Курганская областная организация Профессионального союза работников народного образования и науки Российской Федерации

Мокроусовская районная организация Профессионального союза работников народного образования и науки Российской Федерации

Принят на заседании комитета
Мокроусовской РОП
протокол №23 от 12.01.2021г.

Физкультурно – оздоровительный проект по сохранению и укреплению здоровья работников образования «Здоровье на 5+»

Актуальность. Последние годы для всех нас стали годами борьбы с коронавирусной инфекцией. Самоизоляция, дистанционный формат обучения обнажил очень серьезные проблемы в организации труда и отдыха работников образовательных организаций, обучающихся, которые не могли не повлечь за собой ухудшение их психофизического состояния. Что подтверждают данные Всероссийского опроса «Вызовы Covid-19: начало учебного года», проведенного Общероссийским Профсоюзом образования в сентябре-октябре 2020 г. по 79 субъектам РФ (93% от общего количества субъектов РФ). Именно поэтому 2021 год в Профсоюзе был посвящен охране и укреплению здоровья, целенаправленному формированию среди работников системы образования, обучающихся образовательных организаций потребности в здоровом, активном образе жизни, занятиям физической культурой и массовым спортом в целях повышения качества и продолжительности жизни в условиях новых вызовов.

Мокроусовская территориальная организация Профессионального союза работников народного образования и науки Российской Федерации не осталась в стороне и активно приняла участие в тематическом годе «Спорт. Здоровье.Долголетие». В связи с этим и был разработан данный проект «Здоровье на 5+». Здоровье - это одна из главных ценностей жизни человека. Именно поэтому проблема ухудшения здоровья населения страны становится национальной. Перед нами всеми стоит одна из главных задача - сохранение и укрепление своего здоровья. Поэтому необходимо научить воспринимать свою жизнь и здоровье как величайшую ценность.

Важно сформировать у работников базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом. Проект направлен на расширение представлений о здоровье и здоровом образе жизни, на осмысление необходимости беречь свое здоровье, потребности в занятиях физической культуры, использование здоровьесберегающих технологий для укрепления своего здоровья.

Цель проекта: Совершенствование деятельности Профсоюза, направленной на формирование культуры управления своим здоровьем, популяризации здорового образа жизни и массового спорта в образовательной среде организации, создание устойчивой положительной мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья.

Задачи проекта:

1. Формирование у работников организаций здоровых привычек и распространение простых рецептов осознанной заботы о себе и близких.

2. Увеличение количества здоровьесберегающих, физкультурно-оздоровительных спортивных событий и мероприятий, профилактических акций (в том числе с использованием современных ИКТтехнологий), направленных на популяризацию здорового образа жизни.
3. Участие во Всероссийском движении «Профсоюз – территория здоровья», учрежденного Постановлением Исполкома Профсоюза № 1-22 от 27 мая 2020 года.
4. Формирование привычки к здоровому образу жизни у всех участников проекта, расширение знаний о сохранении здоровья.
5. Содействие созданию условий для сохранения здоровья и ведения здорового образа жизни в образовательных организациях.

Сроки реализации: 1 этап – 2021г., 2 этап – 2022г., 3 этап – 2023г.

Содержание проекта:
Проект направлен на формирование базы знаний и практических навыков здорового образа жизни, под которым мы понимаем активную деятельность людей, направленную на сохранение и укрепление своего здоровья. Основными компонентами здорового образа жизни являются:

№ п/п	Этапы работы	Мероприятия по реализации проекта	Сроки
1	Подготовительный	Создание рабочей группы для разработки проекта	сентябрь 2020г.
		Формирование перечня профсоюзных организаций, участвующих в данном проекте.	октябрь 2020г.
2	Организационный	Рассмотрение и утверждение комитетом Мокроусовской районной организации Профсоюза плана мероприятий на 2021год (приложение №1).	декабрь 2020г.
		Информирование участников, членов Профсоюза о направлениях, методах и формах работы по реализации проекта «Здоровье на 5+».	ежемесячно
		Включение в коллективные договоры вопросы по сохранению и укреплению здоровья работников образования.	постоянно
		Публикации в СМИ и социальных сетях лучших практик по физкультурно-оздоровительной работе образовательных организаций.	постоянно
2	Основной	Проведение районной профсоюзной Спартакиады по 7 видам спорта.	ежегодно
		Организация и участие во Всероссийской эстафете здоровья	с 2021г.
		Участие в общепрофсоюзной акции «Подзарядка для всех!»	с 2021г.
		Участие во Всероссийской Акции «Я - за ЗОЖ!»	с 2021г.
		Проведение районного туристического слета.	ежегодно
		Организация в проведение и участие	ежегодно

