



# ПроФОбраз

## ПРОФСОЮЗ – ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ



- ❖ Продвижение ценностей культуры профессионального здоровья и здорового образа жизни.
- ❖ Формирование ответственного отношения к своему здоровью.
- ❖ Развитие активного долголетия в образовательном сообществе.
- ❖ Инновационные формы организации физкультурно-оздоровительной деятельности.
- ❖ Физкультурно-оздоровительные и спортивные инициативы, программы и проекты.
- ❖ Формирование условий безопасного и здорового труда.
- ❖ Развитие культуры труда и отдыха.



*Уважаемые коллеги, друзья!*

*Сегодня в Общероссийском Профсоюзе образования реализуются три масштабных проекта:*

- Профсоюзное образование;*
- Цифровизация профсоюза;*
- Профсоюз - территория здоровья.*

*2021 год в Профсоюзе посвящается охране и укреплению здоровья, занятиям физической культурой и массовым спортом, чтобы повысить качество и продолжительность жизни в условиях*

*новых вызовов. Программа Волгоградской областной организации Общероссийского Профсоюза образования реализуется третий год под названием «ЗДОРОВЫЙ ЧЛЕН ПРОФСОЮЗА – ЗДОРОВЫЙ КОЛЛЕКТИВ – ЗДОРОВАЯ ОБЛАСТЬ». В этом выпуске мы решили рассказать о тех мероприятиях, которые организуются на различных уровнях Профсоюза: федеральном, региональном, территориальном, первичном. Мы приводим примеры различных форматов проведения спортивно-оздоровительных программ, грантовой поддержки подобных проектов, а также говорим, что Профсоюз заботится не только о физическом здоровье своих коллег: программа «ПрофКульт» расширяет культурные возможности, Профсоюзный туризм – туристическое пространство.*

*Хочу пожелать вам внутренней гармонии, душевного спокойствия, неиссякаемого потока сил, пусть каждый день проходит интересно и насыщенно, а главное, без стресса и напряжения. Доброго всем здоровья! И помните: Профсоюз всегда поддержит!*

*Председатель Волгоградской областной организации  
Общероссийского Профсоюза образования*

*Л.Л.Кочергина*



### **Всероссийская программа «Человек идущий»!**

Третий год Благотворительным фондом Лиги здоровья нации реализуется Всероссийская программа «Человек идущий», направленная на стимулирование и повышение ежедневной двигательной активности людей разного возраста, на развитие естественных методов оздоровления, создание условий для выбора и ведения здорового образа жизни. В основе проекта лежит организация всероссийских командных соревнований по фоновой ходьбе с использованием

мобильного приложения по подсчёту шагов «Человек идущий».

Общероссийский Профсоюз образования, в рамках Года спорта, здоровья и долголетия и федерального проекта "Профсоюз - территория здоровья", предлагает присоединиться к соревнованиям.

Соревнования проходят в два этапа:

- ❖ с 10 сентября по 10 октября на предварительном этапе состоятся регистрация, формирование команд и обучение участников;
- ❖ с 15 октября по 15 ноября на основном этапе пройдут сами соревнования.

Во время соревнований все участники получают рекомендации ведущих экспертов Лиги здоровья нации по оптимизации двигательного режима и ведению здорового образа жизни.

В чемпионате могут принять участие различные категории команд:

- ❖ "команды образовательных учреждений" (представители СМП и СКС Профсоюза, наставники);
- ❖ "корпоративные команды" (представители профсоюзных организаций);
- ❖ "муниципальные команды" (жители и служащие муниципалитетов);
- ❖ "команды пенсионеров";
- ❖ "группы ЗОЖ" (активисты за здоровый образ жизни).

Для участия в соревнованиях необходимо собрать команду из 20-50 человек (для "группы ЗОЖ" – 10-50 человек) в своей категории и бесплатно зарегистрироваться в мобильном приложении "Человек идущий". Данное приложение обеспечит тщательный подсчёт шагов каждого участника и сформирует соответствующие рейтинги команд в реальном времени (в некоторых случаях для отправки шагов на сервер будет необходимо раз в день открывать приложение, потому что это связано с особенностями работы некоторых моделей телефонов).

