

**Департамент образования администрации г. Липецка**  
**Муниципальное автономное учреждение**  
**дополнительного образования**  
**Центр развития творчества детей и юношества «Советский»**

Программа рассмотрена на заседании  
научно-методического совета МАУ ДО  
ЦРТДиЮ «Советский»  
Протокол №  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 202\_\_ г.

Утверждаю:  
Директор МАУ ДО  
ЦРТДиЮ «Советский»  
\_\_\_\_\_ Л.С. Скопинцева  
Приказ от \_\_\_\_\_ 202\_\_ г. №\_\_

**Всероссийский конкурс экологических проектов**

**«Волонтеры могут все»**

**Номинация:**

**«Мы за здоровый образ жизни»**

Корпоративная программа по оздоровлению и формированию здорового  
образа жизни работников трудового коллектива  
МАУ ДО ЦРТДиЮ «Советский»

**«НАВИГАТОР ЗДОРОВЬЯ»**

Разработчик программы:  
Фарафонов Антон Валерьевич,  
педагог-организатор  
МАУ ДО ЦРТДиЮ «Советский»

Липецкая область,  
г. Липецк, 2021

## Информационная карта программы

<b>Название корпоративной программы</b>	Корпоративная программа по укреплению здоровья сотрудников на рабочем месте «Навигатор здоровья»
<b>Решение о разработке корпоративной программы</b>	2021 г.
<b>Место реализации программы</b>	Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования Центр развития творчества детей и юношества "Советский»
<b>Цель и задачи корпоративной программы</b>	<p><b>Цель:</b> Формирование устойчивой системы ценностных ориентаций и установок активной жизненной позиции работников, чувства личной ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, заинтересованности в поддержке здорового образа жизни, позитивной мотивации к саморазвитию и самосовершенствованию, расширение знаний и навыков по гигиенической культуре.</p> <p><b>Задачи:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Развитие потребности в здоровом образе жизни.</li> <li>2. Реализация мероприятий, направленных на сохранение здоровья трудоспособного населения Липецкой области.</li> <li>3. Улучшение просвещения и информированности работников о предотвращении социально-значимых заболеваний.</li> <li>4. Разработка и проведение профилактических и пропагандистских мероприятий, способствующих отказу от вредных привычек среди работников.</li> <li>5. Стимуляция работников к занятиям физической культурой и спортом.</li> </ol>
<b>Ожидаемые результаты реализации корпоративной программы. Индикаторы результата.</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Изменение показателей развития риска хронических неинфекционных заболеваний в сторону улучшения;</li> <li>2. Снижение числа работников, имеющих вредные привычки;</li> <li>3. Увеличение доли работников, занимающихся физической культурой;</li> </ol>

	4. Снижение числа работников, находящихся в состоянии напряженности, стресса; 5. Повышение уровня культуры здорового питания среди работников; 6. Увеличение доли работников, охваченных профилактическими мероприятиями по ЗОЖ, включая информационно-коммуникационные кампании.
<b>Автор программы</b>	- Фарафонов А.В., педагог-организатор МАУ ДО ЦРТДиЮ «Советский»
<b>Почтовый адрес</b>	398042, г. Липецк, ул.Космонавтов, д.108
<b>Телефон, факс, электронный адрес</b>	Тел. +7(4742)33-54-89, факс (4742)33-61-82, электронный адрес: <a href="mailto:crdtsov@mail.ru">crdtsov@mail.ru</a> , <a href="mailto:crdtsov@yandex.ru">crdtsov@yandex.ru</a>
<b>География участников программы</b>	Сотрудники муниципального автономного учреждения дополнительного образования Центра развития творчества детей и юношества "Советский»
<b>Количество участников</b>	60 сотрудников
<b>Сроки реализации программы</b>	1 год

### **Пояснительная записка**

Согласно данным Всемирной организации здравоохранения хронические неинфекционные заболевания в развитых странах являются причиной 2/3 случаев преждевременной смерти населения в трудоспособном возрасте, причем основная доля приходится на сердечно-сосудистые заболевания, злокачественные новообразования и травмы. Причины ХНИЗ обусловлены следующими факторами: повышенное артериальное давление, потребление табака, чрезмерное потребление алкоголя, повышенное содержание холестерина крови, избыточная масса тела, низкий уровень потребления фруктов и овощей, малоподвижный образ жизни.

