li> </ul>	Август-Сентябрь	<p>Администрация, кураторы, профессорско-преподавательский состав, сотрудники, восп. отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет</p>
15.	<p>Реализация Программы адаптации и социализации лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов в условиях образовательной организации</p>	В течение года	<p>Администрация, кураторы, профессорско-преподавательский состав, сотрудники, восп. отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет</p>

16.	Реализация целевой воспитательной программы «Адаптация студентов 1-го курса к обучению в ВУЗе»	В течение года	Администрация, кураторы, профессорско-преподавательский состав, сотрудники, восп. отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
17.	Реализация Программы профилактики суицидального поведения среди обучающихся	В течение года	Администрация, кураторы, профессорско-преподавательский состав, сотрудники, восп. отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
18.	Реализация Программы по формированию толерантного сознания и поведения обучающихся	В течение года	Администрация, кураторы, профессорско-преподавательский состав, сотрудники, восп. отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
19.	Реализация Программы по профилактике правонарушений и безнадзорности несовершеннолетних	В течение года	Администрация, кураторы, профессорско-преподавательский состав, сотрудники, восп. отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
20.	Реализация Программы реабилитации подростков с девиантным поведением	В течение года	Администрация, кураторы, профессорско-преподавательский состав, сотрудники, восп. отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
21.	Реализация Программы гражданско-патриотического воспитания студентов ЗИМИТ КНИТУ-КАИ 2016-2020 г.г.	В течение года	Администрация, кураторы, профессорско-преподавательский состав, сотрудники, восп. отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет

**Психолого-педагогическая поддержка  
воспитательно-образовательного процесса**

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Исполнители
1.	Организация работы с обучающимися, мотивированными на успешное участие в спортивных мероприятиях	В течение года	Преподаватели физ.воспитания
2	Проведение классных часов и бесед по предупреждению несчастных случаев и травматизма («Береги себя»)	В течение года	Кураторы, фельдшер, преподаватель ОБЖ, восп. отд.
3	Проведение обучающих семинаров по вопросам формирования культуры здоровья	В течение года	ЗЦМП, ЗПНД, ЦБС преподаватели физ.воспитания, фельдшер, восп.отд.
4.	Рассмотрение на Ученом совете вопросов сохранения и укрепления здоровья обучающихся	В течение года	Администрация, профессорско-преподавательский состав
5.	Создание библиотеки методической литературы по проблеме здорового образа жизни	В течение года	Библиотекарь
6.	Проведение родительских собраний на тему здоровьесбережение	В течение года	ЗЦМП, ЗПНД, ЦБС, восп.отдел администрация, фельдшер, кураторы
7.	Проведение консультаций для родителей по проблеме сбережения здоровья детей	В течение года	Фельдшер, кураторы, восп.отдел, преподаватели физ.воспитания
8.	Консультационная работа с родителями студентов по вопросам адаптации к учебному процессу в вузе, индивидуальным особенностям развития и профилактике девиантного поведения студентов	В течение года	Фельдшер, восп.отдел, кураторы

9.	Проведение круглых столов для педагогов по формированию культуры здоровья	2 раза в год	ЗЦМП, ЗПНД, ЦБС, администрация, кураторы, профессорско-преподавательский состав, сотрудники, восп. отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
10.	Оказание социальной поддержки обучающимся, оказавшимся в трудной жизненной ситуации	В течение года	Восп. отдел, кураторы групп

**Формирование культуры здоровья  
участников воспитательно-образовательного процесса**

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Исполнители
1.	Контроль за соблюдением внутреннего распорядка института	В течение года	Восп. отдел, кураторы
2.	Проведение медицинского осмотра обучающихся института	В течение года	Фельдшер, кураторы групп
3.	Вакцинация студентов, профессорско-преподавательского состава, сотрудников ЗИМИТ КНИТУ-КАИ	В течение года	Фельдшер
4.	Обеспечение соблюдения санитарно-гигиенических требований в институте	В течение года	Фельдшер, начальник АХО
5.	Вовлечение студентов, сотрудников и профессорско-преподавательский состав в работу по благоустройству территории ЗИМИТ КНИТУ-КАИ: уборка территории, оформление клумб	В течение года	Восп.отдел, начальник АХО, кураторы, студенческий совет