		членов Профсоюза в сдаче норм ГТО.	
		Организация и проведение в первичных профсоюзных организациях спортивно-оздоровительных клубов по интересам и увлечениям.	регулярно
		Организация в первичных профсоюзных организациях Дней Здоровья, пеших прогулок в лес, спортивных клубов выходного дня, флеш - мобы «Мы за здоровый образ жизни!» и др.	регулярно
		Формирование системы мониторинга здоровья работников образования	ежегодно
		Проведение мероприятий по созданию и оборудованию комнат отдыха, психологической разгрузки для работников образования, членов Профсоюза.	постоянно
		Организация психологических тренингов с председателями профкомов и профорганизаторами «Учимся общаться», «Я - лидер!», «Как избежать конфликтов».	регулярно
		Информирование членов Профсоюза об имеющихся путевках в санатории с 10-20% скидкой.	в течение года
		Содействовать организации отдыха и оздоровлению детей членов Профсоюза.	в течение года
		Организация выездов на источники в Тюменскую область	в течение года
		Оказание материальной помощи членам профсоюза на оздоровлении в санаториях и профилакториях (согласно положению о материальной помощи).	в течение года
		Оказание материальной помощи членам Профсоюза, переболевшим ковидом.	постоянно
		Оказание материальной помощи по страхованию членов Профсоюза от клещевого энцефалита.	ежегодно
3	Заключительный	Размещение информации о проведенных мероприятиях по реализации проекта «Здоровье на 5+» на официальном сайте Мокроусовского районного отдела образования в новостной ленте и в разделе «Профсоюз», в сообществе Профсоюзная Группа Мокроусовского района в сети Интернет https://vk.com/club203216379.	в течение года

		Рассмотрение выполнения мероприятий проекта, внесение изменений в проект на заседаниях комитета районной профсоюзной организации.	1 раз в квартал
		Подведение итогов реализации проекта на расширенном заседании профактива, руководителей организаций, всех заинтересованных лиц.	ежегодно в декабре

Способы распространения информации и опыта: официальный сайт Му Мокроусовский районный отдел образования, районная газета «Восход», сообщество Профсоюзная Группа Мокроусовского района в vk.com.

Источники финансирования проекта: Мокроусовская территориальная организация Профессионального союза работников народного образования и науки Российской Федерации

Основные результаты: Увеличение охвата членов профсоюза образования Мокроусовского района к занятиям физической культурой и спортом, потребности привычки к здоровому образу жизни, уменьшение заболеваемости среди работников образования. Активное участие членов Профсоюза во Всероссийской эстафете здоровья, Всероссийской Акции «Я - за ЗОЖ!», общепрофсоюзной акции «Подзарядка для всех!». Результаты:

- анализ наличия листов нетрудоспособности за год (уменьшение на 5 %);
- процент охвата членов Профсоюза районными спортивными соревнованиями (увеличение до 66%);
- анкетирование работников образования, членов Профсоюза (за здоровый образ жизни - 91%);
- увеличение охвата работников образования членством в Профсоюзе (увеличение на 7%).

Перспективы развития проекта, долгосрочный эффект: Проект будет продолжен ив будущем, с включением новых видов спорта, увеличением количества спортивно - массовых мероприятий, как формы оздоровления и пропаганды здорового образа жизни (до 80%), распространение в первичных профсоюзных организациях различных форми методов оздоровления (секции спортивно-оздоровительной направленности, Дни здоровья, акции «Мы за здоровый образ жизни!» и др.).