

Мусульманская религиозная организация
духовная образовательная организация высшего образования
«Болгарская исламская академия»



ПЛАН РАБОТЫ
ПО ФОРМИРОВАНИЮ НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
И ПРОФИЛАКТИКИ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ И
СОТРУДНИКОВ на 2021-2022 учебный год

Согласовано Советом обучающихся

Протокол № 1 от 31 августа 2021

г. Болгар – 2021

1. ПЛАН РАБОТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ НАВЫКОВ ЗДОРОВОГО
ОБРАЗА ЖИЗНИ И ПРОФИЛАКТИКИ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ
ОБУЧАЮЩИХСЯ И СОТРУДНИКОВ на 2021-2022 учебный год
РАЗРАБОТАН Кергалина Р.Р. КСР

2. ПЛАН РАБОТЫ СОГЛАСОВАН:

Проректор по образовательной деятельности  Р.А. Гиззатуллин

Проректор по научной деятельности  Р.Л. Саяхов

Начальник Юридического управления  А. А. Билалов

Общее положение

План работы по формированию навыков здорового образа жизни и профилактики заболеваемости обучающихся и сотрудников Мусульманской религиозной организации духовной образовательной организации высшего образования «Болгарская исламская академия» (далее – Академия) разработан с целью создания комфортной среды, способствующей их активному включению в реализацию потребности вести здоровый образ жизни, формированию здорового образа жизни, приобретению социального опыта по формированию ответственного отношения к здоровью как ценности.

Пояснительная записка

Академия является научно-богословским и образовательным центром всероссийского значения, учрежденной ведущими мусульманскими организациями нашей страны. Кроме образовательной, научной, административно-хозяйственной работы сложились традиции здорового образа жизни. Деятельность по формированию навыков здорового образа жизни и профилактики заболеваемости обучающихся и сотрудников осуществляется со дня открытия академии. В физкультурно-спортивных мероприятиях академии регулярно принимают участие студенты и сотрудники Академии. В спортивном зале ежедневно занимаются на тренажерах, после тренировки посещают оздоровительную сауну. Также активно проходят занятия и товарищеские матчи по мини-футболу в МБУ «СШ Олимп», занятия и товарищеские матчи по волейболу в МБОУ ДО «ДООЦ Болгар», а также игры по настольному теннису, шашкам и армрестлингу в спортивном зале Академии. Формирование здорового образа жизни в студенческой среде имеет особое значение, так как будучи влиятельными людьми на общество, на собственном примере осуществляют профилактическую деятельность, направленную на укрепление здоровья.

Цели и задачи

Цель:

- совершенствование процесса физического воспитания и пропаганды здорового образа жизни;
- формирование навыков и развитие мотивации обучающихся и преподавательского состава к выбору здорового образа жизни.

Задачи:

- создать в Академии условия, содействующие сохранению и укреплению физического и психического здоровья обучающихся средствами физической культуры и спорта;
- обеспечить взаимодействие учебного и внеучебного процессов для освоения ценностей культуры, удовлетворения потребностей обучающихся в занятиях физическими упражнениями, спортом и туризмом;
- развитие в Академии физической культуры и спорта, улучшение материально-технического состояния спортивной базы;
- проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни.

Перечень формируемых компетенций (результаты обучения)

Основная формируемая компетенция: умение правильно использовать представления о здоровом образе жизни и методы физического воспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья, обеспечивающих активную профессиональную деятельность.

Знания, умения, навыки, осваиваемые обучающимися:

Знания роли физической культуры личности для формирования мотивационно-ценностного отношения к здоровому образу жизни.

Умения: физическое совершенствование и самовоспитание, потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.

Навыки поддержания своего организма в хорошей физической форме самостоятельно.

