



В данном сборнике представлен промежуточный отчет о реализации проекта, который служит мотивации членов профсоюза к участию в деятельности Профсоюза, повышению имиджа Профсоюза в глазах работников образовательных учреждения и городской общественности, усилению позиций Профсоюза, как стороны социального партнерства.

О проекте «ЦРПО Тольятти-курс на ЗОЖ»

Тема здоровья для педагога-важная и многоаспектная. Эффективность педагогической деятельности зависит от физического и психологического состояния педагога, умения справляться с эмоциями, выдерживать колоссальные нагрузки. Что в этом направлении может сделать профсоюз? В Центральной районной профсоюзной организации оздоровление членов профсоюза уже несколько лет является приоритетным направлением работы. Участие в «Лыжне России», туристские слеты, Дни здоровья, содействие в выполнении нормативов ГТО, взаимодействие с санаториями и базами отдыха, сотрудничество с глазной клиникой, бассейнами, катками и фитнес-центрами, проведение психоэмоциональной разгрузки педагогов - некоторые мероприятия и события из жизни районной профсоюзной организации. Наша задача-оказывать максимальное содействие в реализации здоровьесберегающих программ, популяризировать массовые виды спорта, привлекать к участию в них членов профсоюза и их семьи.

В 2020 году был разработан проект «ЦРПО Тольятти-курс на ЗОЖ».

Сроки реализации проекта 2020 -2024 годы.

Цели проекта:

- создание целостной эффективной системы профилактики и оздоровления членов Профсоюза;
- формирование у членов Профсоюза понимания значимости сохранения и укрепления здоровья, навыков здорового образа жизни;
- разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья и повышения двигательной активности членов Профсоюза;
- раскрытие управленческого потенциала членов Профсоюза, обновление профсоюзного актива.
- увеличение динамики профсоюзного членства

Задачи проекта:

- проведение разъяснительной и просветительской работы с членами Профсоюза к ведению

здорового образа жизни;

- создание доступных и льготных условий для занятий физкультурой, оздоровления и отдыха; повышения двигательной активности;
- увеличение охвата членов Профсоюза занятиями физкультурой и оздоровительной деятельностью в целях повышения двигательной активности и улучшения здоровья;
- расширение состава молодежного профсоюзного актива, предоставление возможностей для раскрытия своего потенциала.

Финансирование проекта - профсоюзные членские взносы, консолидируемые под мероприятия проекта в рамках бюджетов профсоюзных организаций трех уровней- областного, районного и первичных в соответствии с утверждаемой сметой; средства работодателя, предусмотренные коллективным договором, а также спонсорская поддержка партнеров.

Партнеры проекта:

- Самарская областная организация профсоюза народного образования и науки РФ;
- Тольяттинское управление министерства образования и науки Самарской области;
- департамент образования администрации городского округа Тольятти;
- управление физкультуры и спорта администрации городского округа Тольятти;
- Центр физической культуры и спорта городского округа Тольятти;
- городской центр «Йога-центр»;
- лыжная база Школы олимпийского резерва по лыжным видам спорта;
- коммерческие организации-партнеры Центральной районной организации, участники программ лояльности для членов профсоюза.

Ожидаемые результаты реализации проекта:

- увеличение численности и доли членов профсоюза от общего числа работников учреждения образования;
- повышение мотивации членов профсоюза к участию в деятельности Профсоюза;
- повышение имиджа Профсоюза в глазах работников образовательных учреждения и городской общественности;
- усиление позиций Профсоюза, как стороны социального партнерства;
- повышение удовлетворенности членов профсоюза, участвующих в реализации проекта;
- снижение показателей заболеваемости участников проекта;
- увеличение численности членов профсоюза, регулярно занимающихся спортом и видами физической активности;
- изменение ценностного отношения к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое здоровье; формирование у людей стремления к позитивным изменениям в образе жизни; выработка навыков здорового образа жизни;
- создание условий, способствующих улучшению качества жизни и укреплению здоровья, повышению двигательной активности работников организаций;
- широкое привлечение членов семей к участию в проекте;
- расширение партнерской базы по организации и проведению здоровьесберегающих мероприятий.

