



Название программы - 45 полезных шагов к здоровью и Победе!

Обоснование актуальности. Здоровье граждан важно для государства, так как от этого фактора зависят работоспособность, продолжительность жизни и настроение человека.

Здоровый образ жизни сотрудников играет ключевую роль для школы по нескольким причинам:

- Здоровые сотрудники более продуктивны и способны выполнять свои обязанности на высоком уровне.
- Здоровый образ жизни способствует снижению уровня смертности.
- Здоровые сотрудники менее подвержены стрессу и социальным конфликтам.
- Здоровый образ жизни ведёт к улучшению общего качества жизни сотрудников, что способствует их удовлетворённости и благополучию.

Президент Российской Федерации В.В. Путин объявил 2025 год - Годом защитника Отечества и 80-летия Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов. Тематика года отражает приоритеты современной России, такие как патриотизм, уважение к защитникам Родины во все времена и преемственность поколений. Преемственность поколений – это особенно актуально в образовательной организации, основная задача которой образование и воспитание.

Эти важные даты и направления и определили тему нашего проекта: «45 полезных шагов к здоровью и Победе».

Цели и задачи. Цель - создание условий для охраны и укрепление физического, психологического и социального здоровья сотрудников МОУ СШ №18 через оздоровительные, общественно-полезные и патриотически мероприятия с применением современных, инновационных и здоровьесберегающих технологий.

Задачи:

- определить направления деятельности;
- внедрять в рабочий процесс здоровьесберегающие технологии;
- развивать коммуникативные навыки, повышающие мотивацию участников проекта к ведению здорового образа жизни, общественной и социальной активности через коллективные, лично и общественно- значимые мероприятия;
- формировать не формальное отношение к производственным процессам и событиям школьной жизни и общественной жизни;
- освещать участие в тематических мероприятиях в группе "Первичная ПО МОУ СШ №18 (Волгоград) в социальной сети Вконтакте.

Сроки реализации (не ранее 2015 года)- Подготовительный – февраль 2025 года. Основной – март-апрель 2025 года. Завершающий - май 2025 года.

Содержание проекта. Особенности проекта: мы решили совместить два важных направления: здоровьесберегающее и общественно-патриотическое. Для того, чтобы заинтересовать всех членов коллектива, и привлечь общественное внимание к проекту, были выбраны активные современные технологии и методы.

Проект «45 полезных шагов к здоровью и Победе» в части мероприятий пересекается с другими проектами и акциями:

- «Отдых с профсоюзом»,
- профсоюзная Спартакиада работников образования Тракторозаводского района Волгограда,
- оздоровительное плавание в бассейне «Дельфин» организованное территориальной профсоюзной организацией,
- региональный конкурс-смотр "Лучший уполномоченный по охране труда",

- районный профсоюзный месячник по охране труда;
- открытые межмуниципальные соревнования "Человек идущий" команда "Супер команда_18!_П&О" и другие.

География, категории и количество участников.

Основные мероприятия проекта реализуются на базе муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя школа № 18 Тракторозаводского района Волгограда» Для реализации отдельных мероприятий в каждом направлении задействованы организации, расположенные на территории города Волгограда и Волгоградской области. Для реализации мероприятий в разделе "Отдых с профсоюзом" задействованы и другие регионы РФ. Категория участников:

- администрация школы: директор - 1 человек. - педагогические работники – 35 человек. - технический персонал – 8 человек.

В реализации программы задействованы 100% членов первичной профсоюзной организации МОУ СШ № 18 (32 человека), что составляет 73% от общего числа сотрудников.

Организационное обеспечение проекта.

Кадровое обеспечение: профессиональный союз школы, включающий 32 человек.

Материально-техническое обеспечение: ПК с доступом к сети Интернет; МФУ; мультимедийное оборудование; акустические устройства; спортивные и тренажерный зал; актовый зал; учебные кабинеты; канцелярские принадлежности; музейная комната МОУ СШ №18; стенды «ПРОФСОЮЗ», "ОХРАНА ТРУДА"; футболки, бейсболки, канцелярские и бытовые принадлежности, значки, вымпелы с логотипом школы; инструмент для благоустройства и ремонтно-отделочных работ.