2.	<p>Книжные выставки библиотеки ЗИМИТ по следующим направлениям:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• В помощь учебному процессу</li> <li>• В помощь гуманитаризации технического образования</li> <li>• Студенчество и молодежь, в т.ч. по профилактике : <ul style="list-style-type: none"> <li>- девиантного поведения</li> <li>- ЗОЖ</li> <li>- курения, употребления спиртосодержащей продукции, наркотических и психотропных средств</li> </ul> </li> </ul> <p>Культура.Искусство.Литература</p>	<p>Сентябрь-ноябрь Декабрь-февраль</p> <p>Сентябрь-ноябрь Декабрь-февраль Март-май</p> <p>Март-май</p>	Библиотекарь
3.	<p>Проведение лекций и бесед о вреде курения, употребления спиртосодержащей продукции, наркотических и психотропных средств</p>	<p>Сентябрь, ноябрь, январь, март, май</p>	<p>ЗЦМП, ЗПНД, ЦБС, фельдшер, кураторы, воспитательный отдел, студенческий совет</p>
4.	<p>Проведение лекций и бесед на тему:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• гигиена режима учебы и отдыха;</li> <li>• здоровое питание</li> </ul>	<p>В течении года</p>	<p>ЗЦМП, ЗПНД, ЦБС, фельдшер, кураторы, воспитательный отдел</p>
5.	<p>Организация встреч с выдающимися спортсменами и тренерами</p>	<p>В течении года</p>	<p>ЦБС, кураторы, воспитательный отдел, студенческий совет</p>
6.	<p>Ознакомление первокурсников со спортивными достижениями, традициями ЗИМИТ КНИТУ-КАИ</p>	<p>Сентябрь- Октябрь</p>	<p>Восп. отдел, кураторы групп, студенческий совет, преподаватели физ. воспитания</p>
7.	<p>Организация и участие в мероприятиях и акциях ЗИМИТ КНИТУ-КАИ, а также в городских, зональных и республиканских по пропаганде здорового образа жизни</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Всемирный день красоты</li> <li>- День пожилого человека</li> <li>- Всемирный день здорового питания</li> <li>- День матери</li> <li>- Всемирный день инвалидов</li> <li>- Всемирный день здоровья</li> </ul>	<p>Сентябрь Октябрь Октябрь Ноябрь Декабрь Апрель</p>	<p>Администрация, кураторы, профессорско- преподавательский состав, сотрудники, восп. отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Всемирный день семьи</li> <li>- Международный день памяти умерших от ВИЧ и СПИДа</li> <li>- Всемирный день без табачного дыма</li> <li>- Международный день борьбы с наркоманией</li> </ul>	<p>Май</p> <p>Май</p> <p>Май</p> <p>Июль</p>	
8.	<p>Выпуск стенгазет:</p> <p>«Я выбираю ЗОЖ»</p> <p>«Счастье это.....»</p> <p>«Аборт и его последствия»</p> <p>«Я прививок не боюсь»</p> <p>«На острие иглы»</p> <p>«Туберкулез и его последствия»</p> <p>«Стресс и здоровье»</p> <p>и др.</p>	<p>Апрель</p> <p>Март</p> <p>Сентябрь</p> <p>Март</p> <p>Октябрь</p>	<p>Кураторы, восп.отдел, студенческий совет</p>
9.	<p>Создание буклетов, рекламирующих ЗОЖ в креативной форме, демонстрирующих преимущества и выгоду от соблюдения здорового образа жизни</p>	<p>В течение года</p>	<p>Кураторы, восп. отдел, студенческий совет</p>
10.	<p>Распространение среди студентов памяток, листовок и брошюр на социально значимые темы</p>	<p>В течение года</p>	<p>Кураторы, восп. отдел, студенческий совет</p>
<p><b>Организация и проведение спортивных мероприятий для студентов и преподавателей ЗИМИТ КНИТУ-КАИ:</b></p>			
1.	<p>Сдача норм ГТО</p>	<p>В течение года</p>	<p>Администрация, кураторы, профессорско-преподавательский состав, сотрудники, восп. отдел, преподаватели физ. воспитания</p>



