



ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ СОЮЗ РАБОТНИКОВ НАРОДНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
РОСТОВСКАЯ ОБЛАСТНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СОЮЗА
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СОЮЗА РАБОТНИКОВ НАРОДНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ПЕРВИЧНАЯ ПРОФСОЮЗНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТНИКОВ ЮЖНО-
РОССИЙСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ПОЛИТЕХНИЧЕСКОГО
УНИВЕРСИТЕТА (НПИ) имени М.И.ПЛАТОВА**



**ПРОГРАММА
«ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ РАБОТНИКОВ ФГБОУ ВО «ЮЖНО-РОССИЙСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ (НПИ)
ИМЕНИ М.И.ПЛАТОВА»
на период с 2019 по 2021 гг.**

Новочеркасск
2019г.

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

№	Наименование раздела	Содержание раздела паспорта
1	Название программы	Здоровый образ жизни работников ФГБОУ ВО «Южно-Российский государственный политехнический университет (НПИ) имени М.И.Платова» на период с 2019 по 2021 гг.
2	Основание для разработки программы	Национальный проект «Здоровье», государственная программа Ростовской области «Развитие здравоохранения»
3	Разработчики программы	ППО работников ЮРГПУ(НПИ)
4	Цель программы	Создание лично-развивающей образовательной среды, формирующей систему ценностных ориентаций и установок активной жизненной позиции работников, позитивной мотивации к саморазвитию и самосовершенствованию, принятию ответственности за свою судьбу, заинтересованности в поддержке здорового образа жизни.
5	Задачи программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Мотивация к здоровому образу жизни. 2. Создание условий для формирования у работников положительного отношения к здоровому образу жизни, как к одному из главных условий для достижения успеха. 3. Улучшение информированности работников о заболеваниях и мерах их предотвращения. 4. Стимуляция работников к занятиям спортивной и туристической направленности.
6	Структура программы	<p>Введение</p> <p>Цель и задачи программы</p> <p>Основные направления и мероприятия программы</p> <p>Механизм реализации программы</p> <p>Оценка эффективности реализации программы</p>
7	Исполнители программы	ППО работников и ППО обучающихся университета, Департамент по молодежной политике и довузовской подготовке (ДМиСП), Спортивный клуб, кафедра «Физическое воспитание и спорт» и др, «Культурно-образовательный центр» (КОЦ)
8	Сроки реализации	2019-2021 гг.
9	Контроль за ходом реализации	Ежегодные отчеты о ходе реализации программы, статистическая, справочная и аналитическая информация о реализации программы рассматриваются на заседаниях членов профкома ППО работников и ППО обучающихся университета

Введение

Здоровый образ жизни (ЗОЖ) - это образ жизни, основанный на принципах нравственности, активный, трудовой, закалывающий и защищающий от неблагоприятных воздействий, рационально организованный и позволяющий до глубокой старости сохранять нравственное, психическое и физическое здоровье.

По статистическим данным, основными причинами высокой заболеваемости обучающихся и работников вузов являются:

- профессиональное выгорание;
- трудовоголизм;
- недостаточная санитарная грамотность и культура;
- пренебрежение столь важным аспектом как здоровый образ жизни;
- недостаточная мотивация к ведению здорового образа жизни у работников и студентов университета;
- вредные привычки (курение, употребление спиртных напитков);
- отсутствие рационального питания;
- исходно низкий уровень состояния здоровья студентов при поступлении в университет;
- нарушение периода адаптации к обучению у студентов первых двух курсов.

Данная программа в процессе профессиональной деятельности работников, воспитания и обучения в Южно-Российском государственном политехническом университете (НПИ) имени М.И. Платова предусматривает формирование и развитие у работников и студентов таких основных элементов здорового образа жизни, как: плодотворный труд, рациональный режим труда и отдыха, искоренение вредных привычек, оптимальный двигательный режим, личная гигиена, закаливание, рациональное питание и т.п.