№ п/п	Содержание работы	Срок проведения	Направление воспитательной работы	Ответственный за проведение	Место проведения
1	Прохождение обучающимися в соответствии с законодательством Российской Федерации периодических медицинских осмотров и диспансеризации	в начале учебного года (по согласованию)	здоровьесберегающее	Сабиров Р.Р. Иксанова Г.Х.	ЦРБ Спасского МР
2	Беседы по профилактике несчастных случаев с обучающимися во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность	начало учебного года (по согласованию)	здоровьесберегающее	Сабиров Р.Р. Иксанова Г.Х.	Академия
3	Проведение санитарно-противоэпидемических и профилактических мероприятий	в течение учебного года	здоровьесберегающее	Сабиров Р.Р. Иксанова Г.Х.	Академия
4	Беседы по профилактике заболеваний и оздоровления обучающихся для занятия ими физической культурой и спортом	декабрь (по согласованию)	здоровьесберегающее	Сабиров Р.Р. Иксанова Г.Х.	Академия
5	Товарищеские матчи по мини-	в течение	спортивно-	Сабиров Р.Р.	МБУ

	футболу, между студентами Академии и сборной командой «Олимп» г. Болгар	учебного года	оздоровительное		«СШ Олимп»
6	Товарищеские матчи по волейболу между студентами Академии и сборной командой «ДООЦ» г. Болгар	в течение учебного года	спортивно-оздоровительное	Сабиров Р.Р.	МБОУ ДО «ДООЦ Болгар»
7	Тренировки по мини-футболу	в течение учебного года (еженедельно вторник, четверг, суббота - согласно расписанию)	спортивно-оздоровительное	Сабиров Р.Р.	МБУ «СШ Олимп»
8	Тренировки по волейболу	в течение учебного года (еженедельно понедельник, среда, пятница – согласно расписанию)	спортивно-оздоровительное	Сабиров Р.Р.	МБОУ ДО «ДООЦ Болгар»
9	Настольный теннис	в течение учебного года (вторник, четверг,	спортивно-оздоровительное	Сабиров Р.Р.	Спортивный зал Академии

		суббота)			
10	Шашки	в течение учебного года		Сабиров Р.Р.	Спортивный зал Академии
11	Армрестлинг	в течение учебного года		Сабиров Р.Р.	Спортивный зал Академии
12	Посещение тренажерного зала	ежедневно в течение учебного года		Сабиров Р.Р.	Спортивный зал Академии
13	Всероссийский спортивно-массовый молодежный проект «Чемпионат студенческих спортивных клубов России» (Сезон 2021-2022) Мини-футбол, волейбол, настольный теннис	Сентябрь-май		Сабиров Р.Р.	МБУ «СШ Олимп» МБОУ ДО «ДООЦ Болгар» Спортивный зал Академии
14	Внутривузовская Спартакиада по волейболу, мини-футболу, настольному теннису, армрестлингу и шашкам	1 семестр, 2 семестр учебного года		Сабиров Р.Р.	МБУ «СШ Олимп» МБОУ ДО «ДООЦ Болгар» Спортивный зал

					Академии
15	Спортивно-оздоровительные эстафеты среди обучающихся и сотрудников	1 раз в квартал		Сабиров Р.Р.	Спортивный зал Академии
16	Районные физкультурно-спортивные мероприятия «Кросс-наций», «Лыжня России», «День студента», ВФСК ГТО, «День Космонавтики», «Сабантуй», «День молодежи», «День здоровья»	По назначению		Сабиров Р.Р.	Спортивный зал Академии
17	Выездные республиканские физкультурно-спортивные соревнования	По назначению		Сабиров Р.Р.	Спортивный зал Академии
План профилактических мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни					
18	Вовлечение обучающихся Академии в общественную, спортивную жизнь муниципального района и Республики Татарстан. Участие в муниципальных и республиканских спортивных	в течение учебного года	профессионально-ориентированное воспитание	Сабиров Р.Р.	Академия

	соревнованиях, конкурсах.				
19	Работа «Библиотеки здоровья», тематических выставок книг, журналов, газет, посвященных проблемам здорового образа жизни	в течение учебного года	профессионально-ориентированное воспитание	Сабиров Р.Р.	Академия
20	Оформление стендов, на которых освещается спортивная жизнь вуза (спортивные достижения студентов Университета)	в течение учебного года	профессионально-ориентированное воспитание	Сабиров Р.Р.	Академия