

Утверждаю:

Директор филиала КубГУ

в городе Новороссийске



С.Е. Ратенко

## ПРОГРАММА

### филиала Кубанского государственного университета в городе Новороссийске – «ВУЗ здорового образа жизни»

Состояние здоровья молодежи является важнейшим слагаемым здорового потенциала нации, поэтому сохранение и развитие здоровья студентов и формирование у них здорового образа жизни сегодня имеет приоритетное значение, о чем свидетельствует реализуемый Правительством РФ национальный проект «Здоровье». На необходимость формирования потребности в здоровом образе жизни студенческой молодежи нацеливает «Национальная доктрина образования РФ на период до 2025 года» и «Концепция ФЦП «Развитие физической культуры и спорта в РФ на 2016-2020 годы»».

Неслучайно в последнее время повышается роль Высшей школы как социального института, формирующего не только компетентного специалиста, но и полноценную, здоровую личность с такими сформированными качествами и свойствами личности как социальная активность, ориентация на здоровый образ жизни, эстетические идеалы и этические нормы жизни.

Идеология филиала университета predetermined сущностью и спецификой вуза и тесно вплетена в ткань целостного учебного процесса и профессионального становления студента в качестве специалиста, предоставления молодежи возможности для максимального воплощения собственного потенциала способностей. Она реализуется в органическом единстве с процессом обучения на основе комплексного, системного подхода

к решению задач по формированию научного мировоззрения, а также гражданско-патриотического, нравственно-этического, правового, экономического, экологического, физического и трудового воспитания.

Филиал способствует созданию необходимой оздоровительно-воспитательной практики, обеспечивающей личность студента адекватными его способностям и интересам возможностями реализовать потребность вести здоровый образ жизни, развивать навыки и опыт ответственного отношения к здоровью как ценности. Среди важных условий формирования здорового образа жизни студенческой молодежи в рамках деятельности филиала выступают: наличие привлекательных образцов и персонифицированных примеров для подражания в лице ярких личностей мастеров спортсменов, а также притягательных видов и форм предлагаемой спортивной деятельности; культивирование моды на спорт и здоровый образ жизни руководством вуза, профессорско-преподавательским составом; интеграция усилий спортсменов-профессионалов, тренеров, преподавателей кафедры физического воспитания, административных структур вуза в работе спортивных клубов; обеспечение субъектной позиции студента как равноправного, компетентного и ответственного участника, вносящего свой вклад в развитие и популяризацию здорового образа жизни, независимо от индивидуальных физических способностей и спортивных достижений.

Целью физического воспитания и образования в вузе является сохранение и укрепление здоровья молодежи, формирование у студентов сознательного и активного отношения к физической культуре.

#### **Цель реализует адекватные ей задачи:**

- 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 спорта;
- совершенствование спортивного мастерства студентов-спортсменов;
- активизация социального опыта по формированию ответственного отношения к здоровью как ценности;
- формирование у молодежи осознанной потребности в занятиях физическими упражнениями, приобщение студентов к занятиям физкультурой и спортом, практическому участию в работе спортивных секций, состязаниях и спортивно-массовых мероприятиях, а также в организации спортивных соревнований;
- повышение уровня информированности молодежи по вопросам сохранения и укрепления здоровья посредством действующей

информационно-пропагандисткой и образовательной системы вуза, привлечению к активному отдыху, занятию физической культурой, туризмом и спортом.

**Поставленные цели и задачи предполагают соблюдение следующих принципов:**

- осуществление воспитания студента в контексте целей и задач высшего профессионального образования;
- физическое воспитание в вузе является не только учебной дисциплиной, но и важнейшим базовым компонентом формирования культуры здоровья студенческой молодёжи;
- приоритет оздоровительных и профилактических мер;
- своевременное реагирование на тенденции в состоянии здоровья молодых людей;
- доступность оздоровительных мероприятий для молодежи;
- непрерывность оздоровительных мероприятий на протяжении обучения в вузе.

Условия формирования здорового образа жизни студентов вуза в процессе физического воспитания обеспечивают приобретение студентами опыта здоровьесберегающих профессиональных связей и отношений.

