

Наименование муниципального учреждения МБОУ «Родниковская школа – гимназия»

План внедрения здорового образа жизни в трудовом коллективе, мероприятий, направленные на развитие физической культуры и спорта в трудовом коллективе на 2021 год

| | | | |
|----------|---|--|--|
| № п/п | <p>Лучшие практики стимулирования внедрения здорового образа жизни в трудовых коллективах (описание, результаты внедрения, ожидаемые результаты)</p> | <p>Мероприятия, направленные на развитие физической культуры и спорта в трудовых коллективах, в том числе в части внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (описание, результаты внедрения, ожидаемые результаты)</p> | <p>Ссылки на размещенные документы и материалы по лучшей практике в сети «Интернет»</p> |
| 1 | <p>Описание лучших практик ИНФОРМАЦИОННО-мотивационные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содействие уменьшению поведенческих факторов риска, мотивация к ведению здорового образа жизни; - доступность повседневной физической активности и занятий физической культурой и спортом; - информирование сотрудников о факторах, влияющих на здоровье, а также мотивации к ведению здорового образа жизни (интерактивная карта с представлением данных от партнеров в т.ч. спортивных и оздоровительных центрах); - пропаганда здорового образа жизни (специализированные стенды с информацией о вредных привычках, социально опасных заболеваниях и пр.); <p>ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ:</p> <ul style="list-style-type: none"> - профилактика заболеваний в т.ч., проведение вакцинации профилактические (прививки) организация | <p>Описание мероприятий</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Изучение нормативно-правовой базы по ВФСК «ГТО», методических рекомендаций по реализации ВФСК «ГТО». 2. Мониторинг состояния здоровья и уровня физической подготовленности учащихся 1-11 классов. 3. Оформление школьного информационного стенда ВФСК «ГТО» 4. Выступление на педсовете о внедрении ВФСК «ГТО» 5. Проведение классных часов «Мы снова сдаем ГТО!», «Мой друг - физическая культура» 6. Утверждение календаря школьных спортивно-массовых мероприятий. 7. Проведение тестирования уровня физической подготовленности обучающихся по программе спортивного комплекса ГТО. 8. Соревнования по видам из комплекса ГТО 1-2, 3-4, 5-6, 7-8, 9-11 классы. 9. Индивидуальная работа по совершенствованию физического развития учащихся, не выполняющих нормативы на уроках ФК | <p>https://rodnikovo.krymschool.ru/sveden/object</p> |

| | | |
|---|---|--|
| <p>мед. осмотров (по графику); -освещение значимых событий, проведенных в учреждении/ совместно с Администрацией Родниковского сельского поселения и другими социальными партнерами; - организация горячего питания; -обеспечение питьевого режима сотрудников; - организация первичного консультирования врача-терапевта; - проведение тренингов и семинаров по профилактике психо-эмоционального выгорания сотрудников; - организация работы кабинета ЛФК и тренажерной комнаты; - проведение занятий по психологической разгрузке в сенсорной комнате. АКТИВИЗИРУЮЩАЯ: - вовлечение сотрудников в активную деятельность, через проведение занятий по физкультуре, проведение спортивных мероприятий; -формирование команды лидеров мнений, повышение имиджа активистов – участников программы; - брендиование учреждения, здорового образа жизни.</p> | <p>10. Выполнение проектов «ФК и спорт в моей жизни» 5-11 классы 11. Проведение соревнований по лыжным гонкам в 1-4, 5-9, 10-11 классах в рамках ВФСК «ГТО». 12. Выступления на родительских собраниях по продвижению ВФСК «ГТО» 13. Проведение фестиваля физкультурно – спортивного комплекса ГТО (школьный уровень). 14. Участие в фестивале физкультурно – спортивного комплекса ГТО (муниципальный уровень) 15. Ведение дневника результатов по физкультурно-спортивному комплексу ГТО. 16. Конкурс плакатов «Спорт в моей жизни», «Мы за здоровый образ жизни», «Стадион будущего».1-4, 5-8, 9-11 классы. 17. Спортивные состязания с родителями «Мама, папа, я – спортивная семья» 18. Участие в спортивных соревнованиях школьного и муниципального уровня. 19. Использование на уроках физической культуры разнообразных форм двигательной активности. 20. Обновление информации о ходе реализации внедрения ВФСК «ГТО» на школьном стенде.</p> | |
| <p>2</p> <p>Результаты внедрения</p> <p>Консультации по здоровому образу жизни: беседы, лекции, семинары по ведению здорового образа жизни и правильному питанию; консультации, ответы на письменные запросы. Оздоровительная физкультура, обучение упражнениям с дозированной физической нагрузкой, обучение правильному дыханию, обучение технике суставной гимнастики, ци-гун терапия, двигательная терапия. Массовые корпоративные мероприятия: посещение бассейна с арендой дорожек;</p> | <p>Результаты внедрения</p> <p>- развитие и эффективное использование инфраструктуры физической культуры и спорта; - развитие массового спорта и пропаганда роли занятий физической культурой и спортом (включая спорт высших достижений) как составляющей части здорового образа жизни; - совершенствование системы работы с одаренными детьми; - достижение высоких результатов в городских, Региональных спортивных соревнованиях; - совершенствование системы проведения спортивных соревнований, Спартакиад, спортивно-массовых мероприятий;</p> | <p>https://rodnikovo.krymschool.ru/sveden/object</p> |

