



ВСЕРОССИЙСКИЙ КОНКУРС «ЗДОРОВЫЕ РЕШЕНИЯ» 2026

«ПРОГРАММА ТЕРРИТОРИАЛЬНОЙ
ОРГАНИЗАЦИИ»



Название программы - «ЗА! Здоровьем с Профсоюзом!»

Цель и задачи программы. 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.

Комплекс мероприятий проводится с целью сохранения и улучшения здоровья, как физического, так и морального, среди членов первичных организаций Профсоюза и ставит перед собой следующие задачи:

- сохранение и укрепление здоровья работников и педагогического состава общеобразовательных организаций;
- формирование у членов профсоюза понимания значимости сохранения, укрепления здоровья; развитие физкультурно-массового спорта среди членов Профсоюза и членов их семей в первичных профсоюзных организациях и в районе в целом;
- привлечение членов Профсоюза к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- развитие федерального проекта Общероссийского Профсоюза образования «Профсоюз – территория здоровья»;
- пропаганда здорового образа жизни, формирование навыков здорового образа жизни, сохранения здоровья;
- Привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного;
- создание равных условий для работников образования для занятия физической культурой и спортом;
- разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья работников образования;
- улучшение качества жизни семей членов Профсоюза;
- развитие командобразующих практик;
- создание доступных условий отдыха и оздоровления членов Профсоюза и членов их семей, через санаторное лечение, туры выходного дня, автобусные экскурсии по памятным местам, оздоровление на море и отдых в курортных городах России;
- повышение мотивации профсоюзного членства и имиджа Профсоюза.

Обоснование актуальности. Государственная политика России в области формирования здорового образа жизни (ЗОЖ). Включает комплекс мер, направленных на улучшение здоровья населения через пропаганду ЗОЖ, развитие спорта и физической культуры, профилактику заболеваний и повышение общей культуры здоровья среди граждан. Мероприятия, проводимые в рамках государственной политики России, по созданию условий для здорового образа жизни граждан акцентируется на улучшении благосостояния людей, сокращении числа заболеваний и продлении периода активного долголетия. В последнее время особое внимание со стороны федеральных властей уделяется укреплению здравоохранения, профилактике различных заболеваний и популяризации здоровых привычек среди населения. Ведущие направления в этой сфере включают активизацию физкультурной активности, правильное питание, борьбу с курением и алкоголизмом, а также повышение уровня осведомленности о сохранении здоровья. Самое ценное, что есть у человека, — это жизнь, а самое ценное в его жизни — здоровье, за которое бороться всеми силами становится просто необходимо. Условия, когда болеть было выгоднее, чем работать, ушли в прошлое. Невежество в вопросах здорового образа жизни

будет дорого обходиться тем, кто своевременно не позаботится о своем здоровье. Одной из приоритетных целей модернизации образования является сохранение и укрепление здоровья всех участников учебного процесса в образовательной организации. Проблемы сохранения здоровья педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. Педагог обязан ответственно относиться к своему здоровью, быть примером для ученика, вести здоровый образ жизни. Занятия физическими упражнениями, многостороннее воздействие которых по своей силе превышает эффективность других средств оздоровления, — это наиболее рациональный способ подготовить себя к работе, сохранить здоровье. Программы по оздоровлению объединяют и согласовывают работу педагогических коллективов по формированию здорового образа жизни учителей и работников. Занятия спортом происходит на фоне общения в коллективе образовательного учреждения. Взаимодействия членов коллективов в соревнованиях районного уровня. Именно общение является самым сильным фактором формирования нравственных качеств занимающихся, с самого начала занятий спортом они начинают сознавать причастность к коллективу и в соответствии с правилами, учатся управлять своими действиями и эмоциями соотносить их с действиями других. Так укрепляется здоровье, вырабатывается дисциплинированность, формируется привычка к соблюдению норм поведения. В командных спортивных соревнованиях заключены возможности для формирования поведения в коллективе. Овладевая различными командными взаимодействиями, участники учатся сопереживать, помогать, откликаться на действия своих коллег, воспринимать задачи коллектива как свои собственные, мобилизовать деятельность других в интересах команды.