План реализации проекта (наличие соисполнителей, взаимодействие с ними и т.д.):

Февраль 2025 года – подготовительный этап.

Было проведено предварительное обсуждение предложение от профкома, от методических объединений с предложениями по содержанию проекта.

На собрании коллектива выбрали голосованием название проекта. Провели анкетирование и выбрали название 45 дней и содержание мероприятий по каждому дню.

Распределили ответственных за проведение дней, за публикации в сети интернет.

Март-апрель 2025 года – основной этап.

С 26 марта начали реализацию проекта «45 полезных шагов к здоровью и Победе!»

26.03.2025

День первый.

45 дней до Победы!

"Вижу цель! "

Цитата дня: "Действовать без размышлений - это явный проигрыш"

К. К. Рокоссовский, советский военачальник, дважды Герой Советского Союза.

Был дан официальный старт проекту.

27.03.2025

День второй.

44 дня до Победы!

"Воля к Победе - путь к успеху!"

Цитата дня: "Народ, переживший однажды большие испытания, будет и впредь черпать силы в этой Победе."

Г. К. Жуков, советский военачальник, четырежды Герой Советского Союза.

Команда наших педагогов приняла участие в очередном этапе профсоюзной Спартакиады работников образования Тракторозаводского района Волгограда.

Этап "Дартс Метание в цель".

У нас 6 место - это 519 попаданий в цель среди 19 образовательных учреждений района.

28.03.2025

День третий.

43 дня до Победы!

"Комфортное пространство - основа здоровья! "

Цитата дня: "Присутствие командующего в войсках имеет огромное значение. Но все зависит от времени и обстановки".

К. К. Рокоссовский "Солдатский долг"

Во главе с директором школы Еленой Александровной, мы активно облагораживали наше школьное пространство - получилось красиво, полезно, позитивно, здорово и здорово!

29.03.2025

День четвёртый.

42 дня до Победы! "

"Контакт! - Есть контакт! "

Цитата дня:

"Из всех ценных капиталов, имеющихся в мире, самым ценным и самым решающим капиталом являются люди."

Сталин И. В., генералиссимус, Верховный Главнокомандующий Вооружёнными Силами СССР.

В 2024 году наша коллега, Богатова Е. А., была участником Всемирного фестиваля молодёжи 2024, а своё начало фестиваль ведёт с далёкого послевоенного 1947 года.

Участники ВФМ-2024 из разных стран и городов дружат, общаются, и в марте 2025 года встретились и обменялись накопленным и реализованным опытом.

Фестиваль помогает понять, как строить общее будущее – справедливый многополярный мир, основанный на сотрудничестве и поиске баланса интересов.

А школа - это многонациональная, многогранная модель мира!

Правильное общение - здоровое решение!

30.03.2025

День пятый.

41 день до Победы!

"Широка страна моя родная! "

Цитата дня:

"Касаясь трех великих океанов,

Она лежит, раскинув города,

Покрыта сеткою меридианов,

Непобедима, широка, горда."

Симонов К. М., советский поэт, военный корреспондент.

Наши педагоги расширяют кругозор и активно путешествуют в рамках проекта #отдыхспрофсоюзом

Путешествия - это познавательно, позитивно, полезно! Путешествия - это здоровые решения!

31.03.2025

День шестой.

40 дней до Победы!

"От улыбки станет всем светлей! "

Цитата дня:

"И если б горькие ошибки

не жгли

нам руки и умы,

считали б чистые улыбки

всего лишь вежливостью мы".

Агашина М. К., поэтесса, почётный гражданин Волгограда.

Улыбка - это отражение положительных эмоций и, одновременно, их источник.

Улыбка помогает снизить уровень стресса, улучшить настроение и повысить общую удовлетворенность жизнью.

