



Название программы НАВИГАТОР ЗДОРОВЬЯ в #ДобромСоветском

Обоснование актуальности. Вопрос здоровья человека всегда был актуален, вопрос же о здоровье педагога может быть рассмотрен как необычайно важный феномен. Говоря о здоровье, мы предполагаем не только физическое, но и эмоциональное состояние человека, от которого во многом зависит его работоспособность и качество жизни. За годы работы педагоги приобретают «вредную» привычку отодвигать заботы о своем физическом и эмоциональном состоянии, они перегружают себя работой, в результате чего возникают переутомление, состояние постоянного стресса и дефицит свободного времени.

По этому поводу было проведено множество исследований как медицинских, так и психологических, и социологических. Согласимся с позициями Вассермана Л.И., Березиной М.Г., Вашлаевой Л.П., Сущенко Т.В. и Броздовской Е.В., которые выявили, что деятельность педагога отличается чрезвычайно высокими показателями его физического и психического состояния здоровья в процессе реализации педагогической деятельности. Также, исследователи сегодня в качестве основных факторов нарушения здоровья педагогов выделяют: высокое психоэмоциональное напряжение, загруженность рабочего дня, постоянное переключение на самые различные виды деятельности, ответственность за выполнение своих профессиональных функций, продолжительное пребывание в помещении и т.д.

В профессиональной деятельности защищенность педагога находится в зависимости не только от окружающей среды, но и от него самого. Высокий уровень психологической стойкости, общественная нормативность поведения, отсутствие предрасположенности к переживанию боязни и гнева, вот что в частности нужно и очень важно формировать педагогу с целью сбережения личного психологического здоровья, а в результате и физического состояния на котором сказывается эмоциональная сфера. В работе педагогов психологическая стабильность как индивидуальное качество, обретает особую значимость и выполняет две функции. Одной из первых функций является высший уровень психологической устойчивости, которая сберегает требуемые для профессиональной деятельности благополучную эмоциональную атмосферу. И второе, эмоциональная стабильность поддерживает психическое и физическое здоровье участников в процессе получения образования, то есть обеспечивает им психологическую безопасность.

Рассмотренные выше вопросы подвели нас к открытому диалогу с членами нашей территориальной профсоюзной организации и по итогам было принято решение реализовать в нашем районе программу здоровьесбережения с модулями «Доступный спорт», «Старт в профессию», «Волшебные правила здоровья», «Пространство открытий», «Территория здоровья», которые объединили в себе идеи сохранения физического и эмоционального здоровья педагогов, в соответствии с их запросами.

Актуальность мероприятий Программы продиктована фоном постоянного напряжения, сопутствующего деятельности педагогов, опасность которого заключается в том, что это состояние является не кратковременным, а долговременным процессом, приводящим к физическому и эмоциональному истощению.

Поэтому с целью поддержки педагогов, снижения эмоционального давления, а также создания условий для физического оздоровления, обогащения круга общественных контактов, на наш взгляд, к данному вопросу должен подключить свои ресурсы Профсоюз, ведь профессиональное здоровье педагогов является базой эффективной деятельности образовательных организаций. Педагогам нужно иметь колоссальные силы, чтобы умело сдерживать и регулировать свое состояние, а Профсоюз может сделать большой вклад в развитие данного направления.

В апробационном периоде в 2023-2024 уч. году приняли участие 43% членов Территориальной Профсоюзной организации. В 2024-2025 уч. году число участников проекта возросло до 87% членов Территориальной Профсоюзной организации.

Цели и задачи.

Целью данной Программы является: создание условий для реализации комплексного подхода к работе по улучшению физического и эмоционального состояния, преодоления профессионального выгорания членов профсоюза, как одного из индикаторов благополучия педагогов, через вовлечение их в занятия спортом, оздоровление и просветительскую работу.

Основные задачи Программы:

1. способствовать формированию базовых знаний в области здоровьесбережения, внедрить здоровьесберегающие технологии и комплекс просветительских мероприятий, направленных на поддержку физического и эмоционального состояния членов профсоюза, преодоления профессионального выгорания;
2. вовлечь педагогов к участию в спортивных мероприятиях от районного до федерального уровня, формировать ответственное отношения к сохранению здоровья и восприятие своего физического и эмоционального состояния как ценности;
3. создать систему поддержки педагогов, через систематическую организацию тренингов по стрессоустойчивости, преодолению выгорания, а также организации встреч со специалистами различных сфер;
4. создать доступные условия отдыха и оздоровления членов Профсоюза и членов их семей, через санаторное лечение, туры выходного дня «Профсоюзный уикенд» (в санаториях), круизы по волге, автобусные экскурсии по памятным местам РТ, оздоровление на море и отдых в курортных городах России;
5. выявить лучшие идеи и практики по здоровьесбережению с поддержкой авторов.