**Возможности верифицировать формы и методы формирования здорового образа жизни студентов требуют:**

- осуществления комплексного подхода к формированию здорового образа жизни студентов в учебном процессе;
- проведения мониторинга уровня сформированности здорового образа жизни студентов;
- обеспечения оздоровительного эффекта у студентов в воспитательно-образовательном процессе по физическому воспитанию при условии координации, дифференциации, индивидуализации физического воспитания студентов.

**Основные формы и методы реализации программы вуза по формированию здорового образа жизни:**

- организационное построение спортивной клубной деятельности как добровольной, открытой, самоуправляемой, вариативной по своему содержанию, создающей оздоровительно-воспитательную среду, удовлетворяющую потребности студентов в физическом самосовершенствовании на основе неформального общения. Работа клубов и спортивных секций строится с учетом дифференцированного подхода, выделением значимой референтной группы как носителя правил и норм здорового образа жизни;

- проведение соревнований в рамках Вуза по основным видам спорта. 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.

Использование информационно-пропагандистского механизма способствует:

- повышению у молодых людей интереса к физическому совершенствованию, раскрытию ценности физической культуры;
- популяризации самостоятельных занятий студенческой молодежи с широким использованием природных факторов;
- формированию в массовом сознании молодежи понимания жизненной необходимости физкультурно-спортивных занятий.

**Повышение эффективности информационных и образовательных средств вуза 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;
- стройную систему, обеспечивающую координацию работы всех источников информации филиала КубГУ и пропаганды физической культуры;
- обеспечение регулярности, систематичности, непрерывности пропагандистского процесса, соблюдение преемственности пропагандистского воздействия, сочетание различных форм пропагандистской, воспитательной деятельности с физкультурно-спортивной работой в учебном заведении, на базах и 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 вуза;

- обучение студентов филиала КубГУ методам и формам пропаганды физической культуры и спорта среди различных категорий и групп населения;
- пропагандистские кампании по физической культуре и спорту, к основным принципам которых относятся:
  - *общедоступность*: кампания рассчитана на студентов вуза и участником может стать каждый независимо от уровня физической подготовленности и состояния здоровья;
  - *многообразие*: кампания располагает большим набором видов физической активности; различными формами их организации; разнообразными формами проведения мероприятий;
  - *эффективность*: кампания позволяет улучшить физическую подготовленность; повысить жизненный тонус и усилить жизненную активность; сделать увлекательным и интересным досуг;
  - *мобильность*: методы и формы в зависимости от опыта и интересов участников постоянно обновляются; учитывается появление новых видов физкультурно - оздоровительных занятий и модных направлений;
  - *активность*: призывает молодежь включать физкультуру и спорт в свой образ жизни.

**Решение проблем по воспитанию молодого поколения, формированию здорового образа жизни, привитию социальных навыков в рамках деятельности филиала КубГУ предполагает использование в контексте проводимой воспитательной работы программы привлечения молодежи к занятию физкультурой и спортом, включающей в себя следующие положения:**

1. Организация товарищеских встреч с участием студенческих команд по мини-футболу.
2. Организация и проведение акций, способствующих оздоровлению студентов под девизом «Быть здоровым - модно!» проведение среди студентов ВУЗа спортивных турниров.
3. Проведение социальных акций, приуроченных к международному дню Здоровья, борьбы со СПИДом и др.
4. Организация спортивно-оздоровительные мероприятий, акций с обучением молодежи бережному отношению к природе и др.
5. Организация ежегодного вручения дипломов, благодарственных писем и памятных подарков студентам, достигших высоких результатов в спорте.
6. Организация и проведение мероприятия и конференции типа «Круглый стол» 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.

7. Организация антинаркотической рекламы: видеоматериалов, слайдов

Таким образом, здоровый образ жизни является необходимым и важным составляющим компонентом в образовательном пространстве филиала КубГУ.

Программу составила:

Заместитель директора по воспитательной работе  
филиала КубГУ

 В.Г. Федотова