

Положение о порядке организации и проведения мероприятий по реализации проекта «Путь к здоровью»

I. Общие положения

1.1 Настоящее Положение определяет цели, задачи, порядок организации и основные условия проведения мероприятий по реализации проекта «Путь к здоровью» (далее по тексту – Проект).

1.2 Проект реализуется в рамках Соглашения о предоставлении из республиканского бюджета субсидии некоммерческой организации, не являющейся государственным (муниципальным) учреждением от 19.08.2021г., заключенного между Министерством спорта и молодежной политики Республики Калмыкия и Калмыцкой республиканской организацией Профессионального союза работников народного образования и науки Российской Федерации.

1.3 Целью реализации Проекта является содействие в приобретении знаний, умений и навыков, необходимых для формирования устойчивой мотивации на здоровье и здоровый образ жизни для работников общеобразовательных организаций Республики Калмыкия и создание условий, способствующих укреплению физического, психического и социального здоровья коллектива общеобразовательных организаций.

Задачи Проекта:

- продвижение здорового образа жизни и осуществление профилактических работ среди работников общеобразовательных организаций, осуществляющих образовательную деятельность на территории Республики Калмыкия;
- формирование материально-технической базы и условий для функционирования в 3 общеобразовательных организациях, осуществляющих образовательную деятельность на территории Республики Калмыкия, кабинетов психологической разгрузки;
- определение основных направлений по внедрению здоровьесберегающих технологий в образовательной среде Республики Калмыкия.

II. Организаторы и партнеры

2.1. Инициатор Проекта - Калмыцкая республиканская организация Профессионального союза работников народного образования и науки Российской Федерации (далее – Реском).

2.2. Проект реализуется при поддержке Министерства спорта и молодежной политики Республики Калмыкия.

III. Участники

3.1. В Проекте принимают участие общеобразовательные организации Республики Калмыкия (далее – ОО), в которых созданы и действуют первичные профсоюзные организации, входящие в организационную структуру Общероссийского Профсоюза образования (далее – ППО).

IV. Порядок организации и проведения мероприятий, сроки их проведения

4.1. Организацию и проведение мероприятий по реализации Проекта осуществляет аппарат Рескома, с привлечением профсоюзного актива ППО.

4.2. В рамках реализации Проекта проводятся следующие мероприятия:

- серия вебинаров для работников ОО о способах регуляции психоэмоционального выгорания и профилактике профессиональных заболеваний;
- проведение опроса и оценка уровня психоэмоционального выгорания среди педагогических работников ОО;
- прием заявок для участия в конкурсном отборе на организацию кабинетов психологической разгрузки;
- организация зон отдыха - кабинетов психологической разгрузки в 3 ОО;
- проведение круглого стола с участием педагогической, научной общественности и органов исполнительной власти о внедрении здоровьесберегающих технологий в образовательной среде Республики Калмыкия.

4.3. Сроки реализации Проекта - с 01.09.2021г. по 31.08.2022г. График проведения мероприятий по реализации Проекта приведен в Приложении №1 к данному Положению.

4.4. Для участия ОО в конкурсном отборе на организацию кабинетов психологической разгрузки необходимо в срок с 01.11.2021г. по 31.12.2021г. подать в Реском заявку по форме, приведенной в Приложении №4 к данному Положению. Заявку необходимо отправить на электронный адрес kalmprofobr@yandex.ru, с приложением результатов оценки

психоэмоционального выгорания педагогических работников, указанного в п.4.6 настоящего Положения.

4.5. Обязательными условиями для подачи заявки являются:

- наличие в ОО первичной профсоюзной организации с охватом профсоюзного членства не менее 98 %;

- наличие в ОО помещения для организации кабинета психоэмоциональной разгрузки.

4.6. Для подачи заявки ОО необходимо в срок с 01.09.2021г. по 31.10.2021г. провести оценку психоэмоционального выгорания педагогических работников. Форма чек-листа для проведения опроса и система оценивания уровней выгорания приведены в Приложениях №2 и 3 к данному Положению.

4.7. В целях проведения экспертизы и оценки поступивших заявок Рескомом создается комиссия. При проведении экспертизы комиссия имеет право запросить у ОО дополнительные сведения, необходимые для оценки заявки. В срок с 14.01.2022г. по 28.02.2022г. комиссия проводит конкурсный отбор и определяет 3 ОО, в которых будут организованы кабинеты психоэмоциональной разгрузки.