Мероприятия проекта	
Санаторно-курортный блок	- организация оздоровления в санатории «Красная Глинка»; - организация отдыха на базах отдыха «Алые паруса» и «Энергетик»; - организация отдыха на турбазе «Лесобон»; - проведение работы по более широкому и активному включению в коллективные договоры мероприятий, направленных на оздоровление работников.
Спортивно-оздоровительный блок «В здоровом теле»	-организация участия в «Лыжне России»; - организация и проведение спортивно-оздоровительных челенджей; - проведение районных Дней здоровья;

здоровый дух»	<ul style="list-style-type: none"> - проведение профсоюзной маевки; - проведение туристского слета; - организация выполнения нормативов ГТО; - организация занятий (мастер-классов) по скандинавской ходьбе; - организация участия команд работников образования (членов семьи) в фоновой ходьбе; - организация занятий в фитнес-центрах, бассейнах, катках; - расширение сети социальных партнеров, участвующих в программе лояльности; - организация спортивных секций (клубов) в образовательных учреждениях.
Блок «Путешествуем вместе с Профсоюзом»	Организация экскурсионных поездок по Самарской области, пешеходных экскурсий.
Блок «Отдыхаем с Профсоюзом»	<ul style="list-style-type: none"> - организация посещения театров, концертных залов; - проведение акции «Подарок своими руками с Профсоюзом!»; - организация посещения хоккейных матчей ХК «Лада».
Блок «Учреждения здравоохранения- профсоюзу образования»	<ul style="list-style-type: none"> - организация сотрудничества с глазной клиникой доктора Савельева, центром «Невролог» и стоматологическим центром «Южный», лабораторией ИНВИТРО; - расширение сети социальных партнеров, участвующих в программе лояльности.
Блок «Вместе Против Ковид»	<ul style="list-style-type: none"> - организация сотрудничества с соляной пещерой «Соль плюс»; - организация витаминизации работников в образовательных учреждениях; - проведение разъяснительной работы о необходимости вакцинации от ковид, о профилактике заболевания и поддержке иммунитета; - участие во всероссийской акции «Мы Вместе» (пошив масок, оказание помощи ветеранам образования).
Блок «Проекты о здоровье»	Организация разработки проектов в первичных профсоюзных организациях, направленных на оздоровление членов профсоюза, психоэмоциональную разгрузку.
Блок «Кабинеты психоэмоциональной разгрузки»	Организация работы кабинетов психоэмоциональной разгрузки в организациях.
<p>География, категории и количество участников: РФ, Самарская область, г.Тольятти, Центральный район Все работники первичных профсоюзных организаций образовательных учреждений Центрального района города Тольятти, члены семей. Общее количество более 2 тыс человек.</p>	
<p>Организационное и ресурсное обеспечение Проекта (приобретение формы, материалов, оборудования, инвентаря, создание рекламной продукции и т.д.) <u>разработаны:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - сценарии (планы) проведения мероприятий; - методические рекомендации по ЗОЖ; - буклеты (флайеры) по проводимым мероприятиям; - карты-маршрутные листы квестов, спортивно-туристских мероприятий; - формы протоколов и статистического учета участников; <p><u>заключены договоры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - на льготное обслуживание в бассейнах «Старт», «Чайка», «Олимп», на катке в СК «Кристалл»; - на отдых на базах отдыха и в загородных комплексах; - на проведение оздоровительных мероприятий на туристской базе «Лесобон»; - на проведение экскурсий с турфирмой «Пилигрим»; - на проведение диагностического обследования и лечения в глазной клинике доктора Савельева, 	

медицинском центре «Невролог»;

- на проведение консультации, лечения, удаления и протезирования зубов со стоматологическим центром «Южный»;

- на приобретение абонементов в спортивном центре «Ева-фитнес»;

- на посещение банного комплекса «Чайка»;

- на проведение единых дней выполнения нормативов ГТО с Центром физкультуры и спорта;

закуплены:

- спортивный инвентарь;

- футболки;

- флаги, значки;

- баннеры, плакаты;

- наградная продукция.

План реализации проекта (наличие соисполнителей, взаимодействие с ними):

мероприятия, которые составляют проект (изложены в содержании проекта), являются постоянными, ежегодными. Расширение районного проекта возможно за счет реализации проектов первичных организаций, направленных на здоровьесбережение, социальных партнеров, инициатив Общероссийского Профсоюза образования.

Соисполнители:

- Центр физической культуры и спорта;

- лыжная база Школы олимпийского резерва по лыжным видам спорта;

- городской центр «Йога-центр»;

- городской центр по скандинавской ходьбе.

