



ПрофОбраз

7 АПРЕЛЯ – ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ

Всемирный день здоровья – праздник для всех людей, которым небезразлично своё здоровье. Важность этого дня в календаре трудно переоценить, ведь он напоминает нам о том, как важно следить за своим здоровьем.

Каждый год для Всемирного дня здоровья выбирается тема, отражающая какую-либо приоритетную область общественного здравоохранения.

Тема Всемирного дня здоровья 2022 года – «Наша планета, наше здоровье».

Дорогие друзья!



В феврале 2022 года был подписан меморандум о сотрудничестве между Общероссийским Профсоюзом образования, Минпросвещения, Минобрнауки, Минспорта и Министерством здравоохранения РФ. Главная цель документа - помочь педагогам в преодолении психофизиологических проблем, которые принесла в систему образования пандемия. Прекрасную возможность для объединения усилий создает утвержденная правительством Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года,

которая направлена на формирование культуры и ценностей здорового образа жизни как основы устойчивого развития общества и качества жизни населения. Профсоюз выступает за выделение педагогического сообщества как приоритетной целевой группы, чтобы создать педагогам как можно больше возможностей для поддержания профессионального здоровья.

Волгоградская областная организация Общероссийского Профсоюза образования в рамках программы «Здоровый член профсоюза – здоровый коллектив – здоровая область» реализует комплекс мероприятий, направленных на профилактику заболеваний, укрепление здоровья, формирование здорового образа жизни, создание психологического комфорта, которые ведут к повышению работоспособности, улучшению качества и продолжительности жизни членов Профсоюза. Это и проведение тематических вебинаров, спортивных мероприятий, заключения соглашений с медицинскими центрами, сотрудничество с Профкурортом и т.д.

Мы все понимаем, здоровье человека, в первую очередь, зависит от него самого. Своевременная профилактика, здоровый образ жизни, ответственное отношение к себе и окружающим, выбор товаров и услуг, не наносящих вреда здоровью и окружающей среде, всё это – необходимые условия сохранения здоровья и долголетия, предотвращения заболеваний.

*Желаю всем самого крепкого здоровья, жить на полную силу, не зная усталости!
А Профсоюз всегда поддержит!*

*Председатель Волгоградской
областной организации профсоюза
работников образования и науки РФ*

Л.Л.Кочергина

Профсоюз – территория здоровья

ФЕДЕРАЛЬНЫЕ ПРОЕКТЫ

ПРОФСОЮЗНОЕ
ОБРАЗОВАНИЕ

ЦИФРОВИЗАЦИЯ
ПРОФСОЮЗА

ПРОФСОЮЗ -
ТЕРРИТОРИЯ
ЗДОРОВЬЯ

Центральный Совет Общероссийского Профсоюза образования опередил три стратегических направления работы до 2025 года:

- Профсоюзное образование;
- Цифровизация Профсоюза;
- Профсоюз – территория здоровья.

Куратор Всероссийского движения «Профсоюз — территория здоровья» — Олег Игоревич Меркулов (советник по физической культуре и спорту).

Задачи проекта «Профсоюз – территория здоровья»:

- развитие активного долголетия в образовательном сообществе;
- формирование ответственного отношения к своему здоровью;
- инновационные формы организации физкультурно-оздоровительной деятельности;
- физкультурно-оздоровительные и спортивные инициативы;
- формирование безопасного и здорового труда;
- развитие культуры труда и отдыха;
- продвижение ценностей культуры профессионального здоровья и здорового образа жизни.

Конкурс Центрального Совета Общероссийского Профсоюза образования



Конкурс проводится с 17.01.2022 по 23.05.2022:

Размещение конкурсных материалов: с 17.01.2022 по 22.04.2022

Работа жюри: с 25.04.2022 по 23.05.2022

Подведение итогов Конкурса – июнь 2022.

➤ Конкурс Центрального Совета Общероссийского Профсоюза образования направлен на выявление действующих практик работы организаций Профсоюза по реализации здоровьесберегающих, физкультурно-оздоровительных и спортивных инициатив, и программ для работников системы образования, и обучающихся профессионального и высшего образования, пропаганде здорового образа жизни и массового спорта в образовательной среде; обобщение лучших образцов и опыта работы, их поддержка и поощрение в целях дальнейшего содействия их массовому распространению.

➤ Принять участие в конкурсе могут региональные (межрегиональные), территориальные и первичные организации Профсоюза, реализующие инициативы, проекты, программы и направления работы, соответствующие Положению о Конкурсе.

➤ На конкурс принимаются реализованные и/или реализуемые по настоящее время Проекты по тематике Конкурса.

Конкурс Волгоградской областной организации Общероссийского Профсоюза образования



Волгоградская областная организация Общероссийского Профсоюза образования объявила конкурс видеороликов «Амбассадоры здоровья».