V. Финансирование

5.1. Финансирование Проекта осуществляется Калмыцкой республиканской организацией Профессионального союза работников народного образования и науки РФ с использованием субсидии некоммерческим неправительственным организациям, участвующим в развитии гражданского общества на территории Республики Калмыкия.

VI. Информационное сопровождение Проекта

6.1. Информационное сопровождение проекта будет осуществляться на следующих ресурсах: <https://vk.com/kalmprofobr08> - группа Калмыцкого рескома Профсоюза образования ВКонтакте; <https://www.instagram.com/kalmprofobr08/> - аккаунт Калмыцкого рескома Профсоюза образования в Instagram; <https://www.esur.ru/kalmik/> - сайт Калмыцкого рескома Профсоюза образования;

VII. Контактная информация

КРО Общероссийского Профсоюза образования

358000, Республика Калмыкия, г. Элиста, ул. им. Ленина, д.249, офис 501

телефон: 8 (84722) 4-00-32, эл.адрес: kalmprofobr@yandex.ru

График проведения мероприятий по реализации проекта «Путь к здоровью»

№	Наименование мероприятия	Формат проведения, место проведения / платформа (в случае он-лайн формата)	ФИО лектора / Наименование организации	Участники мероприятия	Дата и время проведения
1	Проведение опроса в общеобразовательных организациях Республики Калмыкия «Есть ли у меня выгорание?»			Работники общеобразовательных организаций Республики Калмыкия	01.09.2021 – 31.10.2021
2	Вебинар «Позитивные коммуникации на работе и в жизни»	Он-лайн, платформа ZOOM	АНО «Культура здоровья»	Работники общеобразовательных организаций Республики Калмыкия	04.09.2021
3	Вебинар «Стресс на рабочем месте. Профилактика стресса. Способы восстановления и защиты от стресса. Как справляться со стрессом: простые лайфхаки».	Он-лайн, платформа ZOOM	АНО «Культура здоровья»	Работники общеобразовательных организаций Республики Калмыкия	02.10.2021
4	Сбор заявок для участия в конкурсном отборе на организацию кабинетов психологической разгрузки			Общеобразовательные организации РК	01.11.2021 – 31.12.2021
5	Приобретение оборудования для организации кабинетов психологической разгрузки			Команда проекта	01.11.2021 – 31.05.2022
6	Вебинар «Профилактика эмоционального и профессионального выгорания педагога»	Он-лайн, платформа ZOOM	АНО «Культура здоровья»	Работники общеобразовательных организаций Республики Калмыкия	06.11.2021
7	Вебинар «Профилактика профессиональных заболеваний»	Он-лайн, платформа ZOOM	АНО «Культура здоровья»	Работники общеобразовательных организаций Республики Калмыкия	04.12.2021
8	Отбор заявок для организации 3 кабинетов психологической разгрузки			Комиссия по отбору заявок ОО РК для участия в проекте «Путь к здоровью»	14.01.2022 – 28.02.2022
9	Вебинар «Секреты голоса»	Он-лайн, платформа	АНО «Культура	Работники общеобразовательн	05.03.2022

		ZOOM	здоровья»	ых организаций Республики Калмыкия	
10	Вебинар «Секреты сохранения и приумножения голоса»	Он-лайн, платформа ZOOM	АНО «Культура здоровья»	Работники общеобразовательных организаций Республики Калмыкия	02.04.2022
11	Вебинар «Сохрани свое зрение»	Он-лайн, платформа ZOOM	АНО «Культура здоровья»	Работники общеобразовательных организаций Республики Калмыкия	07.05.2022
12	Вебинар «Здоровая спина»	Он-лайн, платформа ZOOM	АНО «Культура здоровья»	Работники общеобразовательных организаций Республики Калмыкия	21.05.2022
13	Открытие кабинетов психологической разгрузки в 3 общеобразовательных организациях РК			Калмыцкая республиканская организация Общероссийского Профсоюза образования, Районные ОО РК, Министерство образования и науки РК	01.06.2022 – 31.08.2022
14	<i>Круглый стол</i> «О внедрении здоровьесберегающих технологий в образовательной среде Республики Калмыкия»	Очный, зал заседаний Федерации Профсоюзов Калмыкии	-	Калмыцкая республиканская организация Общероссийского Профсоюза образования, ФГБОУ ВО «КалмГУ», Министерства РК	20.08.2022

Есть ли у меня выгорание?

