



**ПРОФСОЮЗ РАБОТНИКОВ НАРОДНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ  
(ОБЩЕРОССИЙСКИЙ ПРОФСОЮЗ ОБРАЗОВАНИЯ)  
Первичная профсоюзная организация работников ОГБОУ «Касимовская  
школа-интернат»**

Принят на заседании профкома

Протокол №2 от 26.01.2021г.

Председатель ППО: Степанкина Г.А.

Согласовано.

Директор ОГБОУ «Касимовская  
школа-интернат» - М.В.Бикужева

**План мероприятий**

**ППО работников ОГБОУ «Касимовская школа-интернат» на 2021 год,  
посвященных популяризации здорового образа жизни,  
охране и укреплению здоровья, занятиям физкультурой и спортом  
в рамках тематического года «Спорт.Здоровье.Долголетие.»**

## План мероприятий

### Основные задачи проведения тематического Года «Спорт. Здоровье. Долголетие»:

- содействие созданию условий для сохранения здоровья и ведения здорового образа жизни в первичной профсоюзной организации;

- увеличение количества здоровьесберегающих, физкультурнооздоровительных спортивных событий и мероприятий, профилактических акций (в том числе с использованием современных ИКТ- технологий), направленных на популяризацию здорового образа жизни;

- дальнейшее развития Всероссийского движения «Профсоюз – территория здоровья».

№	Мероприятие	Дата проведения	Ответственные	выполнение
1.	Размещение материалов тематического года «Спорт. Здоровье. Долголетие» на официальном сайте школы-интерната и в Профсоюзном уголке	Январь 2021г.	Степанкина Г.А. Большакова Е.М.	
2.	Распространение в первичной профсоюзной организации школы-интерната официальной символики и рекламно-издательской продукции тематического Года «Спорт. Здоровье. Долголетие»	В течение года	Степанкина Г.А. Пенина Н.В.	
3.	Участие в программе «Искусство жить без стресса» в рамках Всероссийского движения «Профсоюз - территория здоровья»	В течение года	Степанкина Г.А. Пенина Н.В.	
4.	Контроль за питанием и питьевым режимом в рабочее время	В течение года	Степанкина Г.А. Зотова Н.К.	

5.	Курс информационных бесед для сотрудников: пятиминутки здоровья «Здоровое питание: сложно или просто?!», «Питание для долголетия», «Стройнее и вкуснее», «Продукты, повышающие холестерин» «Пища здоровая и вредная» «Витаминизируйтесь!» и др.	В течение года	Степанкина Г.А. Юркова В.А. Дюкина К.Г.	
6.	Контроль за соблюдением выполнения требований по организации работы ОУ в период сохранения рисков распространения коронавирусной инфекции	В течение года	Степанкина Г.А. Зотова Н.К.	
7.	Участие во II Всероссийском конкурсе «Здоровые решения»	Январь – апрель 2021 г.	Степанкина Г.А. Зотова Н.К.	
8.	Участие в интернет – акции «Я за здоровый образ жизни»	Январь-май 2021 г.	Степанкина Г.А. Мартынова Л.С.	
9.	Участие в XXXIX открытой Всероссийской массовой лыжной гонке «Лыжня России – 2021» (в зависимости от эпидемиологической ситуации)	Февраль 2021 г.	Виноградов Н.Н. Жидкова М.В.	

10.	Обучение педагогов и сотрудников школы-интерната приемам личной самодиагностики здоровья в физическом плане	Февраль 2021 г.	Юркова В.Н. Муратова Н.И.	
11.	Отдыхаем всем коллективом «8 марта» - огонек	Март 2021 г.	Степанкина Г.А. профком	
12.	Викторина: «Что ты знаешь о своем здоровье?»	Март 2021 г.	Спирина Л.П. Лобановская М.А.	
13.	Семинар-практикум «Своим здоровьем дорожу» - делимся новыми методами оздоровления.	Март 2021 г.	Степанкина Г.А. Юркова В.Н. Ивашова О.А.	
14.	Организация и проведение Дней здоровья (в зависимости от эпидемиологической ситуации)	В период каникул – весна, лето, осень 2021 г.	Виноградов Н.Н. Жидкова М.В.	
15.	Участие во Всероссийской эстафете здоровья	7 Апреля 2021 г.	Виноградов Н.Н. Жидкова М.В.	
16.	Организация летнего отдыха сотрудников и их детей	Май 2021 г.	Степанкина Г.А.	
17.	Поход выходного дня на природу	Июнь 2021 г.	Степанкина Г.А. Виноградов Н.Н. Жидкова М.В.	
18.	Конкурса рецептов блюд для здорового питания (дистанционный)	Июль 2021 г.	Степанкина Г.А. Мартынова Л.С.	
19.	Участие во Всероссийской спартакиаде (туристический слет)	Август 2021 г.	Виноградов Н.Н. Жидкова М.В.	

	работников системы образования			
20.	Контроль по подготовке школы к новому учебному году: охрана труда и организация рабочих мест сотрудников	Сентябрь 2021 г.	Степанкина Г.А. Зотова Н.К.	
21.	Прохождение ежегодного медосмотра	Октябрь 2021 г.	Юркова В.Н.	
22.	<p>Проведение Недели психоэмоционального здоровья:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-управление стрессом;</li> <li>-здоровый сон и управление утомляемостью;</li> <li>-преодоление депрессии;</li> <li>-горе и потеря: как пережить потерю в жизни;</li> <li>-основы профилактики джетлага;</li> <li>-синдром хронической усталости и его профилактика;</li> <li>-простые изменения, большие награды: простое руководство для счастливой жизни;</li> <li>-как победить беспокойство и стресс на работе;</li> <li>-позитивная психология:</li> </ul>	Ноябрь 2021 г.	Степанкина Г.А. Муратова Н.И. Юркова В.Н.	

	использование силы счастья, осознанности и внутренней силы.			
23.	День отказа от курения- акция по распространению буклетов	Ноябрь 2021 г.	Профком	
24.	День борьбы со СПИДом - беседы	Декабрь 2021 г.	Профком	
25.	Отдыхаем всем коллективом – Новогодний огонек	Декабрь 2021 г.	Степанкина Г.А. профком	

Принят на заседании профкома – протокол №2 от 26.01.2021 г.

Председатель профкома:

Степанкина Г.А.