Сроки реализации (не ранее 2015 года)- Программа бессрочная с периодом апробации, который был успешно организован в 2023-2024 учебном году). После апробации программы была продолжена плановая работа по ее реализации. По итогам периода апробации Программа была доработана и реализуется с 2024-2025 учебного года на ежегодной основе.

Содержание проекта. Очень важно педагогам иметь внутренние ресурсы, подпитываемые извне, чтобы уметь и иметь возможность преодолевать любые трудности без ущерба своему физическому и эмоциональному состоянию. Еще В.А. Сухомлинский отмечал, что «Хорошее здоровье, ощущение полноты, неистощимости физических сил – важнейший источник жизнерадостного мировосприятия, оптимизма, готовности преодолеть любые трудности». Также великий педагог продолжал тему рассуждениями о том, что «Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы», что подтверждает наши мысли о том, что педагог должен иметь возможность поддерживать свое физическое и эмоциональное состояние в тонусе в любое время, чтобы привить эти ценности подрастающему поколению.

Данные рассуждения легли в основу проекта и определили вектор развития Проекта, в основу которого легли следующие направления работы:

- спорт и физическая активность (модуль «Доступный спорт»);
- оздоровление и отдых (модуль «Территория здоровья»);
- предупреждение эмоционального выгорания и работа с вопросами развития стрессоустойчивости (модуль «Старт в профессию»);
- путешествия по памятным местам РТ, выезды на мероприятия, конкурсы и проекты (модуль «Пространство открытий»);
- просветительская работа по вопросам ЗОЖ (модуль «Волшебные правила здоровья»).

В результате реализации Проекта ожидается:

- увеличение количества членов профсоюза, осознающих важность поддержания физического и эмоционального состояния, а также придерживающихся идеи ценности сохранения здоровья;
- повышение эффективности функционирования территориальной организации через призму запросов членов профсоюза;
- внедрение предложенных методических инструментов руководителями первичных организаций и реализации проекта на местах (в каждой первичной организации);

- повышение престижа профсоюзной организации в глазах членов профсоюза и увеличение общего числа членов профсоюза.

По итогам периода апробации были на конкурсной основе выявлены лучшие практики работы с педагогами в Советском районе и внедрены в данную Программу. За период апробации Программы члены Территориальной профсоюзной организации стали активнее принимать участие не только в мероприятиях, которые организованы в нашем районе, но и в мероприятиях Регионального Профсоюза образования и в федеральных Профсоюзных мероприятиях.

География, категории и количество участников.

Участниками проекта являются работники образовательных организаций Советского района г. Казани, являющиеся действительными членами Профсоюза образования. В состав Советского Райкома профсоюза работников народного образования и науки входят 141 первичная организация, объединяющие 8492 членов профсоюза.

Целевые аудитории проекта:

1. молодые педагоги со стажем работы до 3х лет;
2. педагогические работники со стажем более 3х лет;
3. педагоги, вступившие в предпенсионный период.

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

Реализация проекта предусмотрена с использованием уже имеющейся инфраструктуры социальных партнеров, структур и проектов Татарстанской республиканской организации Общероссийского профсоюза образования (УИЦ Профсоюзов РТ; Совет молодых педагогов РТ; Санатории «Жемчужина», «Бакирово», «Ижминводы», «Ливадия», «Васильевский», «Нехама», санатории Сочи-Анапа; Республиканская педагогическая школа РТ; профильные смены и слеты молодых педагогов).

А также в рамках наращивания заинтересованных в реализации Проекта лиц со стороны Территориальной организации Общероссийского профсоюза образования Советского района г.Казани (структурные подразделения Администрации Советского района и Управления образования г. Казани; Штаб Общественной поддержки партии Единая Россия привлечение к реализации проекта заинтересованных педагогов Советского района, а также преподавателей Института психологии и образования КФУ; Казанский открытый университет талантов 2.0 и Институт развития образования РТ, при поддержке которых мы организуем работу с психологами и тренинги по развитию стрессоустойчивости и преодолению выгорания).