Общее руководство реализацией проекта осуществляет председатель территориальной организации.

Сметы и внесение изменений утверждаются Президиумом районного комитета.

Источники финансирования проекта:

финансирование осуществляется из средств:

- Центральной районной организации Профсоюза работников народного образования и науки РФ г.Тольятти -85%

- Самарской областной организации Профсоюза работников народного образования и науки РФ г.Тольятти -15%

Основные результаты

- увеличение количества участников в мероприятиях спортивно-туристского направления;

- снижение уровня профессиональной заболеваемости;

- повышение спортивной активности членов Профсоюза (создание спортивных (фитнес)-клубов в образовательных организациях, посещение городских фитнес-центров, выполнение нормативов ГТО);

- широкое привлечение членов семей к участию в проекте;

- создание условий, способствующих улучшению качества жизни и укреплению здоровья, повышению двигательной активности работников организаций;

- изменение ценностного отношения к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое здоровье; формирование у людей стремления к позитивным изменениям в образе жизни; выработка навыков здорового образа жизни;

- повышение мотивации профсоюзного членства, формирование позитивного имиджа Профсоюза.

Перспективы развития проекта, долгосрочный эффект: проект получил одобрение участников и будет развиваться дальше:

- заключение договоров о сотрудничестве с социальными партнерами;

- разработка первичными организациями проектов, направленных на оздоровление работников организаций, для получения грантов Самарской областной организации;

- создание в образовательных учреждениях спортивных клубов (секций) для работников;

- снижение уровня профессиональной заболеваемости, улучшение здоровья членов профсоюза.

Проект можно использовать в территориальных профсоюзных организациях.

Блок «Отдыхаем с Профсоюзом»

Эмоциональную разрядку и хорошее настроение дарят посещения театров и концертных залов. Совместные посещения спектаклей и концертов помогают сохранить творческий настрой и здоровье, это верный путь сплочения коллектива. К тому же, наши социальные партнеры предоставляют скидки на билеты 40-60%. Всего за 2020-2021 годы спектакли посетили почти 700 человек, а в 2022 году-более 1 тысячи человек.

С 2018 года члены профсоюза и их семьи стали организованно бесплатно ходить на домашние игры хоккейного клуба «Лада». Приходят болеть за любимую команду целыми коллективами и семьями, приобщая детей к хоккею с самого раннего возраста. Это бесценная возможность провести время вместе с семьей и друзьями, получить новые эмоции, снять психоэмоциональное напряжение. В 2020-2021 годы игры бесплатно посетили 3,5 тыс человек, со скидкой 30% -еще более 1 тыс человек. В 2022 году -1250 чел.

Уже несколько лет в Центральной РПО проводится акция «Подарок своими руками с Профсоюзом!». Творчество-это замечательный ресурс от стресса и тревоги: творческая работа руками помогает отвлечься, становится отдушиной для педагогов. За два года состоялось 7 мастер-классов: рисование шерстью, украшение пряников, новогодних шаров, изготовление значков Победы из георгиевских ленточек, пасхальный мастер-класс. В 2022 году состоялись 3 мастер-класса по рисованию картин маслом (39 чел) и новогодний мастер-класс «рождественский цветок пуансетия» (20 чел). Всего их посетили почти 400 чел. Необходимые материалы предоставляет райком профсоюза за счет собственных средств или социальные партнеры. По улыбкам и искренним словам благодарности понятно, что время, проведенное вместе с детьми за интересным занятием, оставило эмоциональный след, способствует доверительным отношениям.





Блок «Проекты о здоровье»