Победителем станет команда, набравшая наибольшую сумму среднего арифметического количества шагов команды за каждый день соревнований, в своей категории. По итогам соревнований будет проведена онлайн-церемония награждения победителей всех категорий команд.

В этом году капитанам команд станет проще добавлять, исключать и заменять участников, а в случае необходимости, они смогут передавать своё капитанство другому члену команды. Для облегчения коммуникаций участников, к профилю команды теперь можно привязать паблики соцсетей и группы в мессенджерах.

## Подведены итоги регионального этапа всероссийского туристского слета педагогов



11 лучших команд (около 100 человек) из Калачевского, Октябрьского, Еланского, Ольховского, Иловлинского, Суровикинского, Даниловского муниципальных районов и городских округов: город Михайловка, Дзержинского, Центрального, Краснооктябрьского района города Волгограда с 29 сентября по 2 октября 2021г. стали участниками ежегодного слета. Программа слета включала соревнования по виду дисциплин "Дистанция-пешеходная" и "Дистанция-пешеходная – группа" с элементами спасательных работ, викторины по краеведению и истории Профсоюза работников образования Волгоградской области, мастер-классы с отработкой навыков преодоления спортивных дистанций и проведение спасательных работ.

Учредителем Слета является комитет образования, науки и молодежной политики Волгоградской области. Организация слета осуществлялась совместно с Волгоградской областной организацией Общероссийского Профсоюза образования, с Главным управлением МЧС России по Волгоградской области, с муниципальным учреждением "Служба спасения Волгограда", сотрудники которого на профессиональном уровне с использованием специального оборудования закрепили навыки участников слета по спасательным работам в оказании доврачебной помощи и эвакуации пострадавшего в различных чрезвычайных ситуациях.

На церемонии награждения от имени Волгоградской областной организации Общероссийского Профсоюза образования **Зубкова Светлана Геннадьевна**, заместитель председателя обкома, приветствовала участников слета, вручила призы победителям и призерам слета. Отдельной награды за волю к победе были удостоены **Котлярова Л.И., Мелихова С.М. и команда Еланского муниципального района Волгоградской области**. В этом году в составе команды Октябрьского муниципального района была **Терещенко Инна Александровна**, председатель Профсоюза данного муниципального района, которая предложила всем председателям профсоюза муниципальных районов присоединиться к проведению слета в 2022 году.

Профессионально сработала Главная судейская коллегия, в составе которой спортивные судьи первой категории, Заслуженные учителя Российской Федерации, инструкторы детско-юношеского туризма со стажем более 30 лет, за плечами которых сотни километров походов и участие в соревнованиях разного уровня.

По итогам слета места распределились среди команд следующим образом: 1 место – Калачевский муниципальный район Волгоградской области, 2 место – городской округ город Михайловка, 3 место – г. Волгоград («Детско-юношеский центр Волгограда»).

Благодарим всех руководителей, которые организовали участие муниципального района (городского округа) в данном слете.





## Грант президента на реализацию проекта «Спортивные состязания – альтернатива профессиональному выгоранию»

Территориальная (районная) организация Профсоюза Тракторозаводского района г. Волгограда одна из первых территориальных организаций в регионе, которая получила грант президента. Победа пришла, когда Общероссийский Профсоюз образования объявил год "Годом спорта, здоровья и долголетия". Профсоюзу удалось собрать сильную команду лидеров, заручиться поддержкой руководителя Тракторозаводского территориального управления департамента по образованию администрации Волгограда Калинина

Андрея Борисовича и социальных партнеров. Благополучателями проекта стали работники 45 образовательных организаций Тракторозаводского района г.Волгограда.

Проект был разбит на три этапа.

**Первый этап – «В гармонии с собой»** включал в себя анкетирование, по результатам которого педагогов с признаками профессионального выгорания пригласили к психологу на индивидуальные консультации и на тренинги по предупреждению профессионального выгорания.

**Второй этап «В здоровом теле - здоровый дух»** - это занятия стрейчингом, волейбол, соревнования по плаванию и спортивному ориентированию.

Некоторых участников проекта очень увлекли занятия стрейчингом, которые проводила сертифицированный инструктор Репина Галина Владимировна. Команда тренеров МБУ СШ 17 во главе с руководителем Батуриной Людмилой Анатольевной провели соревнования по спортивному ориентированию «Час здоровья», квест «Спортивный лабиринт». Многие члены Профсоюза занимались плаванием в бассейне «Дельфин», благодаря договору сотрудничества, которое заключила ТРОП Тракторозаводского района Волгограда.