В рамках реализации проекта созданием рекламы и визуального сопровождения, а также подготовкой макетов брендированной продукции к мероприятиям Проекта занимаются члены Ассоциации молодых педагогов Советского района г. Казани (молодые педагоги в возрасте до 35 лет). Важно отметить, что мы активно привлекаем к данной работе молодых педагогов со стажем работы менее трех лет, чтобы педагоги могли ближе познакомиться с нашим районом, системой образования и период их адаптации к работе был более комфортным с поддержкой Территориальной Профсоюзной организации.

План реализации проекта (наличие соисполнителей, взаимодействие с ними и т.д.): Партнерами реализации Проекта выступают:

- Администрация Советского района г. Казани;
- Отдел образования «Управления образования исполнительного комитета муниципального образования г.Казани по Советскому району»;
- Методический сектор Информационно-методического отдела МКУ «Управление образования ИКМО «Город Казань» по Советскому району;
- УИЦ Профсоюзов РТ;
- Совет молодых педагогов РТ;
- Городской клуб г. Казани «Учитель года»;
- Дом работников образования г. Казани;
- Казанский открытый университет Талантов 2.0;

- Институт развития образования РТ.

№	Мероприятия	Сроки
1.	Модуль «Доступный спорт»	
1.1	Спортивный клуб «Сириус» (занятия по волейболу с тренером)	в теч. уч. года (2 раза в неделю)
1.2	Спартакиада «Спортивные старты» среди образовательных организаций района	май
1.3	Занятия фитнесом на базе 169 школы	в теч. уч. года (2 раза в месяц)
1.4	Чемпионат по волейболу в рамках Спартакиады «Здоровье»	май
2.	Модуль «Старт в профессию»	
2.1	Районная творческая встреча «Знакомство с профсоюзом и Ассоциацией молодых педагогов»	сентябрь
2.2	Педагогический квест «В поисках формулы педагогического успеха»	декабрь
2.3	Круглый стол «Педагогические перекрестки. Полгода спустя»	январь
2.4	Форум молодых педагогов	апрель
2.5	Тренинг «Стрессоустойчивость в быстроменяющемся мире»	май
2.6	Проектный офис по вопросам здоровьесбережения	в теч. уч. года
3.	Модуль «Волшебные правила здоровья»	
3.1	Проект производственная зарядка в образовательных организациях	сентябрь
3.2	Связь поколений (для работников национальных школ, с присутствием ветеранов педагогического труда)	октябрь
3.3	Праздничный концерт для ветеранов педагогического труда	октябрь
3.4	Конкурс «Ветеран-учитель»	декабрь-январь
3.5	Торжественное награждение ветеранов педагогического труда Советского района г. Казани	январь
3.6	Мероприятие «Наследники Победы»	март
3.7	Семинар «Сохранение здоровья и жизнерадостности»	май
3.8	Книжный клуб (выпуск книг: в 2023-2024 уч. г. выпустили книгу: «Они сражались за родину. Они учили детей», сейчас готовится 2 том)	в теч. года
4.	Модуль «Пространство открытий»	
4.1	Празднование Дня Учителя в Театре оперы и балета (ежегодно для 1000 членов профсоюза Территориальной организации)	ежегодно октябрь
4.2	Конкурс самодеятельных коллективов «Звездопад»	проходит раз в 2 года (2023 г., 2025 г. и т.д.)
4.3	Торжественное мероприятие (награждение по итогам года)	апрель-май
4.4	Конкурс на присуждение премий лучшим педагогам за достижения в образовательной деятельности	март-апрель
4.5	Конкурс методических идей по здоровьесбережению	май-июнь
4.5	Автобусные экскурсии (первичных и территориальной организаций) по памятным местам РТ	май-июнь
5.	Модуль «Территория здоровья»	
5.1	Организация санаторно-курортного лечения в учреждениях здравоохранения «Жемчужина», «Бакирово», «Ижминводы», «Ливадия», «Васильевский», «Нехама»	в теч. года
5.2	Организация отдыха в рамках тура выходного дня «Профсоюзный уикенд»	октябрь-ноябрь, февраль-март
5.3	Круиз по Волге на теплоходе «Ф.Панферов» и «Тихий Дон»	май-август
5.4	Организация летнего отдыха и оздоровления программа «Лето. Сочи-Анапа»	июнь-август

Источники финансирования проекта: Финансирование Программы осуществляет Территориальная организация Общероссийского профсоюза образования Советского района города Казани за счет членских взносов (с привлечением личных средств работников образовательных организаций только по модулю «Территория здоровья»).