Улыбайтесь!

Хорошее настроение - здоровое решение!

01.04.2025

День седьмой.

39 дней до Победы!

"Эх, дороги! "

Цитата дня:

"Путь к Победе был долгим. Длина дороги и жизни была непредсказуемой... Это два океана: один океан - горя, другой - победной радости. И оба они неразделимы: слезы печали и слезы радости солонны одинаково".

Ошанин Л. И., поэт, 1945г.

Наши педагоги, совместно с МБУ ДО СШ № 17 г. Волгограда , прошли по картам маршрут спортивного ориентирования, и ещё раз подтвердили, что главное - это умение выбирать правильный путь и идти к цели в команде единомышленников!

Правильное движение - здоровое решение!

02.04.2025

День восьмой.

38 дней до Победы!

"Побеждает команда! "

Цитата дня:

"Настал черед, пришла пора, —

Идем, друзья, идем!

За все, чем жили мы вчера,

За все что завтра ждем!"

Исаковский М. В., советский поэт, 1942г.

Уже не первый сезон команда педагогов "Супер команда_18!_П&О" уверенно шагает: вперёд, к здоровью, к цели, к успеху, к победе!

Командное единение - здоровое решение!

03.04.2025

День девятый.

37 дней до Победы!

"Вода - основа жизни"

Цитата дня:

"И жить мне молодо и звонко,

и вечно мне шуметь и цвести,

покуда есть на свете Волга,

покуда ты, Россия, есть."

Евтушенко Е. А., советский поэт.

Наши коллеги с огромным удовольствием посещают занятия оздоровительного плавания в бассейне "Дельфин", которое организовано Профсоюз образования Тракторозаводского района

04.04.2025

День десятый.

36 дней до Победы!

"С книгой по жизни! "

Цитата дня:

"Война — это ведь не просто кто кого перестреляет. Война — это кто кого передумает».

Васильев Б. Л., советский писатель, "А зори здесь тихие..."

Школьная библиотека - сокровищница знаний, мудрости, опыта многих поколений. Особая атмосфера, волшебное чувство, которое появляется, когда ты открываешь книгу и начинаешь читать - это важно и взрослым, и детям!

05.04.2025

День одиннадцатый.

35 дней до Победы!

"Терпение и труд - всё перетрут! "

Цитата дня:

"Самое замечательное в соревновании состоит в том, что оно производит коренной переворот во взглядах людей на труд, ибо оно превращает труд в дело чести, в дело славы, в дело доблести и героизма."

Сталин И. В., генералиссимус Советского Союза

Это увлекательное и полезное дело - облагораживание пришкольной территории: приятное общение, замечательное настроение и отличный результат!

06.04.2025

День двенадцатый.

34 дня до Победы!

"Поэт в России больше чем поэт"

Цитата дня:

"Не все они дожили до победы,

Но до бессмертья – каждый и любой.

Пусть ни дела, ни время и не беды

Не заслонят их славы боевой."

Коваленко Ю. И. , поэт, участник ВОВ

Юрий Иванович Коваленко - первый директор нашей родной школы 18, участник Великой Отечественной войны, Заслуженный учитель Российской Федерации, поэт.

В школе регулярно проходят литературные вечера, на которых звучат стихи военных лет и современные, о тех, знаковых для нашей Родины, событиях. Мы свято чтим память Героев, бережно храним лучшие традиции!

07.04.2025

День тринадцатый.

33 дня до Победы!

"На зарядку становись! "

Цитата дня:

"Физическая подготовка - это основа любого достижения".

Гагарин Ю. А., советский летчик-космонавт, герой Советского Союза.

Зарядка - это всегда полезно, а когда она проходит на свежем воздухе, в отличной компании, то это усиливается многократно!

08.04.2025

День четырнадцатый.

32 дня до Победы!

"Выбираем жизнь без опасности! "

Цитата дня:

"Прежде чем вступать в войну ради чего бы то ни было, вам следует остановиться и подумать о невинных детях, которые будут искалечены, убиты или осиротеют."