**Заключительный третий этап «В движении жизнь»** – это спартакиады среди работников учреждений по четырем видам спорта. Все 45 учреждений образования Тракторозаводского района сформировали команды по шесть человек, которые боролись за переходящий кубок в соревнованиях по боулингу, плаванию, спортивному ориентированию и веселым стартам.

Мероприятия проекта - это прекрасное средство для поднятия настроения и борьбы со стрессами, масса положительных эмоций, которые помогут забыть о проблемах и трудностях, а также перезагрузиться.

Реализация таких проектов повышает престиж профсоюзных организаций в коллективах, и позволяет расширить пределы своих возможностей!



## «Серебряные» активисты ЗОЖ

При Профсоюзе образования городского округа город Михайловка Волгоградской области организован Совет ветеранов педагогического труда. Одно из направлений его деятельности с 2019 года - «Серебряные» волонтеры. Это педагоги-ветераны, которые находятся на заслуженном отдыхе и продолжающие вести педагогическую работу в образовательных организациях - активисты ЗОЖ! В рамках «Года Спорта, Здоровья и Долголетия» «серебряными волонтерами» было проведено несколько спортивных мероприятий.



В феврале 2021 года - «День здоровья» (скандинавская ходьба для ветеранов всего города при Городском Совете ветеранов).

От ветеранов профсоюзного движения для участия в первенстве г.о.г. Михайловка по стрельбе, посвященном 800-летию со дня рождения Александра Невского, была организована команда «Серебряные волонтеры». Команда заняла среди женщин - 1 и 3 место, среди мужчин 2 и 3 место.



В апреле в акции «Утренняя подзарядка» приняли участие не только ветераны педагоги, но и жители города Михайловки.

«Серебряные волонтеры».

В соревнованиях за кубок г.о.г. Михайловка по ДАРТС первое место заняла команда ветеранов



В мае был организован «День Здоровья» по скандинавской ходьбе в городском парке имени М.М.Смехова.

Команда ветеранов «Серебряные волонтеры» приняла участие в мероприятиях Всероссийского Дня ходьбы, сдачи норм ГТО по спортивной ходьбе - «Северная ходьба – новый образ жизни!».



## «ПрофКульт»



В этом году Волгоградская областная организация профсоюза работников народного образования и науки РФ начала реализацию нового проекта «ПрофКульт».

Между председателем обкома Ларисой Львовной Кочергиной и директором Волгоградской филармонии Михаилом Владимировичем Ребровым подписан договор о сотрудничестве, который подразумевает продвижение культурно – массовых мероприятий, проведение творческих вечеров, встреч, выставок и фестивалей. Надо отметить, что в рамках в рамках проекта «ПрофКульт» с начало этого года около пятисот членов Профсоюза побывали на культурно-значимых мероприятиях региона.

## Профсоюзный туризм

Организация отдыха членов профсоюза – добрая профсоюзная традиция. Одна из форм – экскурсии. По-разному председатели проводят организацию экскурсионных программ, очень часто они проходят к тематическим праздникам. Такие мероприятия объединяют, помогают насладиться красотой российских городов, первозданной природой и набраться незабываемых впечатлений и в тоже время сэкономить. Профсоюз частично компенсирует стоимость экскурсии, проезда, для экономии объединяются с другими профсоюзными организациями.



## Оздоровляйтесь по "Профсоюзной путевочке"

По акции «Профсоюзная путевочка» в санаторий «Качалинский» открыты льготы: 40% стоимости путевки для работающих членов профсоюза, 50 % для неработающих ветеранов профдвижения. Сроки заезда в 2021 году: с 19 октября по 1 ноября; со 2 по 15 ноября; с 16 по 29 ноября; с 30 ноября по 13 декабря; с 14 по 27 декабря.

Прием граждан на санаторно-курортное лечение осуществляется при наличии одного из документов: копия сертификата о вакцинации, документ о перенесенном заболевании, отрицательный результат лабораторного исследования на COVID-19, полученный не ранее чем за 72 часа до заезда в санаторий, справка об эпидокружении.