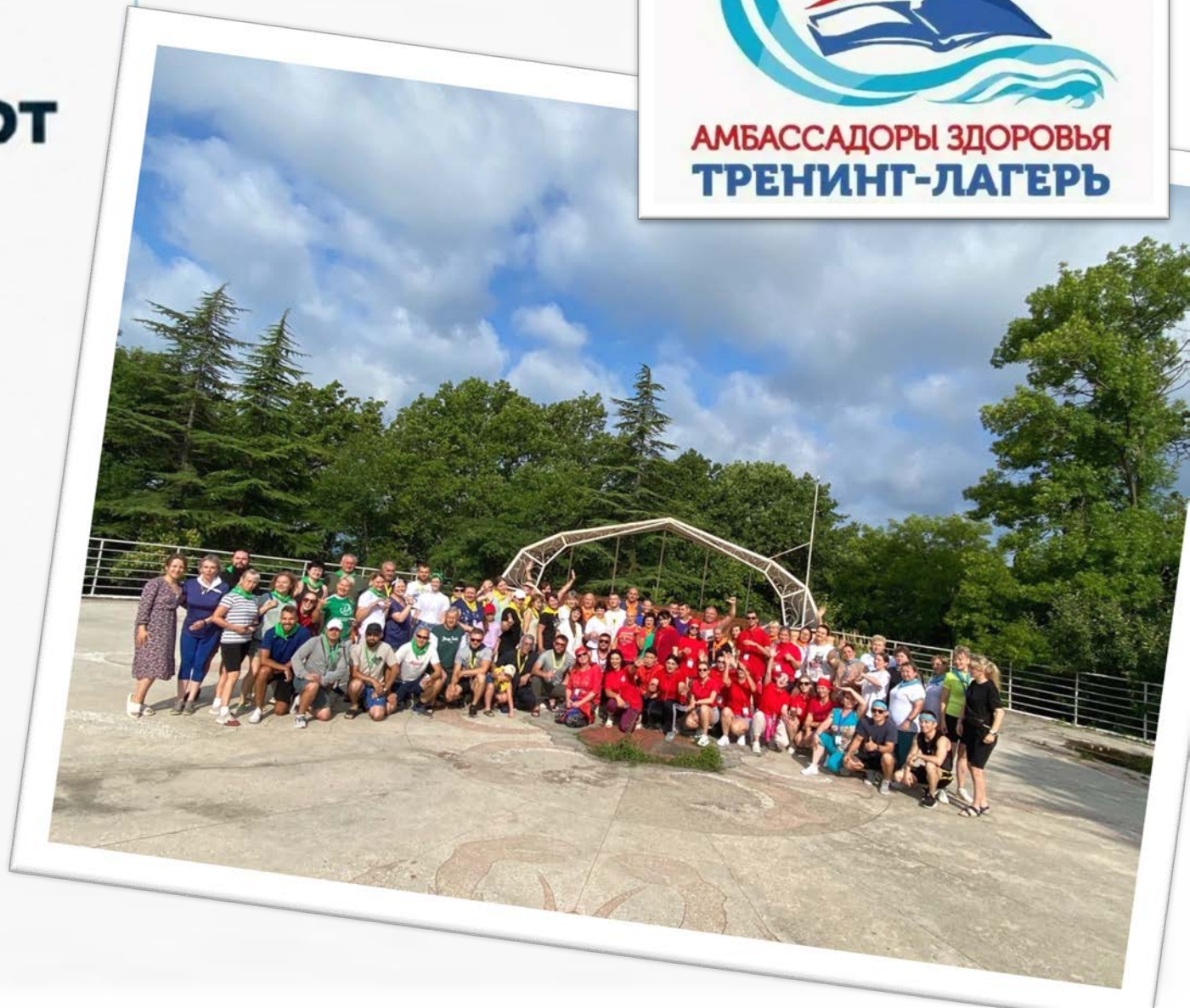
«Амбассадоры здоровья»: тренинг-лагерь как старт новых проектов

Горохова Галина Николаевна

Председатель Бутурлинской территориальной организации Профсоюза



Общероссийский Профсоюз образования

Тренинг-лагерь «Амбассадоры-здоровья»

Июль 2023 года • Санаторий «Маяк»

- Старт масштабных изменений в Бутурлинской организации
- Переосмысление профсоюзной работы по ЗОЖ
- Отдельное событие как катализатор долгосрочного проекта
- Главный итог: переход от формальных мероприятий к **системной методике**





Три главных фактора влияния лагеря



Почему это сработало

01. Состав экспертов-практиков

Александр Самокатов («Юность России») и Олег Меркулов о ценности здоровья через спорт.

Екатерина Мартусова и Валентина Пушкина о системной борьбе с выгоранием.

02. Сила «попутчиков»

Педагоги со всей страны объединены в межрегиональные команды для непрерывного обмена опытом.