Соревнования – одна из действенных мер повышения тренированности занимающихся, особенно велико значение спортивных соревнований для формирования волевых черт характера, сопереживания и азарта. Развитие физической культуры и спорта одно из главных приоритетов в стране и в нашем районе.

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 67% членов Территориальной Профсоюзной организации.

Содержание проекта. Очень важно педагогам иметь крепкое здоровье, сильный иммунитет, чтобы уметь преодолевать любые задачи не только профессиональные, но и в быту без ущерба своему физическому и эмоциональному состоянию и иметь подпитывать внутреннее состояние организма. Еще К. Д. Ушинский говорил: «Важнейшим условием, повышающим работу памяти, является здоровое состояние нервов, для чего необходимы физические упражнения». В своей фундаментальной работе «Педагогическая антропология» К. Д. Ушинский выделил принципы «здоровой медицины», заложил основы здорового питания, режима дня и отдыха.

Данные рассуждения легли в основу Программы и определили блоки развития, в основу которого легли следующие направления работы:

Блок 1 - «День здоровья! 7апреля (ежегодно).

Блок 2 - «10000 шагов к жизни!», ветераны педагогического труда (ежегодно).

Блок 3 - спартакиада «Здоровье» среди учителей и работников общеобразовательных учреждений (ежегодно).

1 этап – ноябрь (настольный теннис, плавание, дартс, броски в баскетбольную корзину).

2 этап – апрель (боулинг, волейбол, эстафета), награждение.

Блок 4- апрель - спартакиада «День спорта» для работников дошкольных образовательных учреждений района (ежегодно).

1 этап – боулинг, броски в баскетбольную корзину, дартс, эстафета, награждение.

Блок 5 - Региональный этап Всероссийского туристского слета- семинара учителей, организаторов туристско - краеведческой работы (ежегодно).

Блок 6 - «Человек идущий! – 2023, 2024, 2025 гг. !» (ежегодно).

Блок 7 - Плавание для работников, педагогов и членов семей образовательных учреждений (ежемесячно).

Аква аэробика для работников, педагогов и членов семей образовательных учреждений (ежемесячно).

Блок 8 - Путешествуем вместе! Оздоровливаемся с профсоюзом!

Блок 9 Участие в выездном III форуме-фестивале «Продвижение ЗОЖ» г. Москва. 5-7.12.2025 г.

Блок 10 - просветительская работа по вопросам ЗОЖ.

Блок 11. Патриотическое воспитание.

Сроки реализации (не ранее 2015 года)- Программа «ЗА! Здоровьем с Профсоюзом!» бессрочная, которая была успешно организована в 2023-2024 учебном году, в 2024-2025 учебном году. В процессе реализации Программа была доработана и реализуется с 2024-2025 учебного года на ежегодной основе.

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

- территориальная организация Профессионального союза работников народного образования и науки Российской Федерации Дзержинского района Волгограда;
- Дзержинским территориальным управлением образования администрации Волгограда;
- Администрация Дзержинского района г. Волгограда;
- Совет молодых педагогов Дзержинского района Волгограда;
- Муниципальные образовательные организации Дзержинского района Волгограда;
- первичные профсоюзные организации Общероссийского Профсоюза образования Дзержинского района Волгограда.