Корчак Я., польский педагог, писатель, общественный деятель

Охрана жизни, труда и здоровья - это три кита безопасности, на которых строится школьная жизнь и работа!

09.04.2025

День пятнадцатый.

31 день до Победы!

"Нам песня строить и жить помогает! "

Цитата дня:

"Кто сказал, что надо бросить песню на войне?

После боя сердце просит музыки вдвойне".

Лебедев-Кумач В. И., советский поэт, участник ВОВ

Песни звучат в нашей школе не только на уроках. Песни военных лет звучат на переменах в дни памятных дат, эти жизнеутверждающие песни с удовольствием поют и взрослые, и дети. Потому что настоящая, хорошая, правильная песня и исцеляет, и бодрит, и объединяет!

10.04.2025

День шестнадцатый.

30 дней до Победы!

"Рисую счастье! "

Цитата дня:

"Передо мною, как перед художником, Война, и я ее бью, сколько у меня есть сил; ... бью с размаху и без пощады"

Верещагин В.В., русский художник-баталист

А мы рисуем ради мира! Рисуем природу, рисуем красоту, красим забор, в общем - мы рисуем счастье!

11.04.2025

День семнадцатый.

29 дней до Победы!

"Через тернии к звёздам"

«У нас как? — Сегодня в голове, завтра в чертежах, послезавтра в металле, а потом и в полете».

Королева С. П., советский конструктор ракетно-космических систем

И мы абсолютно согласны с цитатой Сергея Павловича, и наша сотрудница, Шишкевич Екатерина Васильевна, будет представлять Тракторозаводской район на региональном конкурсе-смотре "Лучший уполномоченный по охране труда". Желаем удачи и победы!

12.04.2025

День восемнадцатый.

28 дней до Победы!

"Поехали! "

Цитаты дня:

„Облетев Землю в корабле-спутнике, я увидел, как прекрасна наша планета. Люди, будем хранить и приумножать эту красоту, а не разрушать её",

„Когда-то еще в детстве прочитал слова В. П. Чкалова: «Если быть, то быть первым». Вот я и стараюсь им быть и буду до конца.“

Гагарин Ю. А., советский летчик-космонавт, первый в мире космонавт в космосе.

12 апреля 1961 года на земную орбиту вывели первый в мире космический корабль-спутник с человеком на борту. С тех пор этот день в России отмечают как День космонавтики, а в мире — Международный день полета человека в космос.

В школе всё первое - 1 сентября, первый звонок, первая учительница, первая "пятёрка", первая победа, первая любовь, " Движение первых"!

13.04.2025

День девятнадцатый

27 дней до Победы!

"Стратегия решает! "

Цитата дня: "Право, грешно с такими молодцами не победить! "

Скобелев М. Д., русский генерал

Стратегия - это искусство полководца, а кто, как не учитель, является в мирной жизни БОльшим полководцем? Стратегия - это причинно-следственная цепочка целей, так что, друзья правильные цели, это уже половина успеха, а цели мы ставить умеем!

14.04.2025

День двадцатый.

26 дней до Победы!

"Мир вокруг нас"

Цитата дня:

"А он на бруствере окопа
Ловил кузнечика в ладонь...
Не представляла вся Европа,
Как мог выдерживать огонь...
За то, что нагло, сапогами
Враг землю русскую топтал...
Мстил паренек, а меж боями
Ромашку каской прикрывал..."
Воробьев Л., российский поэт

Такой удивительный и прекрасный мир вокруг, который надо хранить и беречь - именно это должен понимать и чувствовать каждый Человек! И сегодня наш день был посвящён Познанию Мира вокруг нас!

15.04.2025

День двадцать первый.

25 дней до Победы!

"День БезОпасности - шаг к безопасности! "

Цитата дня:

„Счастье человека где-то между свободой и дисциплиной.“

Павлов И. П., советский учёный-физиолог

Сегодня наш день был посвящён безопасности во всевозможных её проявлениях - от соблюдения правил и инструкций до понимания, что ответственность и самодисциплина - это гарантия настоящего и залог будущего качества жизни!

