

**Название программы** - Профсоюз на страже здоровья работников колледжа!

Обоснование актуальности. Сегодня работа преподавателя в колледже достаточно многогранна и разнопланова – проводятся учебные занятия, профессиональные модули, учебные и производственные практики, организуются экскурсии на промышленные предприятия, беседы и внеурочные мероприятия со студентами по развитию и совершенствованию личностных качеств обучающихся, внеклассные творческие встречи с успешными представителями выбранных профессий и многое другое.

Этот процесс требует от преподавателя больших психологических и эмоционально-личностных затрат, которые могут оказать отрицательное влияние на физическое самочувствие и здоровье в целом.

Основываясь на определение здоровья, по формулировке Всемирной организации здравоохранения, отмечаем, что профессиональное здоровье педагога – это комплексное физическое, психическое, духовное и социальное состояние преподавателя, обеспечивающее полное выполнение профессиональных функций, сопротивление негативным факторам стрессогенной профессионально-образовательной среды в колледже. Только здоровый преподаватель способен создать продуктивно-комфортную атмосферу в группе, обеспечивающую обучение, воспитание и развитие студента. Мудрость древнегреческого философа Сократа звучит так: «Здоровье не все, но все без здоровья – ничто...». Эти слова актуальны сегодня как никогда.

В соответствии со структурными принципами Проекта Общероссийского Профсоюза образования «Профсоюз – территория здоровья!» и региональной программой Волгоградской областной организации Общероссийского Профсоюза образования «Здоровый член Профсоюза – здоровый коллектив – здоровая область», Программа первичной профсоюзной организации ГБПОУ ВТК «Профсоюз на страже здоровья работников колледжа!» включает в себя комплекс оздоровительных мероприятий для улучшения физического, эмоционального, нравственного, социального состояния здоровья сотрудников, улучшения микроклимата в коллективе, в целях улучшения качества и эффективности труда работников колледжа.

Цели и задачи. Цель программы: создание благоприятных условий труда и здоровьесберегающих практик для сотрудников колледжа, способствующих формированию здоровьесориентированных форм поведения и персональной ответственности человека за свое здоровье.

Задачи программы:

- 1) приобщить коллектив колледжа к регулярным тренировкам под девизом «Зарядка дает силы и энергию на весь день!», повышающим физическую и психологическую работоспособность педагогов;
- 2) формировать сплочение коллектива путем проведения культурно-массовых мероприятий с элементами спортивно-оздоровительных упражнений, игр, интерактивов: экскурсии по Волгоградской области, тематическое знакомство с природным ландшафтом региона, водные прогулки по реке Волга с «оздоровительными островками» и др.;
- 3) оказывать содействие сотрудникам колледжа в организации санаторно-курортного и пансионатного отдыха в каникулярное время.

Сроки реализации (не ранее 2015 года)- Программа реализуется в три этапа: 1 этап – организационно-диагностический – 09.01.2023 - 01.09.2023 г.г. 2 этап – основной этап – 02.09.2023 - 25.12.2025 г.г. 3 этап– заключительный – 26.12.2025 - 10.01.2026 г.г.

Содержание проекта. В соответствии с целью и задачами проекта программа включает три оздоровительных направления:

- 1) проведение регулярных спортивно-оздоровительных тренировок под девизом «Зарядка дает силы и энергию на весь день!»;
- тренировки проводятся два раза в неделю продолжительностью 45 минут (с 7.40 до 8.25) в спортивном зале и фитнес-зале колледжа; включают в себя – пробежку, разминку,

зарядку, и далее, на выбор – фитнес, пилатес, теннис, броски в баскетбольное кольцо, элементы игры в волейбол и др.

2) организация культурно-массовых мероприятий с элементами спортивно-оздоровительных упражнений, игр, интерактивов;

организуются выезды, экскурсии, походы сотрудников колледжа с проведением спортивно-оздоровительных упражнений, игр, эстафет на свежем воздухе;

3) организация санаторно-курортного и пансионатного отдыха сотрудников колледжа в каникулярное время в курортных регионах России (Кисловодск, Пятигорск, Ессентуки, Железноводск, Сочи, Анапа, Геленджик, Крым).

География, категории и количество участников. Участники программы: все 100 % членов первичной профсоюзной организации ГБПОУ «Волгоградский технологический колледж» – 194 человека (из них 97 человек – преподаватели, 97 – сотрудники).

География реализации программы: Волгоградская область, Кавказские минеральные воды, Черноморское побережье России.

Организационное обеспечение проекта (приобретение формы, материалов, оборудования, инвентаря, создание рекламной продукции и т.д.).

1. Материально-техническое оснащение программы: спортивный зал и фитнес-зал колледжа.

2. Спортивный инвентарь: волейбольные, футбольные, баскетбольные мячи; теннисные ракетки, теннисные мячи; коврики для фитнеса; фитбольные мячи; гантели 1 кг, 2 кг; скакалки и обручи; мишень для дартса, дротики; спортивные кегли; ракетки для бадминтона, воланчики для бадминтона; мяч и ракетки для настольного тенниса; степ-платформы; канат для перетягивания; набивной мяч; набор для подвижных игр; эстафетные палочки.

3. Кадровые условия реализации программы: педагогические работники, привлеченных для реализации программы:

- Антипов Михаил Андреевич, преподаватель физической культуры ГБПОУ ВТК, молодой специалист со стажем работы менее 3-х лет;

- Ельников Андрей Александрович, преподаватель физической культуры ГБПОУ ВТК, стаж работы 8 лет;

- Карасева Екатерина Петровна, преподаватель спецдисциплин ГБПОУ ВТК, стаж работы 26 лет.