1. Проект «ЗдоровьеПРОФи», реализуется МБУ детским садом № 2 «Золотая искорка»-направлен на пропаганду здорового образа жизни, сохранение молодости и сбережение физического и психологического здоровья работников образовательных организаций, включает 3 направления: «Пешком к здоровью»-организация флешмобов в парках, скверах города по скандинавской ходьбе (детские сады №№ 2, 27, 104, всего более 100 чел.); «Секреты стройности»- создано интернет-сообщество для презентации лучшего опыта омоложения с помощью стройности среди педагогов и сотрудников образовательных организаций; «В кругу друзей» - привлечение работников профсоюза к участию в туристических слетах, Днях здоровья для дружеского позитивного общения.
2. Проект «Психоэмоциональная разгрузка работников образовательной организации посредством тимбилдинга», реализуется МБУ детскими садами №№ 48 «Дружная семейка», 100 «Островок», всего почти 250 чел.-направлен на профилактику эмоционального выгорания и командообразование: систематическая психологическая разгрузка педагогов посредством психологических тренингов, обучение эффективным приемам и техникам взаимодействия в команде, культуре общения, предупреждению и устранению конфликтов.
3. Проект «Программа поддержки ресурсного состояния педагогического коллектива с применением методов профессиональной игропрактики», реализуется МБУ «Школа № 21»-также направлен на профилактику психоэмоционального выгорания работников школы: проводятся семинары-практикумы "Психологическое здоровье педагога. Профилактика эмоционального выгорания", учителя не только знакомятся с теоретическими основами эмоционального выгорания, но и на практике отрабатывают основные техники по предупреждению данного явления. Регулярно на педагогических советах проходят тренинги «Техники совладания со стрессом», «Техники восстановления ресурсного состояния». А также проводятся арт-терапевтические ресурсные техники, игры на развитие эмоционального интеллекта и командообразование «Ты нужен Планете!», «Важное о себе».
4. Проект «Психоэмоциональная разгрузка работников образования посредством Программы хорового вокального пения «С песней по жизни шагать веселей», реализуется МБУ детским садом № 53 «Чайка»-направлен на создание условий для снятия психоэмоциональной нагрузки у работников детского сада, распространение знаний о здоровьесберегающих практиках (дыхательная и артикуляционная гимнастика), овладение комплексами дыхательной и артикуляционной гимнастики для здоровья работников учреждения, сплочение педагогических коллективов работников образования. В саду создана постоянная группа работников учреждения для занятий дыхательной и артикуляционной гимнастикой, проведены мастер-классы «Артикуляционная гимнастика - эффективные упражнения для дикции и женской красоты», создан вокальный хор.
5. Проект «Кабинет здоровья «Тонус», реализуется ГБОУ ДПО «Региональный центр развития трудовых ресурсов»- направлен на создание и оснащение кабинета здоровья, который позволит сотрудникам выбрать наиболее подходящий им вид физической нагрузки и быстро восстановить двигательную активность во время перерывов. Кроме того кабинет здоровья предоставляет возможность регулярного занятия спортом вне рабочего времени без дополнительных финансовых затрат. Использование специального оборудования и тренажеров позволяет оптимально организовать физическую нагрузку для профилактики возникновения заболеваний и восстановления наиболее уязвимых в условиях офисной работы систем организма. Формирование корпоративной культуры и забота о коллективе являются одним из важнейших компонентов работы социально-ответственного работодателя. Учитывая, что основная деятельность Регионального центра трудовых ресурсов связана с образованием и методической работой, так называемая «офисная работа», то важным становится поддержание здорового образа жизни и профилактика заболеваний.
6. Проект «Школа ГТО для больших и маленьких», реализуется МБУ детским садом № 46 «Игрушка»- направлен на подготовку сотрудников к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО и выполнение нормативов ВФСК

ГТО. Детский сад определен как базовый для ППО Центрального района в этом вопросе. За 2 года на базе детского сада выполнили нормативы более 300 человек: подтягивание из виса на высокой перекладине; подтягивание из виса на низкой перекладине; сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу; наклон вперед из положения стоя на тумбе; поднятие туловища из положения лёжа на спине за 1 минуту; прыжок в длину с места. Фиксируют результаты выполнения нормативов — специалисты Центра физкультуры и спорта г.о.Тольятти.





Блок «Путешествуем вместе с Профсоюзом»

Педагоги готовы отдавать себя работе, детям, не задумываясь о собственном здоровье. Как же педагогам сохранить творческий потенциал и здоровье? Помогают культурные и спортивные мероприятия. Новый, 2022 год, начался с мастер-класса, чемпионата по фоновой ходьбе, посещения театра и экскурсии в Самару. 98 человек (члены профсоюза и их семьи) 8 января 2022 года отправились на комфортабельных автобусах в Самару. Стало доброй традицией начинать год с такой поездки. В Самаре проехали по празднично украшенным улицам, прогулялись по пешеходной улице Ленинградской, полюбовались новогодними инсталляциями. И, конечно, остановились на площади Куйбышева и площади Славы. Елки в потрясающем убранстве, сказочная красота! Участники поездки в полном восторге и восхищении! Поездка подарила хорошее настроение и позитив. Перед первой рабочей неделей 2022 года театр, хоккей и экскурсия были очень кстати! Отдых на любой вкус! Успехов на весь год!