16.04.2025

День двадцать второй.

24 дня до Победы!


"От сердца к сердцу"

Цитата дня:

"Фронтовые письма,
фронтовые письма.
Жив, здоров, целую
Завтра утром в бой.
Фронтовые письма,
Вечно вам храниться.
Кто ушел - бессмертен,
кто пришел - герой. "

Войтенко С., российский поэт

Сегодня в нашей школе был День Родного Края, а что напомним бойцам о доме лучше, чем письма? Добрые слова, пожелания, чистые нити любви и поддержки, от сердца к сердцу, через письма, полетели к нашим доблестным защитникам.

Дорогие Бойцы! Поздравляем вас с наступающим Днём Великой Победы! Будьте здоровы, и возвращайтесь домой живыми! 

Победы всегда была, есть и будет за нами!

17.04.2025

День двадцать третий.

23 дня до Победы!

"Я дарю тебе счастье! "

Цитаты дня:

"Много доброго можно сделать, если у тебя хорошее настроение.“

Никулин Ю. В., советский артист, директор Цирка на Цветном бульваре, участник ВОв;
„Веселое выражение лица постепенно отражается и на внутреннем мире.“

Кант И., философ
Сегодня в нашей школе был День Позитива.
Делились улыбкой, добрыми пожеланиями, хорошим настроением, заряжали и заряжались счастьем!
Всем добра!

18.04.2025
День двадцать четвертый.
22 Дня до Победы!
День Открытий.

19.04.2025
День двадцать пятый.
21 день до Победы!
День Памяти.

20.04.2025
День двадцать шестой.
20 дней до Победы!
Пушистые помощники Победы!

21.04.2025
День двадцать седьмой.
19 дней до Победы!
День сохранения исторической памяти (возложение цветов, уход за мемориальными досками)

22.04.2025
День двадцать восьмой.
18 дней до Победы!
День песни (будем делать песенный флешмоб к 9 мая)

23.04.2025
День двадцать девятый
17 дней до Победы!
День заботы о братьях меньших (передача корма для кошек)

24.04.2025
День тридцатый
16 дней до Победы!
День поддержки (гуманитарная помощь на СВО)

25.04.2025
День тридцать первый
15 дней до Победы!
Герои в касках – квест по охране труда

26.04.2025
День тридцать второй
14 дней до Победы!
«Добрый автобус» - день милосердия

27.04.2025
День тридцать третий
13 дней до Победы!
Ветеран живет рядом

28.04.2025

День тридцать четвертый
12 дней до Победы!
День охраны труда

29.04.2025

День тридцать пятый
11 дней до Победы!
Сталинградская сирень

30.04.2025

10 дней до Победы!
День тридцать шестой
Пушистые помощники Победы

01.05.2025

День тридцать седьмой
9 дней до Победы!
День солидарности трудящихся

02.05.2025

День тридцать восьмой
8 дней до Победы!
Мир! Труд! Май!

03.05.2025

День тридцать девятый
7 дней до Победы!
Окна Победы

04.05.2025

День сороковой
6 дней до Победы!
Акция памяти «Но помнит мир спасенный»

05.05.2025

День сорок первый
5 дней до Победы!
«Наш Бессмертный полк»

06.05.2025

День сорок второй
4 дней до Победы!
Фестиваль фронтовой песни

07.05.2025

День сорок третий
3 дней до Победы!
Встреча с участниками СВО

08.05.2025

День сорок четвертый
2 дней до Победы!
Свеча Памяти

09.05.2025

День сорок пятый
1 день! Победа!!!

Май 2025 года - Завершающий этап проекта

География, категории и количество участников. проект реализуется в первичной профсоюзной организации МОУ СШ №18, для реализации некоторых мероприятий проекта необходимо посещение объектов структуры образования Тракторозаводского района, исторических, культурных и общественно-значимых объектов.