4. Информационные ресурсы: посты о направлениях работы профсоюзной программы – на сайте колледжа, на страницах профсоюзной организации в VK и телеграмме; отчеты, фотографии, видеовизитки представлены в качестве рекламы в этих же мессенджерах.

По второму и третьему направлениям работы программы привлекаются социальные партнеры: турагенство «ВолгоградТУР», агенство путешествий «Эльдорадо-ТУР», ООО «ТТК«ЮФО».

План реализации проекта (наличие соисполнителей, взаимодействие с ними и т.д.): в 2023-2026 гг.

1. Организационно-диагностический

09.01.2023 - 01.09.2023 г.г.

1) проведение медосмотра сотрудников колледжа, выявление проблем со здоровьем, которые может «подправить» умеренная двигательная активность;

2) проведение опроса сотрудников колледжа о элементах здорового образа жизни, присутствующих в их повседневной деятельности;

3) определение ресурсов профсоюзной организации, назначение ответственных исполнителей за реализацию и контроль мероприятий проекта;

4) определение потребностей, выбор сотрудниками колледжа занятий, мероприятий с двигательной активностью, которые будут включены в программу;

5) организация мотивационных психологических занятий и пробных занятий с физической активностью.

2. Основной

02.09.2023 - 25.12.2025 г.г.

- проведение регулярных тренировок под девизом «Зарядка дает силы и энергию на весь день!»;

включают в себя – пробежку, разминку, зарядку, и далее, на выбор – фитнес, пилатес, теннис, броски в баскетбольное кольцо, элементы игры в волейбол и др.

- организация совместно с партнерами (турагентство «ВолгоградТУР», агентство путешествий «Эльдорадо-ТУР», ООО «ТТК«ЮФО»)) культурно-массовых мероприятий - выезды, экскурсии, походы, с элементами спортивно-оздоровительных упражнений, игр, эстафет, интерактивов на свежем воздухе;

- организация санаторно-курортного и пансионатного отдыха сотрудников колледжа в каникулярное время в курортных регионах России (профсоюз оказывает материальную помощь на лечение и оздоровление в путевке сотрудника).

3. Заключительный

26.12.2025 - 10.01.2026 г.г.

1) оценка степени успешности программы – качественные и количественные показатели;

2) диагностика здоровья, самочувствия занимающихся сотрудников и активных участников культурно-массовых оздоровительных мероприятий.

Источники финансирования проекта: Собственные средства первичной профсоюзной организации ГБПОУ «Волгоградский технологический колледж»; скидки от Волгоградской областной организации Общероссийского Профсоюза образования по программе «Здоровый член Профсоюза – здоровый коллектив – здоровая область»; 20% скидки в санаториях России от СКО «Профкурорт»; использование программы «Профкурорта» - получи кэшбэк в размере 20%.

Основные результаты: Промежуточные результаты:

1) положительные отзывы занимающихся сотрудников о мероприятиях по программе;

2) изменение отношения сотрудников к состоянию своего здоровья; укрепление здоровья и улучшение самочувствия сотрудников колледжа;

3) увеличение количества участников мероприятий в рамках реализации программы (количество сотрудников, занимающихся в колледже спортом и оздоровлением увеличилось с 4 до 22 человек);

4) организовано четыре культурно-массовых мероприятия со спортивно-оздоровительными элементами проведения досуга на свежем воздухе;

5) происходит постепенное снижение количества стрессовых и конфликтных ситуаций в коллективе; повышается стрессоустойчивость сотрудников;

6) появляются запросы членов профсоюза на: расширение направлений спортивно-оздоровительных программ для тренировок; разнообразие географии выездных мероприятий.

Перспективы развития проекта, долгосрочный эффект: Перспективы Программы:

1) обобщение и распространение опыта работы по пропаганде здорового образа жизни и реализации программы «Профсоюз на страже здоровья работников колледжа!» через интернет-сайт профкома колледжа;

2) расширение диапазона географии для культурно-массовых мероприятий с элементами оздоровительных интерактивов; разработка индивидуальных программ тренировок по индивидуальным запросам сотрудников;

3) качественное использование информационных и материальных ресурсов Волгоградской областной организации Общероссийского Профсоюза образования в спортивно-оздоровительной деятельности первичной профсоюзной организации.

Ссылки на публикации (интернет-ресурс (сайт) или группу в социальной сети), где можно ознакомиться с публикациями и ходом реализации проекта.

https://vk.com/wall-211552149_290 программа проекта

https://vk.com/wall-211552149_288 зарядка, двигательная активность

https://vk.com/wall-211552149_243 мероприятие, видео
https://vk.com/wall-211552149_233 молодые педагоги участвуют в областном оздоровительном проекте
https://vk.com/wall-211552149_227 мероприятие
https://vk.com/wall-211552149_223 мероприятие
https://vk.com/wall-211552149_221 мероприятие
https://vk.com/wall-211552149_218 мероприятие
https://vk.com/wall-211552149_217 элемент конкурса
https://vk.com/wall-211552149_216 элемент конкурса
https://www.youtube.com/watch?v=dn13MH-0cwE&ab_channel=%D0%A2%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D0%92%D0%BE%D0%BB%D0%B3%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D0%B41 видео регионального оздоровительного форума молодых преподавателей
https://vk.com/wall-211552149_297 участие в конкурсе