

**КГБПОУ «ЭВЕНКИЙСКИЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ
ТЕХНИКУМ»**

ПРОГРАММА

**«Здоровый учитель –
здоровый ученик –
здоровое будущее»**

Срок реализации - 2015-2017 г.г.

Информационная карта программы

№	Структура проекта	Содержание
1	<i>Название программы</i>	<i>Здоровый учитель – здоровый ученик - здоровое будущее</i>
2	<i>Цель программы</i>	Создание условий и поиск путей, направленных на сохранения и укрепления здоровья всех сотрудников лицея.
3	<i>Задачи программы</i>	-Формирование ответственного отношения сотрудников к своему здоровью. -Популяризация физической культуры среди членов коллектива и укрепление здоровья через поддержание физической формы; -Проведение досуга посредством спортивно – массовых мероприятий; -Защита от эмоциональных перегрузок и сохранение психического здоровья; -Повышение грамотности преподавателей по вопросам сохранения и укрепления здоровья.
4.	<i>Направления деятельности</i>	-Ежегодная диспансеризация, -Спортивно-массовые мероприятия, -Организация работы спортивных секций и ЛФК для педагогов, -Снижение уровня производственного травматизма, -Вакцинация, -Проведение психологических тренингов, -Медицинское страхование сотрудников.
5	<i>Краткая аннотация</i>	Программа по здоровьесбережению, разработанная в лицее интегрирована по содержанию и носит комплексный характер по видам деятельности. В нашем понимании только здоровый, физически активный учитель может воспитать здорового ученика.
6	<i>Авторы программы</i>	<i>Ченцов Александр Николаевич-преподаватель физической культуры Субраков Александр Петрович – педагог-организатор ОБЖ</i>
7	<i>Наименование</i>	Краевое государственное бюджетное

	образовательного учреждения	профессиональное образовательное учреждение «Эвенкийский многопрофильный техникум»
8	Учредитель	Администрация КГБПОУ «Эвенкийский многопрофильный техникум»
9	Юридический адрес	648000 Красноярский край, Эвенкийский р-он, п. Тура мкрн Таежный, 7
10	Фактический адрес	648000 Красноярский край, Эвенкийский р-он, п. Тура мкрн Таежный, 7
11	Телефон, факс, электронная почта	тел 8(39170)30272 E-mail:agro91@tura.evenkya.ru
12	ФИО руководителя	Громова Елена Леонидовна
13	Координатор программы	Заместитель главы Администрации Эвенкийского муниципального района, председатель попечительского совета КГБПОУ «Эвенкийский многопрофильный техникум» Паникоровская Л.В. Директор КГБПОУ «Эвенкийский многопрофильный техникум» Громова Е.Л.
14	Количество участников программы	Проект, ориентированный на всех членов коллектива всех возрастных групп, определяет основные пути развития системы здоровьесбережения в техникуме.
15	Кадры программы	Основными исполнителями мероприятий программы являются: Администрация КГБПОУ «Эвенкийский многопрофильный техникум» Преподаватели: физической культуры, ОБЖ Совет самоуправления обучающихся