№	Мероприятия	Сроки
1	блок ежегодно «День здоровья!	7 апреля
2	блок – «10000 шагов к жизни!»	апрель, ветераны педагогического труда.
3	блок СПАРТАКИАДА «Здоровье» среди учителей и работников общеобразовательных учреждений Дзержинского района Волгограда	ноябрь 2025 г.
	– соревнования по:	
	1 этап – ноябрь (настольный теннис, плавание, дартс, броски в баскетбольную корзину).	
	2 этап – апрель (боулинг, волейбол, эстафета), награждение	
4	блок спартакиада «День спорта» для работников дошкольных образовательных учреждений района.	
	1 этап – боулинг, броски в баскетбольную корзину, дартс, эстафета, награждение.	
5	блок - Региональный этап Всероссийского туристского слета- семинара учителей, организаторов туристско - краеведческой работы	Сентябрь- октябрь
6	блок Всероссийский конкурс по фоновой ходьбе «Человек идущий!»	октябрь
7	блок Плавание для работников, педагогов и членов семей образовательных учреждений на базе МОУ «Лицей № 9»	Ежемесячно – около 100 человек, 4 раза в месяц.
	Аква аэробика для работников, педагогов и членов семей образовательных учреждений	Ежемесячно – около 20 человек, 4 раза в месяц.
8	блок Региональный конкурс «Здоровое питание - здоровый регион! «МОУ «Центр Развития Ребенка № 6» вошел в 10 лучших рецептов.	
9	блок Путешествуем вместе! Оздоровившемся с профсоюзом!	Санатории ФНПР, тур фирма БРИЗ, более 100 человек (члены профсоюза и члены семей)
	Автобусные экскурсии (первичных организаций) по памятным местам	май - июнь
	Организация летнего отдыха и оздоровления программа «Лето. Солнце. Черное море»	Июнь - август

- 10 блок Участие в выездном III форуме-фестивале «ПРОдвижение ЗОЖ» г. Москва. 5-7.12.2025 г.
- Декабрь 2025, 3 члена профсоюза
- 11 блок просветительская работа по вопросам ЗОЖ. В течении года
- 12 блок Районная творческая встреча «Встреча поколений!» Совет молодых специалистов,
- Совет ветеранов педагогического труда сентябрь
13. Форум «Сообщество молодых – начало пути!» январь
14. Ликбез «Стресс – это не про меня!» декабрь
- Семинар «Сохранение здоровья и жизнерадостности» апрель
- Празднование Дня Учителя октябрь, 600 человек
- 115 блок производственная зарядка в образовательных организациях сентябрь
2 раза в неделю

Основные результаты:

1. В первый год реализации Программы охват составил от 49 % членов профсоюза, во второй год реализации 76 %, планируем последующее ежегодное увеличение числа количества вовлеченных в Программу педагогов.
2. Улучшение состояния физического и психического здоровья педагогических работников, уменьшение заболеваемости.
3. Приучение к здоровому образу жизни, к занятиям спортом и физической культурой.
4. Отказ от вредных привычек.
5. Вовлечение новых членов профсоюза в участия мероприятий в рамках реализации Программы.
6. Мотивация профсоюзного членства, и увеличение численности.
7. Профилактика профессионального выгорания.
8. Повышение двигательной активности.

Качественные показатели:

- эффект от внедрения Программы 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;
- 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 данной Программы к проблемам современных педагогов открывает новые перспективы для будущих разработок, повышает их престижность и создает хорошую репутацию.

- Перспективы развития проекта, долгосрочный эффект:**
1. Продолжение проведения соревнований, посещение бассейна (оздоровительное плавание, аква аэробика).
 2. Увеличение спортивных видов спорта.
 3. Открытие «Клуб танцев!» для желающих заниматься, для разных возрастов.
 4. Организация секций по видам спорта по интересам (настольный теннис).
 5. Увеличение количества участников программы.
 6. Привлечение других социальных партнеров для участия в Программе.
 7. Перспективное планирование Программы.
 8. Привлечение средств массовой информации к Программе.

Подтверждающие материалы. Ссылки на публикации / Публикации в профсоюзных СМИ/видеоролики / фотографии, где можно ознакомиться с Программой
<https://www.eseur.ru/dzerjin-rn/> ,<https://vk.com/public212451266> - Территориальная организация Общероссийского Профсоюза образования ДЗЕРЖИНСКОГО РАЙОНА г. ВОЛГОГРАДА