03. Установка на старт

Главный посыл лагеря: результат — это не удовлетворенность событием, а готовность действовать.

Три ключевых ресурса для лидера

Что дала перезагрузка

01

Энергия

Понимание, что ЗОЖ — это модно, востребовано и объединяет сотни единомышленников.

02

Инструменты

Конкретные методики работы с сообществами, вовлечения членов союза и коммуникации.

03

Видение

Идея создания районной программы «Профсоюзный вектор здоровья».



Контекст: Бутурлинский район

Исходные условия и масштаб организации

14 первичных профсоюзных организаций (ППО)

389 членов Профсоюза

83% уровня профсоюзного членства среди педагогов

Сельская территория без фитнес-клубов, бассейнов и спортивных центров



Выявление проблем: Анализ барьеров

Результаты анонимного опроса 120 педагогов

Проблемы со спиной:
более **50%** **50%**

Постоянная усталость:
2 из 3 педагогов **66%**

Хронические заболевания
у молодых специалистов: **25%**

Парадокс отношения к ЗОЖ:
91% считают ЗОЖ важным.
78% хотят тренироваться.





Инвентаризация местных ресурсов

Что уже есть в школах района для реализации проекта

Инфраструктура

- 5 спортивных залов
- Лыжная база в каждой школе
- Туристическое снаряжение (в двух школах)
- Комплект для лазертага

Кадровый потенциал

- 8 учителей физкультуры
- 3 педагога-психолога
- Тренеры спортивной школы





Программа «Профсоюзный вектор здоровья»



01

Четыре специализированных модуля активности

02

Взаимодействие с Управлением образования

Профсоюзный вектор здоровья

Системная программа укрепления здоровья и благополучия участников образовательного процесса.

03

Использование существующей школьной базы

04

Цель: создание среды, в которой здоровье становится нормой жизни

Двигательная активность и туризм

Модули программы • Часть 1

Модуль 1:
«Спортивный Олимп»

- Массовость и преодоление гиподинамии
- Лыжные гонки
- Выполнение нормативов ГТО
- Районные и окружные Спартакиады

Модуль 2:
«Территория активности»

- Сплочение через неформальный спорт
- Лазертаг-турниры
- Туристические походы и выезды на природу
- Любительская рыбалка







Модуль 3: «PRO Отдых»

- Борьба с профессиональным выгоранием
- Комнаты психологической разгрузки
- Тренинги психологической устойчивости
- Психологическая профилактика

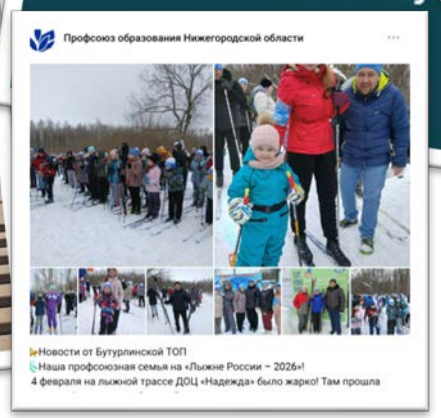


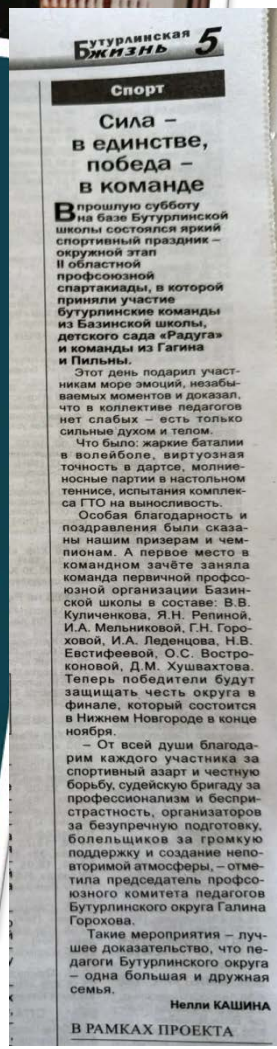




Модуль 4: «Медиа вектор»

- Публичность и популяризация ЗОЖ
- Посты, репортажи о спортивных успехах коллег
- Формирование имиджа активного педагога
- Публичное признание как мотиватор





Бутурлинская жизнь 5

Спорт

Сила – в единстве, победа – в команде

В прошлую субботу на базе Бутурлинской школы состоялся яркий спортивный праздник – окружной этап II областной профсоюзной спартакиады, в которой приняли участие бутурлинские команды из Базинской школы, детского сада «Радуга» и команды из Гагина и Пильны.

Этот день подарил участникам море эмоций, незабываемых моментов и доказал, что в коллективе педагогов нет слабых – есть только сильные духом и телом.

Что было: жаркие баталии в волейболе, виртуозная точность в дартсе, молниеносные партии в настольном теннисе, испытания комплекса ГТО на выносливость.