Цель и задачи

Основной целью программы является создание личностно-развивающей трудовой и образовательной среды, формирующей систему ценностных ориентаций и установок активной жизненной позиции работников и студентов, позитивной мотивации к саморазвитию и самосовершенствованию, принятию ответственности за свою судьбу, заинтересованности в поддержке здорового образа жизни.

Достижение поставленной цели осуществляется через решение следующих задач:

- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- создание условий для формирования у работников и студентов положительного отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных условий для достижения успеха;
- улучшение информированности работников и студентов о заболеваниях и мерах их предотвращения;
- стимуляция работников и студентов к занятиям спортивной и туристической направленности. Привлечение к систематическим занятиям физической культурой и спортом не менее 80 % обучающихся работников и студентов ЮРГПУ (НПИ), а также к сдаче норм ГТО;
- сотрудничество с организациями и ВУЗами Юга России и Российской Федерации

в области физической культуры, спорта и туризма, оздоровительной и адаптивной физической культуры, проведение совместных спортивных фестивалей, форумов и конференций на базе ЮРГПУ(НПИ);

- увеличение диапазона участия спортсменов в соревнованиях различного ранга (не только студенческих и взрослых сборных команд, но и детских, юношеских команд);

- создание проектов, участие в конкурсах на предоставление грантов в области образования и физической культуры, и спорта, а также в различных смотрах-конкурсах в вышеуказанных областях.

Основные направления реализации программы

1. Научно-методический блок
2. Культура питания
3. Спортивно-оздоровительный блок
4. Рекреационное пространство
5. Психологическая разгрузка
6. Культурно-образовательный блок

Механизм реализации программы

Общее руководство выполнением программы возложено на председателя профсоюзного комитета ППО работников ЮРГПУ(НПИ).

Рассмотрение и утверждение программы «Здоровый образ жизни работников ФГБОУ ВО «Южно-Российский государственный политехнический университет (НПИ) имени М.И.Платова» на период с 2019 по 2021 гг.» на заседании профсоюзного комитет.

Ежегодные отчеты о ходе реализации программы «Здоровый образ жизни работников ФГБОУ ВО «Южно-Российский государственный политехнический университет (НПИ) имени М.И.Платова» на период с 2019 по 2021 гг.», статистическая, справочная и аналитическая информация о реализации программы - на заседаниях и профсоюзных комитетах университета, Ученого совета, Общественной палаты университета.

Исполнителями мероприятий программы являются ППО работников и ППО обучающихся университета, Департамент по молодежной и социальной политике, Спортивный клуб, кафедра физического воспитания и спорта, Культурно-образовательный центр университета.

Оценка эффективности реализации программы

Оценка результативности реализации программы осуществляется на основе обобщенных оценочных показателей, таких как: психофизические и нравственные.

1. Психофизические показатели:

- улучшение состояния здоровья работников и студентов;
- повышение уровня и качества мышления;
- развитие внимания и памяти;
- развитие волевых качеств.

2. Нравственные показатели:

- сознательное отношение к труду и обучению, повышению квалификации;

- культурный образ жизни;
- устойчиво-негативное отношение к табаку, алкоголю, наркотическим веществам.

№	Мероприятие	Срок	Исполнитель
1. Научно-методический блок			
1.1	Ежегодный анализ заболеваемости среди работников университета.	сентябрь ежегодно	ППО работников ЮРГПУ(НПИ), УБУ
1.2	Разработка положений о конкурсах университетского, регионального, всероссийского и международного уровней: «Спартакиада работников университета», «Папа, мама, я – спортивная семья», «Шахматный турнир имени В.Г.Передерия» «Спортивные соревнования по плаванию для детей работников университета ко Дню	январь ежегодно	ППО работников ЮРГПУ(НПИ), Кафедра ФВиС, Спортклуб
1.3	Проведение информационно-просветительских мероприятий среди работников организации (интернет-сайт организации, информационные плакаты, показ тематических видеороликов, фильмов, раздача листовок, выпуск стенгазет,	весь период	Пресс-служба
1.4	Разработка методических рекомендаций для самостоятельных занятий физической культурой	весь период	Кафедра ФВиС
1.5	Разработка программ по специальностям: «Атлетическая гимнастика», «Легкая атлетика», «Игровые виды спорта», «Плавание»	в течение всего периода	Кафедра ФВиС, руководители по спортивным направлениям
1.6	Организация курсов по основам саморегуляции, обучение навыкам регулирования эмоционального состояния, методам преодоления стрессовых ситуаций, поддержания психического равновесия	весь период	ППО работников ЮРГПУ(НПИ), Институт дополнительного образования, специалисты в области безопасности жизнедеятельности, Отдел охраны труда и гражданской обороны,