2 этап спартакиады ЗДОРОВЬЕ 2026

- <https://www.eseur.ru/dzerjin-rn/-XVIII-spartakiada-Zdorove-2026-/>
https://vk.com/wall-212451266_627
https://vk.com/wall-212451266_625
https://vk.com/wall-212451266_622
 ПРОдвижение 2.0 ПОДзарядка 2026
https://vk.com/wall-214528222_8987
https://vk.com/wall-217447100_2372
https://vk.com/wall-214528222_8844
<https://vk.com/public212451266> – в ВКонтакте
<https://vk.com/club212451266> - NEBAS.RU
1. <https://www.eseur.ru/dzerjin-rn/7-aprelya-DEN-ZDOROVYa-/> День
Здоровья
- https://vk.com/wall-212451266_576
https://vk.com/wall-212451266_608
https://vk.com/wall-212451266_404
2. <https://www.eseur.ru/dzerjin-rn/-Chelovek-iduschiy-2026-/>
<https://www.eseur.ru/dzerjin-rn/Vserossiyskiy-konkurs-po-fonovoy-hodbe-Chelovek-iduschiy-1/>
 Всероссийский конкурс по фоновой ходьбе «Человек идущий»
3. https://vk.com/wall-212451266_597 «Профсоюзная среда»
4. https://vk.com/wall-212451266_581
https://vk.com/wall-212451266_529
https://vk.com/wall-212451266_526
https://vk.com/wall-212451266_529 Форум ЗДОРОВЬЯ для председателей ППО Юлии
Кондратьевой
5. https://vk.com/wall-212451266_587
https://vk.com/wall-212451266_585 III форум-фестиваль «ПРОдвижение ЗОЖ» г.
Москва. 5-7.12.2025 г.
6. https://vk.com/wall-212451266_580
https://vk.com/wall-212451266_579 1 этап спартакиады «ЗДОРОВЬЕ» для работников
школ
7. https://vk.com/wall-212451266_473
https://vk.com/wall-212451266_472
https://vk.com/wall-212451266_471
<https://www.eseur.ru/dzerjin-rn/Spartakiada-ZDOROVE-/> 2 этап спартакиады
«ЗДОРОВЬЕ» для работников школ
8. https://vk.com/wall-212451266_486
https://vk.com/wall-212451266_483
<https://www.eseur.ru/dzerjin-rn/6-spartakiada-Den-sporta-sredi-rabotnikov-doshkolnih-obrazovatelnih-uchrezhdeniy-/> https://vk.com/wall-212451266_486
 Спартакиада «День спорта для дошкольных организаций»
9. https://vk.com/wall-212451266_572 Газета Совета молодых специалистов с
публикацией о спорте
10. https://vk.com/wall-212451266_555
<https://www.eseur.ru/dzerjin-rn/Regionalniy-etap-Vserossiyskogo-turistskogo-sleta-uchiteley-2025-/>
 Региональный этап Всероссийского туристского слета учителей
11. https://vk.com/wall-212451266_545 Санаторий Эльтон
12. https://vk.com/wall-212451266_542
<https://www.eseur.ru/dzerjin-rn/-aktualnie-voprosi-po-ohrane-truda-nakanune-uchebnogo-goda-/>
https://vk.com/wall-212451266_541 Совещание по вопросам Охраны труда. Совещания
по проф. заболеваниям
13. https://vk.com/wall-212451266_520
<https://www.eseur.ru/dzerjin-rn/-Dekada-Ohrani-Truda-2025-Vsemirniy-den-ohrani-truda-/>
<https://www.eseur.ru/dzerjin-rn/-Dekada-po-ohrane-truda-2025/> «Декада Охрана труда»