2.	<p>Проведение занятий в спортивных секциях ЗИМИТ КНИТУ-КАИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Мини-футбол;</li> <li>• ОФП;</li> <li>• Банбинтон;</li> <li>• Волейбол;</li> <li>• Баскетбол;</li> <li>• Борьба</li> </ul>	В течение года	<p>Кураторы, профессорско-преподавательский состав, сотрудники, восп. отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет</p>
3.	<p>Организация и участие в Спартакиаде «Приз первокурсника»</p>	Сентябрь-Октябрь	<p>Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет</p>
4.	<p>День здоровья «Я выбираю ЗОЖ»</p>	<p>Сентябрь Январь Май</p>	<p>Администрация, кураторы, профессорско-преподавательский состав, сотрудники, восп. отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет</p>
5.	<p>Участие во Всероссийском дне бега «Кросс нации»</p>	Сентябрь	<p>Администрация, кураторы, профессорско-преподавательский состав, сотрудники, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет</p>
6.	<p>Организация и участие во Всероссийских, зональных, городских спортивных соревнованиях.</p>	В течение года	<p>Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет</p>
7.	<p>Организация и участие во Всероссийских, зональных, городских соревнованиях по военно-прикладным видам спорта</p>	В течение года	<p>Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет</p>
8.	<p>Участие в соревнованиях в рамках Комплексной Спартакиады КНИТУ-КАИ</p>	В течение года	<p>Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет</p>

9.	Товарищеские встречи по волейболу с учащимися образовательных организаций ЗМР, на базе ЗИМИТ КНИТУ-КАИ.	В течении года	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
10.	Участие в соревнованиях среди профессорско-преподавательского состава и сотрудников ЗИМИТ КНИТУ-КАИ	Сентябрь Январь Май	Администрация, кураторы, профессорско-преподавательский состав, сотрудники, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
11.	Товарищеские встречи студентов и родителей ЗИМИТ КНИТУ-КАИ по: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Мини-футболу</li> <li>• Волейболу</li> <li>• Шахматам</li> </ul>	В течении года	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
12.	Организация и участие в соревнованиях «БУДЬ ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» в рамках месячника Гражданской Обороны на базе ЗИМИТ КНИТУ-КАИ.	Ноября	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
13.	Первенство по волейболу в ЗИМИТ КНИТУ-КАИ	Ноября	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
14.	Открытие спартакиады «Кубок 4-х». Межвузовские соревнования по волейболу среди юношей и девушек	Декабрь	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
15.	Организация и участие в соревнованиях «ВПЕРЕД РОССИЯ» в рамках мероприятия посвященного ДНЮ ГЕРОЕВ ОТЕЧЕСТВА с участием учащимися образовательных организаций ЗМР, на базе ЗИМИТ	Декабрь	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет

	КНИТУ-КАИ.		
16.	Участие в товарищеском матче по волейболу между командами ЗИМИТ КНИТУ-КАИ и АО «Зеленодольский завод им. Горького», на базе ЗИМИТ КНИТУ-КАИ.	Декабрь	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
17.	Первенство по баскетболу в ЗИМИТ КНИТУ-КАИ	Декабрь	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
18.	Спартакиада «Кубок 4-х». Межвузовские соревнования по баскетболу среди юношей и девушек	Январь	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
19.	Первенство по лыжным гонкам в ЗИМИТ КНИТУ-КАИ	Январь	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
20.	Спартакиада «Кубок 4-х» межвузовские соревнования по лыжным гонкам	Февраль	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
21.	Участие студентов 1-4 курсов в Республиканской массовой лыжной гонке «Лыжня России – 2018», на базе СК «Маяк»	Февраль	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
22.	Антинаркотическая студенческой акция «Спорт против наркотиков» Флешмоб	Февраль	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
23.	Первенство по настольному теннису в ЗИМИТ КНИТУ-КАИ	Февраль	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
24.	Военно-спортивный праздник «День защитника Отечества» в рамках месячника оборонно-массовой и спортивной работы , на	Февраль	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет

	базе ЗИМИТ КНИТУ-КАИ.		
25.	Военно-спортивный праздник «День защитника Отечества» в рамках месячника оборонно-массовой и спортивной работы с приглашением учащихся образовательных организаций ЗМР, на базе ЗИМИТ КНИТУ –КАИ	Февраль	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
26.	Студенческая спартакиада «Кубок 4х» Межвузовские соревнования по настольному теннису	Март	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
27.	Первенство по шахматам в ЗИМИТ КНИТУ-КАИ	Март	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
28.	Студенческая спартакиада «Кубок 4-х» межвузовские соревнования по шахматам	Апрель	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
29.	Первенство учебного заведения по легкой атлетике в ЗИМИТ КНИТУ-КАИ	Апрель	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
30.	Студенческая спартакиада «Кубок 4-х» Межвузовские соревнования по плаванию	Апрель	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
31.	Студенческая спартакиада «Кубок 4-х» Межвузовские соревнования по легкой атлетике	Май	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
32.	Первенство по мини-футболу в ЗИМИТ КНИТУ-КАИ	Май	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет

33.	Студенческая спартакиада «Кубок 4-х» Межвузовские соревнования по мини-футболу	Май	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
34.	Туристические походы	Май-Июнь	Кураторы, восп.отдел, преподаватели физ. воспитания, студенческий совет
<b>Организация и проведение культурно-массовых мероприятий для студентов ЗИМИТ КНИТУ-КАИ</b>			
1.	Культурно-массовые мероприятия: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Посвящение в студенты</li> <li>- День учителя</li> <li>- Осенний бал</li> <li>- День первокурсника</li> <li>- Первый полёт</li> <li>- Новогодний бал</li> <li>- День Российского студенчества</li> <li>- День Защитника Отечества</li> <li>- День Российской науки</li> <li>- Международный женский день</li> <li>- Мисс и мистер КАИ</li> <li>- День всех влюблённых «День Святого Валентина»</li> <li>- День смеха</li> <li>- День Победы</li> <li>- День знаний</li> </ul>	Октябрь Октябрь Октябрь Ноябрь Декабрь Январь  Февраль Февраль Март  Март Февраль Апрель Май Сентябрь	Кураторы, воспитательный отдел, студенческий совет
2.	Проведение отчетных мероприятий творческих коллективов ЗИМИТ КНИТУ-КАИ: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Студенческий хор ЗИМИТ КНИТУ-КАИ</li> <li>- Вокальная студия</li> <li>- Хореографический коллектив «Лайм»</li> <li>- Студенческий театр ЗИМИТ КНИТУ-КАИ</li> </ul>	Март-Май	Кураторы, воспитательный отдел, студенческий совет

## VII. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Критерии эффективности программы:

Реализации комплексной программы будет способствовать:

- оперативный мониторинг состояния здоровья и здорового образа жизни студентов;
- контроль приоритетности одного из четырех основных направлений реализации модели здоровьесбережения образовательного процесса ВУЗа в течение деятельности комплексной программы;
- показатели выработки стойкого иммунитета против употребления любых видов психоактивных веществ в студенческой среде ВУЗа;
- выработка критериев системы воспитания физической культуры ВУЗа с учетом индивидуального подхода к нагрузкам студентов, студентов с ограниченными возможностями здоровья и студентов-инвалидов.

Для оценки эффективности решения задач, определенных комплексной здоровьесберегающей программой, предлагается система целевых количественных и качественных индикаторов и показателей, характеризующих ход ее реализации.

***Количественные показатели:***

- число студентов, участвующих во всех мероприятиях создания здоровьесберегающей среды (предлагается увеличение этого показателя на 15-20% за каждый год реализации здоровьесберегающей программы);
- общее число спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий (на предстоящий срок реализации программы запланировано на 30% больше, чем предыдущий);
- число студентов, принимающих участие в спортивных мероприятиях вуза (планируется увеличение этого показателя на 15-20% ежегодно);
- число студентов, систематически занимающихся в спортивных и фитнес клубах города (планируется увеличение этого показателя на 10-15% в год);
- число студентов, принимающих участие в работе физкультурно-спортивных секций (планируется увеличение этого показателя на 15-20% ежегодно);
- число студентов, занимающихся в физкультурно-оздоровительных группах (планируется увеличение этого показателя на 10-15% в год);
- количество педагогов, включившихся в работу по реализации комплексной здоровьесберегающей программы в ВУЗе;
- оценка позитивной динамики здоровья студентов до 50-60% на время окончания действия текущей программы (анализ проводится по группам здоровья);
- снижение уровня заболеваемости студентов по основным группам заболеваний на 20-30% ежегодно;