1.7	Организация обучения внештатных технических инспекторов и уполномоченных по охране труда		ППО работников ЮРГПУ(НПИ), Институт дополнительного образования, специалисты в области безопасности жизнедеятельности, Отдел охраны труда и гражданской обороны
1.8	Организация издательства брошюр, листовок санитарно-просветительского характера	весь период	Кафедра ФВиС, Спорткомплекс, ППО работников ЮРГПУ(НПИ)
1.9	Разработка плана мероприятия по профилактике туберкулеза и социально значимых заболеваний, представляющих опасность для окружающих среди студентов и сотрудников	январь	Отдел охраны труда и гражданской обороны, ППО работников ЮРГПУ(НПИ)
1.10	Разработка политики по вопросам ВИЧ/СПИДа на рабочих местах на основании принципов свода практических правил МОТ «ВИЧ/СПИД и сфера труда» на 2019-2021 гг.	январь	Отдел гражданской обороны и охраны труда
1.11	Участие в конкурсах направленности ЗОЖ	По отдельным графикам проведения конкурсов	ППО работников ЮРГПУ(НПИ), Отдел гражданской обороны и охраны труда
2. Спортивно-оздоровительный блок			
2.1	Вакцинация работников и студентов против гриппа, гепатита В, управляемых инфекций	весь период	Отдел гражданской обороны и охраны труда
2.2	Организация льготного санаторно-курортного оздоровления в ЛПУ и собственных спортивно-оздоровительных комплексах «Дон» и «Кишкет»		Профсоюзные организации вуза, Кафедра ФВиС,
2.3	Организация работы в игровых и тренажерных залах университета	весь период	Кафедра ФВиС, Спортклуб, Профсоюзные организации вузов
2.4	«Часы здоровья»	еженедельно	Кафедра ФВиС, культторги факультетов, Профсоюзные организации вузов
2.5	Фестиваль ГТО	ежегодно	Кафедра ФВиС

2.6	Турнир по греко-римской борьбе памяти Почетного мастера спорта В.Т.	ежегодно	Кафедра ФВиС, Спортклуб
2.7	Турнир по вольной борьбе в честь основания школы вольной борьбы Н.М. Бандурина	ежегодно	Кафедра ФВиС, Спортклуб
2.8	Всероссийский мастерский турнир по дзюдо памяти атамана Всевеликого войска донского, мастера спорта СССР Г.П.Недвигина	ежегодно	Кафедра ФВиС," Спортклуб
2.9	Спартакиада работников университета	ежегодно первый квартал	ППО работников ЮРГПУ(НПИ), Спортклуб
2.10	Спортивные соревнования «Папа, мама, я – спортивная семья»	ежегодно	ППО работников ЮРГПУ(НПИ), Спортклуб
2.11	Спортивные соревнования для детей работников университета в честь праздника 1 июня	Ежегодно, второй квартал	ППО работников ЮРГПУ(НПИ), Спортклуб
2.12	Спартакиада областного комитета профсоюза работников образования Ростовской области	ежегодно по отдельному	ППО работников ЮРГПУ(НПИ), Спортклуб,
2.13	Участие в забеге «Политехническая миля»	ежегодно, сентябрь	ППО работников ЮРГПУ(НПИ), Спортклуб
2.14	Спортивные соревнования по скиппингу	по отдельному графику	ППО обучающихся ЮРГПУ(НПИ), Спортклуб,
2.15	Кросс	По графику	Спортклуб
2.16	День здоровья	2 раза в год	Спортклуб, ППО работников ЮРГПУ(НПИ),, ППО обучающихся
2.17	Участие в партнерских программах с ЛПУ, организованными областным комитетом Профсоюза	По графику обкома	ППО работников ЮРГПУ(НПИ),
2.18	Организация мероприятий в рамках программы «Озеленение и экологизация дизайна учебного городка ЮРГПУ(НПИ)		
2.19	Организация субботников на территории имущественного комплекса университета для создания лучших условий отдыха на территории ЮРГПУ(НПИ)	Весна, осень	ППО работников ЮРГПУ(НПИ), ППО обучающихся ЮРГПУ(НПИ),