Организационное обеспечение проекта (приобретение формы, материалов, оборудования, инвентаря, создание рекламной продукции и т.д.). оборудование, которое есть в организации.

План реализации проекта (наличие соисполнителей, взаимодействие с ними и т.д.): Значительная часть мероприятий проводится при поддержке Профсоюзной организации работников образования Тракторозаводского района Волгограда. Первичная профсоюзная организация МОУ СШ № 18 выступает как организатор.

Источники финансирования проекта: Средства первичной профсоюзной организации МОУ СШ № 18.

Основные результаты: Основные результаты: Команда МОУ СШ № 18 принимала участие в ежегодной Спартакиаде-2025 среди работников общеобразовательных учреждений Тракторозаводского района Волгограда, в акции "Человек идущий" принимают участие 27 человек, 100 % участие коллектива в мероприятиях, проводимых в рамках проекта «45 полезных шагов к здоровью и Победе!». Семь человек посещают бассейн, еще 14 посетили бассейн в рамках проекта. В тренажерном зале школы регулярно занимаются 7 человек, в течение проекта 30 человек посетят вводные занятия в тренажерном зале и вводные занятия по йоге.

Члены профсоюза посетят майские мероприятия, посвященные празднованию 1 Мая. Члены коллектива примут участие в праздничных мероприятиях, посвященных празднованию 80-летия Великой Победы в Вов.

100% работников принимают участие в общественно-полезных мероприятиях, таких как благоустройство школы и пришкольной территории, территории Тракторозаводского района. Члены коллектива 100% принимают участие в патриотических и общественно-значимых мероприятиях, таких как письма бойцам СВО, гуманитарная помощь в Курск, в волонтерские зоозащитные организации, гуманитарная помощь детям с онкологическими заболеваниями, поздравление ветеранов Вов и труда.

Перспективы развития проекта, долгосрочный эффект: Ожидаемые результаты:

- сплочение коллектива через работу в команде;
- пропаганда полезных действий для формирования полезных привычек;
- повышение стрессоустойчивости коллектива;
- улучшение самочувствия работников;
- поддержка сотрудников, чьи близкие участвуют в СВО;
- формирование достойного высоконравственного облика сотрудника школы;
- формирование положительного общественного мнения о МОУ СШ №18 и ее сотрудниках.

Ссылки на публикации (интернет-ресурс (сайт) или группу в социальной сети), где можно ознакомиться с публикациями и ходом реализации проекта.
Каждая ссылка соответствует одному из реализованных дней проекта ;45 полезных шагов к здоровью и Победе!»

https://vk.com/wall-209600835_474
https://vk.com/wall-209600835_475
https://vk.com/wall-209600835_476
https://vk.com/wall-209600835_477
https://vk.com/wall-209600835_478
https://vk.com/wall-209600835_479
https://vk.com/wall-209600835_480
https://vk.com/wall-209600835_481
https://vk.com/wall-209600835_482
https://vk.com/wall-209600835_483
https://vk.com/wall-209600835_484
https://vk.com/wall-209600835_485
https://vk.com/wall-209600835_486
https://vk.com/wall-209600835_487
https://vk.com/wall-209600835_488
https://vk.com/wall-209600835_489
https://vk.com/wall-209600835_490
https://vk.com/wall-209600835_491
https://vk.com/wall-209600835_492
https://vk.com/wall-209600835_493
https://vk.com/wall-209600835_494
https://vk.com/wall-209600835_495
https://vk.com/wall-209600835_496
https://vk.com/wall-209600835_497
https://vk.com/wall-209600835_498
https://vk.com/wall-209600835_499
https://vk.com/wall-209600835_500
https://vk.com/wall-209600835_501
https://vk.com/wall-194231739_3697
https://vk.com/wall-194231739_3648
https://vk.com/wall-194231739_3606
https://vk.com/wall-194231739_3601
https://vk.com/wall-194231739_3593