Чек-лист

Прочитайте пункты ниже и отметьте, как часто вы чувствуете себя подобным образом на работе.



- 1. Я чувствую себя эмоционально опустошенным(-ой).
- 2. После работы я чувствую себя как выжатый лимон.
- 3. Утром я чувствую усталость и нежелание идти на работу.
- 4. Я хорошо понимаю, что чувствуют мои подчиненные и коллеги, и стараюсь учитывать это в интересах дела.
- 5. Я чувствую, что общаюсь с некоторыми подчиненными и коллегами как с предметами (без теплоты и расположения к ним).
- 6. После работы на некоторое время хочется уединиться от всех и всего.
- 7. Я умею находить правильное решение в конфликтных ситуациях, возникающих при общении с коллегами.
- 8. Я чувствую угнетенность и апатию.
- 9. Я уверен(-а), что моя работа нужна людям.
- 10. В последнее время я стал более черствым(-ой) по отношению к тем, с кем работаю.
- 11. Я замечаю, что моя работа ожесточает меня.
- 12. У меня много планов на будущее, и я верю, что они осуществляются.
- 13. Моя работа все больше меня разочаровывает.

- 14. Мне кажется, что я слишком много работаю.
- 15. Бывает, что мне действительно безразлично то, что происходит с некоторыми моими подчиненными и коллегами.
- 16. Мне хочется уединиться и отдохнуть от всего и всех.
- 17. Я легко могу создать атмосферу доброжелательности и сотрудничества в коллективе.
- 18. Во время работы я чувствую приятное оживление.
- 19. Благодаря своей работе я уже сделал(-а) в жизни много действительно ценного.
- 20. Я чувствую равнодушие и потерю интереса ко многому, что радовало меня в моей работе.
- 21. На работе я спокойно справляюсь с эмоциональными проблемами.
- 22. В последнее время мне кажется, что коллеги и подчиненные все чаще перекладывают на меня груз своих проблем и обязанностей.

Оценка уровней выгорания

- Эмоциональное истощение — сумма баллов 1, 2, 3, 8, 13, 14, 16, 20 и обратный пункт 6, то есть там 6 баллов — это 0, 5-1 и т.д.
- Деперсонализация — 5, 10, 11, 15, 22
- Редукция (снижение) профессионализма — 4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21

Субшкала	Низкий уровень L	Средний уровень M	Высокий уровень H
Эмоциональное истощение (среднее 19,73)	0-15	16-24	25 и больше
Деперсонализация (среднее 7,78)	0-5	6-10	11 и больше
Редукция профессионализма (среднее 32,93)	37 и больше	31-36	30 и меньше

ЗАЯВКА для участия в конкурсном отборе на организацию кабинета психологической разгрузки

Наименование общеобразовательной организации, почтовый адрес

Количество работников общеобразовательной организации, чел.	В том числе члены профсоюза, чел.	Количество педагогических работников общеобразовательной организации, чел	Наличие помещения для организации кабинета психологической разгрузки (да/нет)

№	Наименование показателя	Значение показателя
1	Количество работников, перенесших коронавирусную инфекцию, чел.	
2	Количество работников, имеющих хронические заболевания, чел.	
3	Распределение педагогов по количеству часов учебной нагрузки в неделю: 1-18 часов в неделю 19-36 часов в неделю свыше 36 часов в неделю	___ чел. ___ чел. ___ чел.
4	Количество педагогов, выполняющих дополнительные обязанности, не входящие в круг основных (заведование кабинетом, классное руководство, руководство метод.объединениями), чел.	
5	Количество классов в ОО, в которых численность учеников превышает норму, в % от общего количества классов	
6	Количество педагогов, преподающих в 1 и 2 смену, чел.	
7	Оценка эмоционального выгорания педагогов по результатам опроса	
7.1	Эмоциональное истощение: Низкий уровень Средний уровень Высокий уровень	___ чел. ___ чел. ___ чел.
7.2	Деперсонализация: Низкий уровень Средний уровень Высокий уровень	___ чел. ___ чел. ___ чел.
7.3	Редукция профессионализма: Низкий уровень Средний уровень Высокий уровень	___ чел. ___ чел. ___ чел.

Руководитель _____ (_____)

МП