Основные результаты:**1. Охват членов профсоюза.**

В первый год реализации охват составил от 43% членов профсоюза, во второй год реализации 87%, также мы продолжаем работу в направлении наращивания числа активных участников Программы и планируем последующее ежегодное увеличение числа количества вовлеченных в проект педагогов.

2. Методические материалы:

- в 2024 году по результатам апробации Проекта были выпущены методические рекомендации по проектированию макета здоровьесберегающих проектов на базе первичных организаций. Работа в данном направлении будет продолжена на ежегодной основе.

3. Качественные показатели:

- эффект от внедрения проекта выражается в первую очередь в улучшении эмоционального и физического состояния членов профсоюза, повышении уровня их физической активности и профессиональной самореализации, а также осознании своего здоровья как ценности, которая не подлежит «откладыванию»;

- социально-профилактический эффект достигается за счет создания возможностей для самореализации педагогов, улучшению их эмоционального состояния и приобщения их к культуре здорового образа жизни;

- привлечение внимания общественности в рамках данного проекта к проблемам современных педагогов открывает новые перспективы для будущих разработок, повышает их престижность и создает хорошую репутацию.

Перспективы развития проекта, долгосрочный эффект: Результаты внедрения и реализации данного Проекта послужат базой и методической основой для первичных программ и проектов в области здоровьесбережения за счет создания комплекса методических материалов, созданных активом членов Территориальной профсоюзной организации в процессе реализации проекта. Данный проект стал драйвером для разработки и реализации здоровьесберегающих проектов на базе первичных организаций района (в данный момент разработаны и находятся в процессе внедрения 39 программ первичных организаций). Работа в данном направлении будет продолжена до полного охвата всех первичных организаций по разработке и внедрению программ здоровьесбережения.

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

1. Видеоролик: <https://disk.yandex.ru/i/YKLHkDGOmzVyxQ>

2. Зарядка: <https://disk.yandex.ru/i/QZ8axuEm9ey2OQ>

3. Квиз Новый Год: https://disk.yandex.ru/i/_AptKmhi5PjVew

4. тренинг Бирженюк: <https://disk.yandex.ru/i/uHYlSv5Xh8Ir6g>

5. Форум Мол педагогов: <https://disk.yandex.ru/i/Gvbpu9JfaAvRaQ>

<https://disk.yandex.ru/i/YKLHkDGOmzVyxQ>

<https://disk.yandex.ru/i/uHYlSv5Xh8Ir6g>

<https://disk.yandex.ru/i/Gvbpu9JfaAvRaQ>

<https://disk.yandex.ru/i/QZ8axuEm9ey2OQ>

<https://disk.yandex.ru/d/Xrfwm84OgLD6OA>

https://disk.yandex.ru/i/_AptKmhi5PjVew

https://vk.com/wall-113729878_9162

https://vk.com/wall-113729878_10158

https://vk.com/wall-113729878_9191

https://vk.com/wall-113729878_9168

Приложение №1: Материалы





КОНКУРС



на присуждение премий лучшим педагогам за достижения в образовательной деятельности

Прием конкурсных материалов до 12 апреля включительно

Номинации:

- учитель-предметник
- воспитатель
- педагог дополнительного образования
- советник директора по воспитанию
- руководитель первичной организации

Положение можно найти на почте ОО или у руководителя первичной организации

Готовую работу в электронном виде направить на эл. почту SovProfkonkursy@yandex.ru

#ДобрыйСоветский

Семинар



Встречаемся в Т69 школе
(по предварительной записи)
25 мая 2024 г.

**СОХРАНЕНИЕ
ЗДОРОВЬЯ И
ЖИЗНЕРАДОСТНОСТИ**

В РАМКАХ ЦИКЛА МЕРОПРИЯТИЙ
"ВОЛШЕБНЫЕ ПРАВИЛА ЗДОРОВЬЯ"

БУДЕМ ВМЕСТЕ
-СМОЖЕМ ВСЕ!

#ДобрыйСоветский

Подробная информация и запись через председателя первичной организации




#ДобрыйСоветский

**Книжный клуб
педагогов-ветеранов**

Обсуждение планов
на 2023-2024 учебный год

28 августа в 10.00

Встречаемся в коворкинге
Администрации Советского района
Шуртыгина 1

Приложение №2: Фото