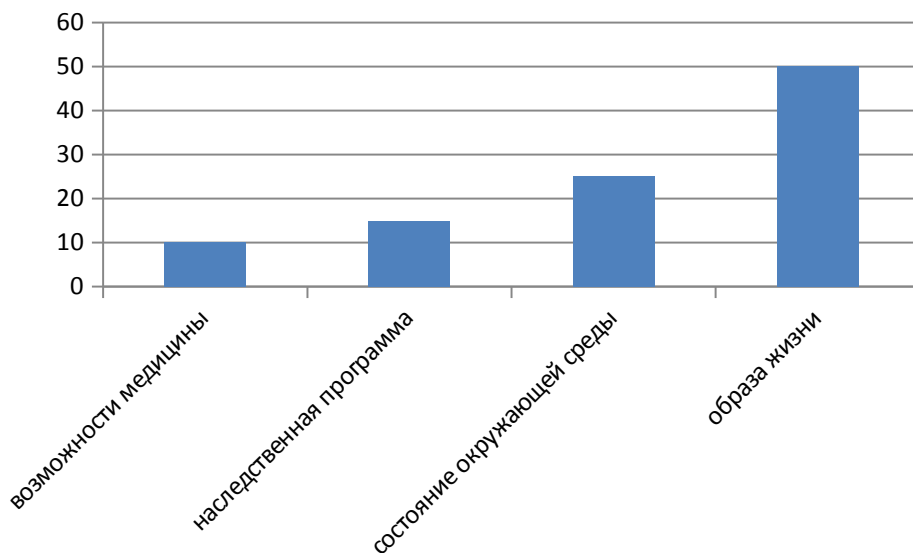
« Единственная красота,
которую я знаю,— это здоровье».
Г.Гейне

Введение

Всемирная организация здравоохранения определила здоровье как состояние «полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов». Здоровье человека – проблема достаточно актуальная для всех времен и народов, а в настоящее время она становится первостепенной. Современное состояние общества, высочайшие темпы его развития предъявляют всё новые более высокие требования к человеку и его здоровью.

Сохранение здоровья учителя и ученика – стратегическая проблема современного образовательного учреждения. Только здоровый учитель, владеющий валеологической культурой, может воспитать здорового ученика. Будущее нашей страны, в том числе Эвенкии, закладывается сегодня в подрастающем поколении. Поэтому наш техникум следует рассматривать не только как образовательное учреждение, а прежде всего как социальный институт занятости, защищенности и охраны здоровья всех участников учебно-воспитательного процесса. Формирование валеологической культуры преподавателя – неременное условие качественного образовательного процесса. Этим должен обладать каждый педагог независимо от преподаваемого предмета и должности в школе, поскольку здоровье не только общая ценность, но и вопрос национальной безопасности страны, и вклад в решение демографической проблемы.

Диаграмма «От чего зависит здоровье человека?»



Изучив, диаграмму, мы поняли, как сильно наше здоровье зависит от образа жизни. Поэтому администрация техникума совместно с советом самоуправления обучающихся и преподавателями физического воспитания, ОБЖ наметили ряд шагов, направленных на формирование валеологической культуры сотрудников и студентов техникума.

Здоровье человека зависит

1. на 50% - от образа жизни
2. на 25% - от состояния окружающей среды
3. на 15% - от наследственной программы
4. на 10% - от возможностей медицины.

Мониторинг здоровья преподавателей и обучающихся техникума

В техникуме разработан комплексный подход к оценке работы техникума в сфере охраны здоровья обучающихся и педагогов. Мониторинг проводится с учетом факторов, влияющих на здоровье педагогов, обучающихся. В основном наши усилия направлены на внутритехникумовские факторы, негативное действие которых можно снизить или устранить.

Основные модули для комплексной оценки работы техникума:

- Оценка показателей заболеваемости преподавателей, обучающихся.
- Оценка грамотности преподавателей, обучающихся по вопросам здоровья,
- Оценка уровня подготовки преподавателей, обучающихся для создания здоровьесберегающего пространства техникума в области компетенций: общепедагогических, психологических, валеологических,
- Оценка качества питания и питьевой воды,
- Оценка психологического климата в педагогическом коллективе, студенческом коллективе.
- Оценка показателей здоровьесбережения при проведении занятий,
- Оценка физической активности педагогов, студентов.
- Оценка гигиенических требований к помещениям.

В КГБПОУ «Эвенкийский многопрофильный техникум» работает 85 сотрудников. Анализ состояния здоровья сотрудников за 2014 год показал,

что по болезни сотрудниками техникума пропущено 225 дней, что составляет 2,3 дня на одного члена коллектива. За указанный период времени листки временной нетрудоспособности брали 45 человек, что составляет 48,2 %. Уровень производственного травматизма за исследуемый период составил 0 %. Уровень профессиональной заболеваемости среди сотрудников техникума составляет 0 %. У многих преподавателей повышенное артериальное давление (гипертония), но больничные листы с данным диагнозом отсутствуют. Данное заболевание является следствием постоянных эмоциональных перегрузок.