- Сроки проведения: конкурс проводится **с 01 марта по 01 июля 2022 года**.
- Заявки и конкурсные работы принимаются от организаций Профсоюза **до 15 мая**. Итоги подводятся **01 июля 2022 года**.
- Участники – члены Общероссийского Профсоюза образования. Работа может быть как индивидуальной, так и коллективной (не более 3-х человек).
- Номинации конкурсных работ:
 - ❖ Репортаж;
 - ❖ Видеосюжет;
 - ❖ Социальный ролик.
- Заявка на участие и конкурсная работа направляются на электронный адрес: obkom@ed-prof.ru

Профилактика эмоционального выгорания педагогов

- В 2021 году в рамках Года спорта, здоровья и долголетия Волгоградская областная организация Общероссийского Профсоюза образования провела мониторинг, где была определена задача сформировать серию вебинаров по здоровьесбережению.
 - 30 марта состоялся первый вебинар «Радости и трудности работы педагога. Профилактика эмоционального выгорания, поддержка здоровья психологическими и физиологическими методами».
 - Спикер – Темнышова Елена Ивановна, невропотолог с 20 летним стажем, психолог, коуч.
 - Регулярность вебинаров - 2 раза в месяц, продолжительность - не более 1,5 часов.
- Приглашаем всех членов профсоюза, без предварительной регистрации.



Из опыта территориальной организации Профсоюза

Вот уж поистине, если председатель сам загорается идеей, то члены профсоюза с удовольствием вовлекаются в мероприятия. Всем известно, что председатель территориальной организации Общероссийского Профсоюза образования г.Камышина Людмила Викторовна Десюкова активистка, красавица, да еще и спортсменка. В тематический год Спорта. Здоровья. Долголетия она организовала более 40 мероприятий, в которых участвовали 1350 членов Профсоюза. Педагоги плавали, играли в настольный теннис, дартс, волейбол, ездили на велосипедах, участвовали в соревнованиях. В г. Камышине среди педагогов была организована XIV Спартакиада, в которой приняли участие более 600 членов Профсоюза. Во Всероссийском конкурсе «Здоровые решения» в 2021 году, организуемом Общероссийским Профсоюзом образования, в номинации «Программа территориальной организации» - ТГОП г. Камышина заняла III место. Сейчас по ходатайству Людмилы Викторовны в санатории «Качалинский» оздоравливаются девять ветеранов педагогического труда из творческого клуба «Импульс». Вот такие слова благодарности получает председатель: «Людмила Викторовна, добрый вечер! Второй день мы в санатории. Все замечательно. Разместились в уютных комнатах по 2 человека, нам назначили лечение в соответствии с нашими диагнозами. Питание очень хорошее, много лечебных процедур, заботливый медперсонал. Большое спасибо за заботу, будем работать дальше. Всем привет и благодарность!».



Из опыта первичной профсоюзной организации

В ГБПОУ "МППК им. В.В. Арнаутова" реализуется Программа физкультурно-оздоровительной работы для сотрудников профессиональной образовательной организации «Профсоюз - территория здоровья», направленная на поддержание, сохранение и укрепление здоровья участников образовательного процесса и членов их семей. Программа включает в себя комплекс мероприятий, ориентированных на формирование установок и пропаганду здорового образа жизни участников образовательного процесса, вовлечение их в физкультурно-оздоровительную и спортивно-массовую деятельность, а также осуществление контроля за соблюдением безопасных условий труда в образовательной организации.

Основными направлениями реализации программы являются:

➤ Информационно-просветительская деятельность, направленная на разъяснительную деятельность по вопросам пропаганды здорового образа жизни, особенностей организации физкультурно-оздоровительной деятельности и предусматривает различные формы: лектории, беседы, встречи, мастер-классы, подготовку и выпуск информационных листов, печатных материалов. Участие в научно-практических конференциях различных уровней.

➤ Физкультурно-оздоровительная деятельность, предполагает организацию работы физкультурно-оздоровительных секций различной направленности: фитнес; волейбол; настольный теннис; дартс и др.

В рамках организации данного вида деятельности существенное внимание уделяется поддержанию психологического здоровья участников образовательного процесса. Разработана система мероприятий, направленных на активизацию компенсаторных, защитных, регуляторных механизмов, обеспечивающих стрессоустойчивость, работоспособность, эффективность и повышение мотивации профессиональной деятельности.

➤ Спортивно-массовая деятельность, направленная на организацию активного отдыха участников образовательного процесса и участие в соревнованиях, спортивно-массовых праздниках и фестивалях, а также подготовку к сдаче норм ГТО.

➤ Деятельность по охране труда и созданию безопасных условий труда, ориентированная на осуществление контроля:

- за организацией проведения периодических профилактических медицинских осмотров;
- за условиями работы, отвечающих требованиям безопасности для здоровья и жизни сотрудников
- за условиями, отвечающие санитарно-гигиеническим нормам, для полноценного отдыха и работы;
- за состоянием охраны труда и выполнением мероприятий по охране труда, технике безопасности и пожарной безопасности.