| | | |
|--|--|--|
| <p>абонемент на занятия в фитнес (тренажерном) зале, выезды за город. Проведение массажа на территории учреждения.</p> <p>Организация корпоративных мероприятий для сотрудников.</p> <p>Совместное посещение экскурсий, музеев, театров, концертов.</p> <p>Награждение грамотами, письменными и устными благодарностями, премирование.</p> <p>Аукцион лучших идей. Встречи со специалистами мед. учреждений и оздоровительных центров. Стенды с информацией о здоровьесбережении.</p> <p>Круглые стол для обсуждения проблемных вопросов. Конкурсы. Спортивные соревнования, спартакиады. Лекции. Презентации. Праздничные мероприятия.</p> <p>Семейные походы. Клубная деятельность.</p> <p>Семинары-практикумы, консультации.</p> <p>Тренинги. Группа поддержки для бросающих курить. Фотовыставки спортивных достижений. Коллективные поездки за город. Ци-гун – практика и терапия движением. Обучение методам расслабления и саморегуляции.</p> | <p>- внедрение в учебно-воспитательный процесс МБОУ инновационных психологических педагогических технологий (методов, форм, средств);</p> <p>- укрепление и расширение взаимодействия с образовательными учреждениями других видов, иными организациями и учреждениями, занимающимися вопросами физкультурно-спортивного воспитания;</p> <p>- профилактика заболеваемости, травматизма и правонарушений среди обучающихся;</p> <p>- расширение сферы дополнительных и платных образовательных услуг с целью укрепления материально-технической базы учреждения.</p> | <p>https://rodnikovo.krumschool.ru/sveden/object</p> |
| <p>3</p> <p>Ожидаемые результаты</p> <p>Здоровьесбережение сотрудников:</p> <ul style="list-style-type: none"> -обеспечение оптимального тренировочного эффекта касательно повышения функционального состояния организма; -восстановление работоспособности, предупреждение переутомления; -повышение общего иммунитета организма. -повышение личного и профессионального роста сотрудников; -устранение эмоционального синдрома выгорания у сотрудников; -внедрение социального психологического сопровождения профессиональной | <p>Ожидаемые результаты</p> <ul style="list-style-type: none"> - значительное увеличение количества обучающихся, занимающихся физической культурой, ориентированных на спорт, который является важным средством формирования привычки здорового образа жизни человека; - создание системы отбора талантливых детей; - внедрение разнообразных форм и увеличение количества спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий для обучающихся; - создание оптимальной системы дополнительного образования, которая предполагает удовлетворение интересов и склонностей основных участников учебно-воспитательного процесса, | |

деятельности у сотрудников;
 -развитие стрессоустойчивости;
 -владение навыкам релаксации.
 Развитие корпоративной культуры в учреждении:
 -формирование благоприятного психологического климата в учреждении;
 - улучшение профессионального коммуникативного взаимодействия в коллективе сотрудников, а также при работе с учениками и их родителями.
 Повышение уровня профессиональных компетенций сотрудников:
 -развитие потребности в профессиональном самообразовании, саморазвитии, профессиональном самосовершенствовании, раскрытии потенциала;
 повышение эффективности реализации профессиональных задач;
 -приобретение необходимых в реализации профессиональной деятельности знаний, умений, навыков, а также развития профессионально важных личностных качеств.
 Снижение количества листов нетрудоспособности сотрудников по больничным листам

стимулирование работы с одаренными детьми;
 - улучшение качества предоставляемых образовательных услуг на основе инновационных технологий обучения и воспитания, направленных на сотворчество, саморазвитие и самореализацию обучающихся;
 - привлечение пристального внимания широких слоев общественности, в том числе и средств массовой информации, к проблемам воспитания и дополнительного образования подрастающего поколения;
 - повышение профессионального уровня педагогов и руководителей МБОУ;
 - улучшение материально-технической базы школы для организации здоровьесозидающей, здоровьесберегающей деятельности, просветительской работы;
 - увеличение числа победителей и призеров в индивидуальном и командном зачете.
 - снижение заболеваемости и травматизма обучающихся;
 - расширение социального партнерства школы.

Приложение №1

Директор _____

Л.В. Могильная

(Ф.И.О., подпись)



Исп. Ф.И.О., моб. тел. Камалдинова Н.К. + 7 978 07 11 911