В августе-сентябре 2022 года состоялись еще две экскурсионные поездки в Самару. Маршрут пролегает по «старой» дороге через Зеленовку, Волжский и Курумоч. Участники поездки, почти 100 человек, услышали историю каждого из этих населенных пунктов и совершили путешествие в глубь веков-представили как здесь жили сарматы, болгары, казахи, калмыки, узнали историю возникновения Ставрополя и Самары. Самара - это город, в котором самое высокое здание железнодорожного вокзала и самая большая площадь в Европе. Город, сочетающий энергетику современного делового центра, очарование старины и курортную расслабленность. В Самаре совершили экскурсию по ее старому центру, который заметно похорошел, и по набережной-самому любимому и красивому месту отдыха. Почти 5 км песчаного пляжа, прогулочных аллей, велодорожек и уютных кафе. Разнообразные масштабные памятники, оригинальные скульптуры, креативные арт-объекты... Участникам поездки было предоставлено свободное время, чтобы посетить площадки набережной, насладиться волжскими видами и зарядиться прекрасным настроением в преддверии нового учебного года.

Кроме того, в 2022 году впервые организовали водные экскурсии по Волге до Богатырской слободы и обратно. Во время прогулки экскурсовод рассказала об истории нашего края, преданиях седых Жигулей, природных особенностях Самарской Луки. Активный отдых в выходной день прибавляет заряд энергии, чистый воздух и прекрасная природа снимают усталость. Члены профсоюза семьями с детьми, а это 115 человек, насладились волжскими пейзажами, красотами Жигулей и единодушно высказались за то, чтобы эти экскурсии стали традиционными.

В самом конце сентября состоялся выезд на экскурсию в уникальный Замок Гарибальди - потрясающий неоготический мир! Перед входом в замок гостей встретили мифологические крылатые существа Грифоны с туловищем льва и головой орла. Изящные башни венчают готические шпили, крыши которых покрыты натуральным камнем. Участники экскурсии, 40 человек, прогулялись по парку с фонтанами, насладились великолепными видами, узнали историю и легенды его создания и сделали уникальные фотографии европейского средневековья в волжской глубинке. А еще странствующие средневековые артисты научили средневековым танцам, так что в Тольятти вернулись настоящие рыцари и прекрасные дамы.

Еще одна группа из 43 человек съездила в новокуйбышевские термы: это комплекс бассейнов, саун. «Шикарный отдых, море впечатлений. Все очень довольны: комфортно, продумано все до мелочей»-поделились впечатлениями участники поездки.

Всего ежегодно путешествуют с профсоюзом более 350-400 чел. Турфирма предоставляет скидки 10-20% и районная организация компенсирует 20-30% расходов от стоимости поездки. Акция «Путешествуем вместе с профсоюзом» продолжается, готовим новые предложения.



Санаторно-курортный блок

В целях развития социальной поддержки членов Профсоюза, одним из приоритетных направлений социальной политики Профсоюза является оздоровление работников. В 2022 году в санаториях и базах отдыха оздоровлено почти 350 членов профсоюза районной организации и членов их семей: санаторий «Красная Глинка», санаторий им. Чкалова, «Родник» (г.Пятигорск), б/о «Улыбка», турбаза «Лесобон», б/о «Алые паруса», «Энергетик». «Алые паруса» и «Энергетик» предоставляют скидки 20-25%, на туристской базе «Лесобон» скидка 50%. Желаете убежать от стресса, подышать чистым воздухом, полюбоваться волжскими красотами-приезжайте на турбазу «Лесобон»! Душевное общение у костра семьей или с коллегами, песни под гитару-это ли не мечта людей, которые все время проводят в городской суете! В 2022 году особенно востребованы были оздоровительные поездки выходного дня (коллективные и семьями) на туристскую базу «Лесобон», которая принадлежит МБОУ ДО «Эдельвейс»-16 учреждений, 49 семей, примерно-500 чел. Коллективы образовательных учреждений организовали замечательные праздники для детей и сотрудников на территории «Лесобона»: интеллектуальные и спортивные игры, весёлые истории и задорные песни! Прекрасная природа и душевная компания, что может быть лучше?! Только плов, приготовленный на костре!