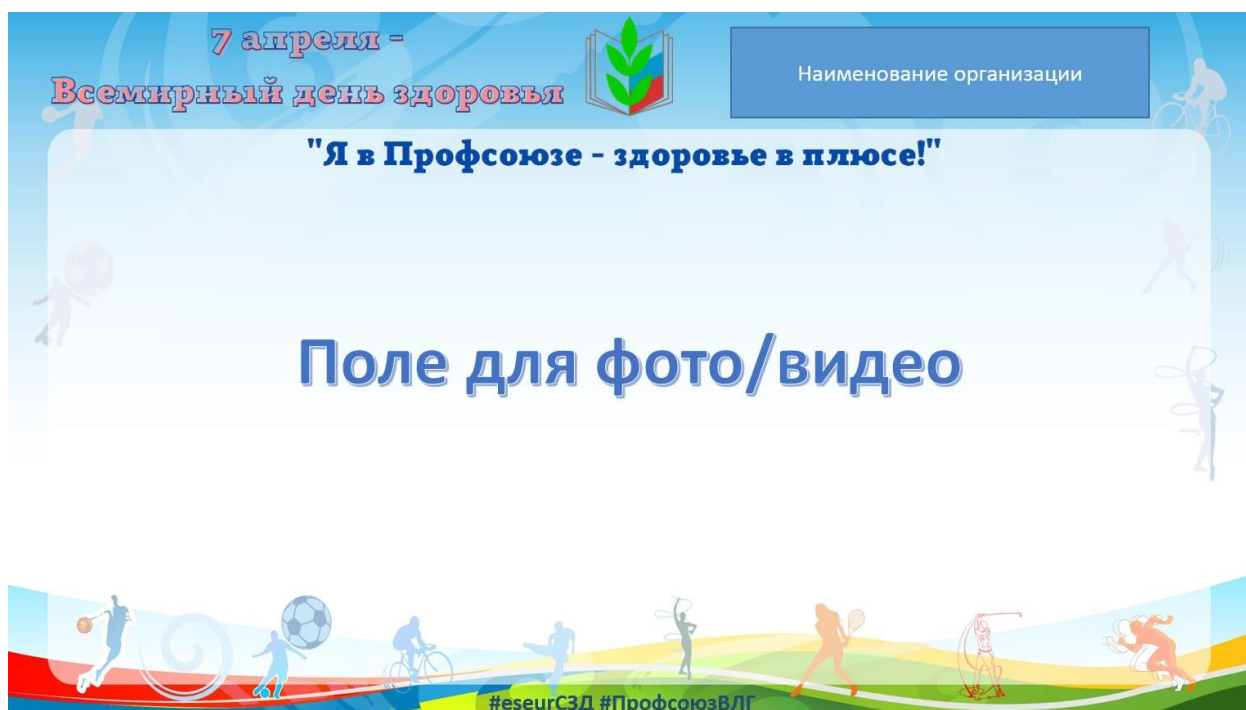
Организация и проведение мероприятий по улучшению условий труда сотрудников и участие в специальной оценке условий труда.

➤ Помимо этого, в нашем колледже появились и свои любимые мероприятия, которые стали уже традиционными, это велопоходы, лыжные прогулки, Дни здоровья, туры выходного дня, соревнования по волейболу и дартс, которые способствуют не только укреплению физического и психологического здоровья, но и сплочению коллектива – ведь именно сплоченный коллектив является основой эффективной деятельности.



«Я в Профсоюзе – здоровье в плюсе!»

«Я в Профсоюзе – здоровье в плюсе!» - под таким названием обком запускает фото/видеомарафон к Всемирному Дню здоровья. В социальных сетях под хештегами #eseurСЗД #ПрофсоюзВЛГ в предлагаемом формате организации профсоюза, члены профсоюза могут публиковать фотографии, видеоролики, посвященные пропаганде здорового образа жизни.



Цитаты великих людей о ЗОЖ

- Кто рассчитывает обеспечить себе здоровье, пребывая в лени, тот поступает так же глупо, как и человек, думающий молчанием усовершенствовать свой голос.
✚Плутарх из Херонеи (50-120)
- Умеренно и своевременно занимающийся физическими упражнениями человек, не нуждается ни в каком лечении, направленном на устранение болезни.
✚Авиценна (980-1037)
- Как только человек заболевает, ему в первую очередь необходимо подумать, кого ему нужно простить.
✚Луиза Хей
- Как суконщики чистят сукна, выбивая их от пыли, так гимнастика очищает организм.
✚Гиппократ
- Короткую жизнь мы не получаем, а делаем ее такою; не бедны мы жизнью, а пользуемся ею расточительно. Жизнь длинна, если ею умело пользоваться.
✚Сенека
- Красота телесных форм всегда совпадает с понятием о здоровой силе, о деятельной жизненной энергии.
✚Лев Толстой
- Единственный способ сохранить здоровье — это есть то, чего не хочешь, пить то, чего не любишь, и делать то, что не нравится.
✚Марк Твен
- Веселые люди быстрее выздоравливают и дольше живут.
✚Амбруаз Паре