Анализ медико - статистической документации не отражает истинной картины здоровья педагогов техникума, т. к. для педагогов характерна тенденция выходить на работу, даже не смотря на заметные нарушения состояния здоровья. В техникуме используется как показатель состояния здоровья педагогов их собственная самооценка, а также уровень грамотности педагогов в вопросах сохранения и укрепления здоровья.

В современных условиях деятельность преподавателей буквально насыщена стрессогенными факторами. Можно говорить о том, что стрессогенный характер нашей работы приближается к критическому, при котором наблюдаются невротические симптомы в их эмоциональном состоянии и поведении. Основные нарушения здоровья педагогов: нервные расстройства, сердечно-сосудистые нарушения, остеохондроз, заболевания верхних дыхательных путей, патология зрения.

Мероприятия, направленные на сохранение и укрепление здоровья сотрудников техникума

Для проведения спортивно-массовой работы в техникуме имеется спортивный зал:

Малый спортивный зал 24м x 12м; спортивный стадион все сотрудники техникума застрахованы в ООО «Медика Восток».

Здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения

- Состояние и содержание здания и помещений техникума в соответствии с гигиеническими нормативами;
- Оснащенность кабинетов, спортивного зала, спортплощадок необходимым инвентарем;
- Организация качественного горячего питания.

Медицинская профилактика и наблюдение за состоянием здоровья

- Ежегодная диспансеризация сотрудников техникума;
- Медицинское страхование членов коллектива в ООО «Медика Восток»
- Своевременная вакцинация сотрудников техникума (от гепатита С, гриппа);
- Организация работы психологической службы техникума с целью защиты преподавателя от эмоционального выгорания.

Организация физкультурно-оздоровительной работы

- Веселые старты среди методических объединений техникума;
 - Участие в проводимых спортивных мероприятиях ЭМР;
- Организация работы спортивных секций для сотрудников техникума (ритмика, волейбол);
- Лыжные прогулки и соревнования;
- Организация и проведение Клубов выходного дня с выездом на природу (Дни здоровья) в весенний и осенний период;
- Организация физкультурно-оздоровительных мероприятий совместно с обучающимися техникума.
- Проведение Фестиваля здоровья с активным участием педагогов.

Просветительская работа, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни

- Лекции и беседы о здоровом образе жизни;
- Педагогический совет о здоровьесберегающих технологиях в образовательном процессе;

-Тестирование и анкетирование сотрудников техникума с целью выяснения влияния образа жизни на работоспособность членов коллектива.

Психологическая профилактика соматических и психосоматических заболеваний

-Создание баллинтовских групп для педагогов с целью совместного поиска решений по трудным педагогическим ситуациям,

-Проведения цикла семинаров по проблемам профессионального выгорания педагогов,

-Создание группы медиаторов (совместно обучающиеся и педагоги) для эффективного разрешения возникающих конфликтов,

-Периодическое анкетирование педагогов с целью определения особенностей психологического климата в коллективе,

-Проведение круглых столов по темам: «Как избежать конфликта», «Скорая помощь при стрессе» и др., с привлечением психологической службы техникума.

-Создание комнаты психологической разгрузки для преподавателей.

Ожидаемые результаты:

- 1) Снижение заболеваемости педагогов, особенно в период эпидемии гриппа и других простудных заболеваний.
- 2) Повышение роли совместного сотрудничества педагогов, родителей и обучающихся в формировании здорового образа жизни
- 3) Увеличение двигательной активности педагогов и повышение уровня показателя физической подготовленности.
- 4) Организация досуга педагогов за счет современных и эффективных форм двигательной активности.
- 5) Осознание педагогами условий ведущих к здоровью.