В профсоюзные санатории может купить путевку любой желающий, а члены профсоюза- со скидкой 20% от стоимости путевки и еще часть средств компенсирует Самарский обком Профсоюза. Для членов семьи тоже действует 20-процентная скидка.

Особенностью санатория «Красная Глинка» является наличие собственной лечебной воды, добываемой из скважины, находящейся на территории санатория. Уникальность ее лечебных свойств способствует нормализации функции печени, почек и желудочно-кишечного тракта. И, конечно, само месторасположение санатория «Красная Глинка» в зеленом Красноглинском районе Самары, который называют «маленькой Швейцарией», на берегу Волги с живописными видами на Жигулевские горы, и чистый воздух помогают вернуть физическое и эмоциональное здоровье. В 2022 году 10 членов профсоюза прошли оздоровительный курс в санатории «Красная Глинка» и «Родник». Экономия средств составила 114 тыс руб. От всех поступили только положительные отзывы и слова благодарности в адрес районной и областной профсоюзной организации. «Профсоюзные путевки в санаторий-это большое благо. Программа постковидной реабилитации очень понравилась, получаем все процедуры, какие только есть. Меню в столовой на выбор. Нам очень понравилось»-поделились впечатлениями учителя.

В соответствии с Коллективными договорами за счет средств работодателя материальную помощь на оздоровление получили 36 чел на сумму более 200 тыс руб.





Спортивно-оздоровительный блок «В здоровом теле-здоровый дух»

Проведение и участие в спортивных и физкультурно-массовых мероприятиях способствует не только формированию здорового образа жизни, но и пополнению профсоюзных рядов. Сегодня не просто выявить личный интерес к участию в спортивных мероприятиях. Любительский спорт и ЗОЖ доступны всем вне зависимости от профсоюзного членства. Однако, как показывает практика, заниматься спортом одному крайне не просто и достаточно накладно. Вот тут и пришел на помощь профсоюз. Именно профсоюз выступил организатором проведения различных спортивных активностей для членов профсоюза, были посеяны зерна новых привычек. Действенными мерами по формированию ЗОЖ являются проводимые в ЦРПО профсоюзные зарядки, дни здоровья, выполнение нормативов ГТО, абонементы в бассейны и фитнес-центры, участие в чемпионате «Человек идущий», мастер-классах по рисованию и изготовлению подарков своими руками, экскурсионных поездках-это возможность поддержать свою физическую форму и снять эмоциональную нагрузку. Сформировались спортивные традиции, члены профсоюза чувствуют заботу, а у других работников появляется желание влиться в профсоюзные ряды. Профсоюз всегда рядом!

- 7 апреля 2022 года во Всемирный день здоровья члены профсоюза приняли активное участие в общепрофсоюзной акции «Подзарядка для всех!». Цель мероприятия, которое проводилось в рамках федерального проекта «Профсоюз — территория здоровья», приобщить работников системы образования к ежедневным занятиям производственной гимнастикой. Комплексы физических упражнений, ежедневно включаемые в режим рабочего дня, не отнимают много времени (в среднем такая гимнастика длится от 3 до 12 минут), действительно способствуют предупреждению заболеваний опорно-двигательного аппарата и укреплению здоровья, повышают общую работоспособность и способствуют формированию потребности в здоровом образе жизни. 7 апреля прошел единый день производственной гимнастики в профсоюзных организациях «Подзарядка для всех!». Ежегодно участвуют 25-30 учреждений, почти 1 тыс чел. С 7 апреля по 7 мая 2022г - месячник производственной гимнастики. Участники месячника снимали ролики, 9 организаций приняли участие в общероссийском конкурсе «Подзарядка для всех!». Ролик МБУ детского сада № 2 «Золотая искорка» стал победителем.

- в декабре 2019 года в Центральная РПО присоединилась к главному спортивному движению России — выполнению нормативов ГТО. В 2019 году в акции приняли участие 7 дошкольных учреждений Центрального района, зарегистрировано более 200 человек, большинство из которых получили свои значки. С тех пор каждый год подводим итоги выполнения нормативов ГТО. В 2022 году еще более 300 членов профсоюза выполнили нормативы. Почему это для нас так важно? Спорт закаляет психику, повышает стрессоустойчивость, а это важные факторы, влияющие на успех в профессиональной деятельности. Физически здоровые люди намного выносливее, а значит продуктивнее в работе. Помимо укрепления физической формы это также пример для обучающихся, возможность показать им плюсы активного и здорового образа жизни. В районной организации определено базовое учреждение, в котором проводим единый день выполнения нормативов ГТО. Фиксируют результаты выполнения нормативов — специалисты Центра физкультуры и спорта г.о.Тольятти. Два раза в месяц собираются работники разных образовательных учреждений для выполнения нормативов: сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу, наклон вперед из положения стоя на тумбе, поднимание туловища из положения лёжа на спине за 1 минуту, прыжок в длину с места. Остальные нормативы выполняются в специализированных учреждениях-тире, бассейне, стадионе.