14. https://vk.com/wall-212451266_504
<https://www.eseur.ru/dzerjin-rn/Smotr-konkurs-na-zvanie-Luchshiy-upolnomochenniy-po-ohrane-truda-Profsoyuza-2025-/> Региональный конкурс «Лучший уполномоченный по Охране труда», 1 место.
15. https://vk.com/wall-212451266_503
https://vk.com/wall-212451266_501
https://vk.com/wall-212451266_499
<https://www.eseur.ru/dzerjin-rn/-Den-Pobedi-Akciya-Spоеm-lyubimuyu-pesnyu-vmeste-/>
честь 80 летия Победы в Великой отечественной войне участвуют в акции "Споём любую песню вместе!
16. https://vk.com/wall-212451266_498
Помним! Чтим! Гордимся! Подвигом Героев!
17. https://vk.com/wall-212451266_411
https://vk.com/wall-212451266_432
https://vk.com/wall-212451266_441
https://vk.com/wall-212451266_442
https://vk.com/wall-212451266_450
<https://www.eseur.ru/dzerjin-rn/Akciya-7-aprelya-ZDOROVOE-PITANIE-ZDOROVYY-REGION-/>
Региональный конкурс 'Здоровое питание - здоровый регион! "
18. https://vk.com/wall-212451266_268, https://vk.com/wall-212451266_267,
https://vk.com/wall-212451266_265 https://vk.com/wall-212451266_263
https://vk.com/wall-212451266_260 Зарядка
https://vk.com/wall-212451266_572, https://vk.com/wall-212451266_560 газета "Дело молодых"
7. https://vk.com/wall-212451266_473
https://vk.com/wall-212451266_472
https://vk.com/wall-212451266_471
<https://www.eseur.ru/dzerjin-rn/Spartakiada-ZDOROVE-/>
2 этап спартакиады «ЗДОРОВЬЕ» для работников школ
8. https://vk.com/wall-212451266_486
https://vk.com/wall-212451266_483
<https://www.eseur.ru/dzerjin-rn/6-spartakiada-Den-sporta-sredi-rabotnikov-doshkolnih-obrazovatelnih-uchrezhdeniy-/>
Спартакиада для дошкольных организаций «День спорта»
9. https://vk.com/wall-212451266_572
Газета Совета молодых специалистов с публикацией о спорте
10. https://vk.com/wall-212451266_555
<https://www.eseur.ru/dzerjin-rn/Regionalniy-etap-Vserossiyskogo-turistskogo-sleta-uchiteley-2025-/>
Региональный этап Всероссийского туристского слета учителей
11. https://vk.com/wall-212451266_545
Санаторий Эльтон
12. https://vk.com/wall-212451266_542
<https://www.eseur.ru/dzerjin-rn/-aktualnie-voprosi-po-ohrane-truda-nakanune-uchebnogo-goda-/>
https://vk.com/wall-212451266_541
Совещание по вопросам Охраны труда.
Совещания по проф. Заболеваниям
13. https://vk.com/wall-212451266_486 , Спартакиада «День спорта для дошкольных организаций»
14. https://vk.com/wall-212451266_520
<https://www.eseur.ru/dzerjin-rn/-Dekada-Ohrani-Truda-2025-Vsemirniy-den-ohrani-truda-/>
<https://www.eseur.ru/dzerjin-rn/-Dekada-po-ohrane-truda-2025/>

«Декада Охрана труда»

15. https://vk.com/wall-212451266_504

<https://www.eseur.ru/dzerjin-rn/Smotr-konkurs-na-zvanie-Luchshiy-upolnomochenniy-po-ohrane-truda-Profsoyuza-2025-/>

Региональный конкурс «Лучший уполномоченный по Охране труда», 1 место.

16. https://vk.com/wall-212451266_503

https://vk.com/wall-212451266_501

https://vk.com/wall-212451266_499

<https://www.eseur.ru/dzerjin-rn/-Den-Pobedi-Akciya-Spоеm-lyubimuyu-pesnyu-vmeste-/>

честь 80 летия Победы в Великой отечественной войне участвуют в акции "Споём любую песню вместе!

17. https://vk.com/wall-212451266_498

Помним! Чтим! Гордимся!

Подвигом Героев!

18. https://vk.com/wall-212451266_411

https://vk.com/wall-212451266_432

https://vk.com/wall-212451266_441

https://vk.com/wall-212451266_442

https://vk.com/wall-212451266_450

<https://www.eseur.ru/dzerjin-rn/Akciya-7-aprelya-ZDOROVOE-PITANIE-ZDOROVYY-REGION-/>

Региональный конкурс "Здоровое питание - здоровый регион! "