2.20	Организация мероприятий во Всемирный день охраны труда	28 апреля	ППО работников ЮРГПУ(НПИ), Отдел охраны труда и гражданской обороны
------	--	-----------	---

3. Культурно-массовый блок

3.1	Организация и проведение регионального фестиваля казачьей культуры и традиций «На Дону, на Доне»	октябрь, ежегодно	ДМиСП, КОЦ, Профсоюзные организации вуза
3.2	Подготовка и проведение праздничных мероприятий, посвященных дню образованию университета	октябрь, ежегодно	ДМиСП, КОЦ, Профсоюзные организации вуза
3.3	Подготовка и проведение фестиваля «Неделя национальных культур в ЮРГПУ (НПИ)»	ноябрь, ежегодно	ДМиСП, КОЦ, Профсоюзные организации вуза
3.4	Организация праздничных мероприятий «Встреча Нового года»	декабрь	КОЦ, Профсоюзные организации вуза
3.5	Организация Новогодних представлений для детей сотрудников университета,	декабрь, ежегодно	КОЦ, Профсоюзные организации вуза
3.6	Подготовка и проведение праздничных мероприятий, посвященных Дню Российского студенчества - «Губернаторский бал»	январь, ежегодно	ДМиСП, КОЦ, Профсоюзные организации вуза
3.7	Организация и проведение праздничных мероприятий, посвященных Дню защитника Отечества	февраль, ежегодно	ДМиСП, КОЦ, Профорганизации вуза
3.8	Организация и проведение праздничных мероприятий, посвященных Международному женскому дню	февраль, март, ежегодно	ДМиСП, КОЦ, Профсоюзные организации вуза
3.9	Организация и проведение Детско-юношеского фестиваля-конкурса «В гостях у Платова»	апрель, ежегодно	ДМиСП, КОЦ, Профсоюзные организации вуза
3.10	Подготовка и проведение праздничных мероприятий, посвященных 9 мая	II квартал, ежегодно	ДМиСП, КОЦ, Профсоюзные организации вуза
3.11	Подготовка и проведение праздничных мероприятий, посвященных Международному дню защиты детей	июнь, ежегодно	КОЦ, Профсоюзные организации вуза
3.12	Организация и проведение выпускного вечера «Выпускной в политехническом»	июнь, ежегодно	ДМиСП, КОЦ, деканы факультетов

3.13	Подготовка и проведение праздника «День семьи, любви и верности»	июль, ежегодно	КОЦ, ППО работников работников ЮРГПУ(НПИ)
3.14	Культурно-досуговые, спортивные мероприятия в период работы СОК «Дон» (концерты, конкурсno-игровые программы, вечера отдыха, соревнования, игры и др.)	июль-август, ежегодно	КОЦ, Профсоюзные организации вуза
3.15	Участие в городских, областных конкурсах, фестивалях, концертах творческих коллективов	в течение года	КОЦ, Профсоюзные организации вуза
3.16	Организация промо-акции «Обмен – никотин – на витамин!»	Весна, осень	Профсоюзные организации вуза
3.17	Организация фестиваля искусства и экологии «ArtSkill»	весна	ППО работников ЮРГПУ(НПИ)
3.18	Организация коллективных посещений культурно-массовых мероприятий.	Весь период	ППО работников ЮРГПУ(НПИ)