- сокращение числа студентов, серьезно нарушивших устав ВУЗа, правила поведения на 15-20% от начала реализации до окончания текущей программы;
- процентное соотношение активно работающих студентов всех направлений студенческого самоуправления вуза от общего числа студентов очной формы обучения (планируется увеличение этого показателя на 10-15% по каждому из направлений работы за весь период реализации программы).

### ***Качественные показатели:***

- снижение уровня заболеваемости в студенческой среде;
- увеличение показателей творческих способностей студентов;
- повышение уровня здоровья всех участников образовательного процесса;
- формирование у студентов осознания необходимости соблюдения и выгоды от ведения здорового образа жизни;
- улучшения социально-психологического климата в студенческих академических группах;
- осознание представителями администрации ВУЗа значимости воспитания физической культуры в ВУЗе как целенаправленной, систематической деятельности, направленной на развитие целеустремленной личности, гармонизацию её духовных и физических сил;
- обеспечение и контроль за процессом формирования здоровьесберегающей среды в вузе (особенности социальной и педагогической среды, систем управления образованием, материально-технической базы, кадрового состава, особенности коллектива и т.д.).

### ***В результате реализации комплексной программы предполагается:***

1. Создание действенной системы здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе ЗИМИТ КНИТУ-КАИ, направленной на сохранение и укрепление здоровья студентов, создание условий для здорового образа жизни, а также профилактику различных форм правонарушений (девиаций) в студенческой среде;
2. Реализация представленных мероприятий программы согласно плана;
3. Формирование устойчивого мотивационного комплекса здорового образа жизни в структуре личности большинства студентов ЗИМИТ КНИТУ-КАИ;
4. Создание образовательной среды, способствующей сохранению и укреплению здоровья профессорско-преподавательского состава и сотрудников ВУЗа;
5. Совершенствование учебно-методической базы реализации направлений здоровьесберегающей программы;
6. Повышение эффективности оздоровительной, профилактической и реабилитационной работы со студентами;
7. Совершенствование системы мониторинга результатов по основным направлениям комплексной здоровьесберегающей программы;

8. Достижение положительной динамики снижения заболеваемости всех участников образовательного процесса, но в первую очередь студентов;
9. Существенное сокращение риска употребления любых психоактивных веществ в студенческой среде ВУЗа;
10. Увеличение числа студентов, ведущих активный, социально ориентированный, здоровый образ жизни;
11. Улучшение показателей физического и психического здоровья студентов-выпускников института для повышения конкурентоспособности выпускников ЗИМИТ КНИТУ-КАИ при профессиональном старте на рынке труда.

#### VIII. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Здоровый образ жизни [Электронный ресурс] // Википедия. – URL: [http://ru.wikipedia.org/wiki/Здоровый\\_образ\\_жизни](http://ru.wikipedia.org/wiki/Здоровый_образ_жизни).
2. Егорьев, А.О. Здоровье студентов с позиции профессионализма / А.О. Егорьев // Теория и практика физической культуры. – 2003. - №2 –С.53-56
3. Горелов, А.А. Анализ показателей здоровья студентов специальной медицинской группы / А.А. Горелов, ОГД. Румба, В.А. Кондаков // Научные проблемы гуманитарных исследований – 2008.- Вып.6.- С.28-33.
4. Лисицин, Ю.П. Слово о здоровье / Ю.Л. Лисицин. – М: Советская Россия, 1986. – 192с.
5. Ивахненко Г.А. Здоровьесберегающие технологии в российских вузах / Г.А.Ивахненко // Вестник института социологии - 2013.- Вып.6.-С.99-111.