Особая благодарность и поздравления были сказаны нашим призерам и чемпионам. А первое место в командном зачёте заняла команда первичной профсоюзной организации Базинской школы в составе: В.В. Куличенкова, Я.Н. Репиной, И.А. Мельниковой, Г.Н. Гороховой, И.А. Леденцова, Н.В. Евстифеевой, О.С. Востроконовой, Д.М. Хушвахтова. Теперь победители будут защищать честь округа в финале, который состоится в Нижнем Новгороде в конце ноября.

– От всей души благодарим каждого участника за спортивный азарт и честную борьбу, судейскую бригаду за профессионализм и беспристрастность, организаторов за безупречную подготовку, болельщиков за громкую поддержку и создание неповторимой атмосферы, – отметила председатель профсоюзного комитета педагогов Бутурлинского округа Галина Горохова.

Такие мероприятия – лучшее доказательство, что педагоги Бутурлинского округа – одна большая и дружная семья.

Нелли КАШИНА

В РАМКАХ ПРОЕКТА

Этапы реализации программы

График развития инициативы



2025: Оргализационный этап

Утверждение планов, обучение председателей ППО, запуск первых пилотных мероприятий.

01

2026–2027: Массовый этап

Спартакиады, лыжня, ГТО, ежегодный конкурс «Территория благополучия» среди ППО.

02

2028: Аналитический этап

Подведение итогов, замеры показателей здоровья коллективов, планирование нового цикла.

03

Первые победы и результаты

Успехи Бутурлинской организации в 2025–2026 гг.

Победа на окружном этапе Спартакиады

Участие в областном финале среди пяти районов.

Областные акции Нижегородской организации

Активное участие в «Эстафета Победы» и «Мы вместе — мы за ЗОЖ!».

Рост вовлеченности ППО

Переход от 1–2 активных первичек в прошлые годы к 6 ППО в 2026 году.









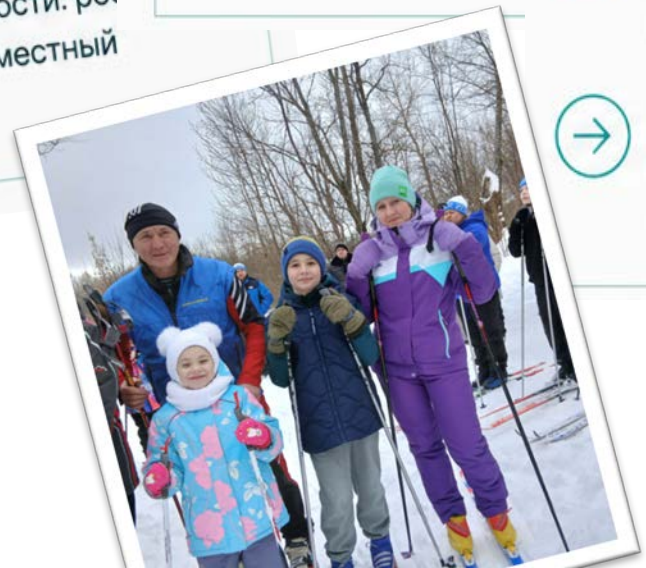
Развитие: Семейные форматы и борьба с выгоранием

Новые векторы работы программы

Семейные «Весёлые старты»

- Мостик между личным пространством и профсоюзн коллективом.
- Укрепление лояльности: рос доверия через совместный семейный досуг.





Профилактика выгорания

- Системное внедрение психологических разгрузок и антистресс-практик.
- Здоровые привычки как залог профессионального долголетия педагогов.





Опыт на местах: ППО д/с «Радуга»

Пример успешного внедрения вектора

ППО д/с «Радуга» — эталонный пример наполнения общей стратегии локальными делами

- Ежедневные оздоровительные «пятиминутки здоровья»
- Корпоративные тренинги по профилактике выгорания
- Совместные Дни здоровья и выездные экскурсии
- Культурные поездки в театры как психологическая разгрузка











Цепная реакция «Амбассадоров здоровья»

Как один тренинг запускает изменения на всех уровнях

01



01. Обучение лидера

Председатель получает импульс и знания в федеральном лагере.

02



02. Создание программы

Разработка районного проекта «Профсоюзный вектор здоровья».

03



03. Передача на места

Первичные организации (ППО) адаптируют идеи под свои ресурсы.

04



04. Реальный результат

Каждый педагог получает инструмент защиты здоровья.

Не бойтесь начинать с малого

Главный вывод проекта

> Главная ценность лагеря в том, что он не дает готовых ответов. Он дает людей рядом и смелость начать.

Соберите инициативную группу в своей организации

Проведите первое доступное мероприятие

Объединяйте людей вокруг здоровья и укрепляйте профсоюзное содружество





Спасибо за внимание!