- в 2021г впервые состоялся районный **День здоровья**, приняли участие более 300 чел. (статья в газете «Мой профсоюз»). Районный день здоровья стал ежегодным, проводится весной,

участники приходят коллективами, семьями (примерно 300 чел). Как любой спортивный праздник, День здоровья начинается с общего построения всех команд со своими флагами, символикой и баннерами, жилетками и шарфами с эмблемами учреждений. С 2019 года учреждения проводят свои дни здоровья на туристской базе «Лесобон», приняли участие 30 учреждений, примерно 700 человек;

- с 2021 года в проект вошло проведение профсоюзной маевки, в которой приняли участие по 100 чел от трех районов Тольятти. В 2022 году состоялась районная маевка, чтобы задействовать большее количество человек, примерно 350 чел. Прошла она накануне дня города и была посвящена 285-летию любимого Тольятти и 50-летию профсоюза образования города. На парад-построение учреждения пришли со своими штандартами, флагами, плакатами в корпоративных футболках с шарфами и банданами. Всем участникам слёта были вручены памятные значки. Команды смотрелись как первомайские колонны. Маевка прошла под лозунгом «Солидарность, взаимовыручка и взаимоподдержка!». В рамках маевки прошли квест и эстафета, выставка-конкурс детских рисунков к 285-летию Тольятти (дети и внуки членов профсоюза) и розыгрыш лотереи. С самого начала маевки работали "буфеты" - три детских сада (№№ 2, 27, 46) подготовили выпечку на разные вкусы, морсы и компот с кусочками льда. Все были очень благодарны "буфетчицам" за вкусную выпечку и прохладительные напитки. Расходились с маевки с хорошим настроением, все отметили отличную подготовку площадок, их разнообразие. Главные итоги маевки-хорошее настроение, позитив и желание встречаться на соревновательных площадках!

- районная профсоюзная организация с 2018 года успешно сотрудничает с бассейнами «Старт», «Олимп» и «Чайка», катком «Кристалл» и фитнес-центрами, организации договорились о скидках: 40% -50% в бассейны и на каток, 50% - в фитнес-центр «Ева». Ежегодно более 100 человек посещают бассейны и каток, более 50 чел.- фитнес-центр «Ева».

- турслеты проводятся в районе с 2010 года, естественно, являются составной частью проекта.

- особое значение уделяется скандинавской ходьбе (проект «ЗдоровьеПРОФи», реализуется МБУ детским садом № 2 «Золотая искорка», который занял 2 место в конкурсе «Здоровые решения» в 2021 году). Проект получил широкую поддержку в коллективах, создаются свои группы, а районная организация организовала проведение обучающих мастер-классов специалистом по скандинавской ходьбе;

- в 2021 году вошла в проект «фоновая ходьба»-всероссийский чемпионат «Человек идущий». Зарегистрировались и дошли до финиша соревнования 12 команд, 342 человека. В январе 2022 года еще присоединились еще 13 команд, 289 чел. Проект многих настроил на постоянные занятия ходьбой. Педагоги, как правило, ведут малоподвижный образ жизни: нет времени на занятия в фитнес-центрах. Председатели ППО сумели объединить людей, мотивировать. Руководители учреждений поддержали инициативу председателей и сами приняли участие в соревнованиях. Некоторые команды создали свои чаты и делились своими ощущениями и успехами. Главное-многие сделали первый шаг к здоровью и приняли правильное решение не бросать занятия ходьбой. Центральная РПО каждой команде-участнице подарила палки для скандинавской ходьбы. Профсоюз образования за здоровье и долголетие!

- акция «Здоровый коллектив-успешный коллектив».....



Проект осуществляется Центральной районной организацией профсоюза работников народного образования и науки РФ Г.Тольятти

«ЦРПО Тольятти-курс на ЗОЖ»

отчет за период 2020-2022г.г.



Тольятти 2022