Работающие составляют половину мирового населения и вносят основной вклад в экономическое и социальное развитие. Их здоровье определяется не только теми рисками, которые присутствуют на рабочем месте, но и социальными и индивидуальными факторами, а также доступом к медико-социальным услугам.

Преобразования в педагогическом пространстве и обществе, произошедшие в нашей стране в последнее время, обусловили появление ряда проблем в сфере образования. Образовательные учреждения и педагоги, в них работающие, выполняя социальный заказ, должны обеспечивать доступность качественного образования в условиях, гарантирующих психологическую и физическую безопасность учащихся. Поэтому предъявляются высокие

требования к компетентности и профессионализму педагогов в вопросах здоровьесбережения. Здоровье педагога - основа эффективной работы современных образовательных учреждений и их стратегическая проблема. Оно определяется, как способность организма сохранять и активизировать компенсаторные, защитные, регуляторные механизмы, обеспечивающие работоспособность, эффективность педагогической деятельности и развитие личности педагога.

Здоровьесбережение в образовательном пространстве - процесс сохранения и укрепления здоровья, направленный на преобразование интеллектуальной и эмоциональной сфер личности, повышение ценностного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих на основе осознания человеком личной ответственности.

Корпоративные программы укрепления здоровья являются элементом системы охраны здоровья сотрудников и включают расширенный перечень задач по управлению здоровьем работников помимо профилактики профессиональных и профессионально связанных заболеваний и травм, что находится в компетенции мер по охране труда.

Согласно определению, ВОЗ рабочее место - оптимальная организационная форма охраны и поддержания здоровья, профилактики заболеваний.

В современном обществе программы укрепления здоровья на рабочем месте получают всё более широкое распространение. Их реализация выгодна как работникам, так и работодателям, и обществу в целом за счет изменения поведения и образа жизни работников (отказ от курения и алкоголя, правильное питание, физическая активность, борьба со стрессом и т.д.). Такие программы рассматриваются как инвестиции в человеческий капитал. По этой причине правительства развитых стран активно поддерживают предприятия, реализующие программы укрепления здоровья для своих работников и членов их семей.

В связи с вышеизложенным, а также необходимостью улучшения здоровья работающего населения Липецкой области путем продвижения здорового образа жизни и снижения риска развития осложнений за счет раннего выявления и коррекции высокого риска, предлагается к исполнению корпоративная программа по оздоровлению и формированию здорового образа жизни работников трудового коллектива «Навигатор здоровья».

Программа предусматривает работу по нескольким направлениям:

- создание нормативных, организационных, финансовых, кадровых и материально-технических условий;
- создание мотивационных условий, мероприятий по поддержке здорового образа жизни и занятий физкультурой, массовым спортом, мероприятий по отказу от курения, мероприятий по профилактике психоэмоциональных заболеваний, мероприятий по пропаганде правильного питания;

- проведение анкетирования работников и комплексных обследований специалистами центров здоровья региона на выявление факторов риска хронических неинфекционных заболеваний;

- информационная поддержка, проведение информационно-образовательных мероприятий по пропаганде ЗОЖ и профилактике социально значимых заболеваний.

**Цель Программы:** формирование устойчивой системы ценностных ориентаций и установок активной жизненной позиции работников, чувства личной ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, заинтересованности в поддержке здорового образа жизни, позитивной мотивации к саморазвитию и самосовершенствованию, расширение знаний и навыков по гигиенической культуре.

**Задачи программы:**

1. Развитие потребности в здоровом образе жизни.
2. Реализация мероприятий, направленных на сохранение здоровья педагогов Центра развития творчества детей и юношества «Советский».
3. Улучшение просвещения и информированности работников о предотвращении социально-значимых заболеваний.
4. Разработка и проведение профилактических и пропагандистских мероприятий, способствующих отказу от вредных привычек среди работников.
5. Стимуляция работников к занятиям физической культурой и спортом.

**Содержание корпоративной программы:**

Корпоративная программа по оздоровлению и формированию здорового образа жизни работников учреждения состоит из 3 этапов, позволяющих наиболее полно реализовать цель и задачи.

**Подготовительный этап.** Данный модуль представляет собой планирование программы. На данном этапе определяются векторы реализации программы, проводится анализ уровня заболеваемости, динамики формирования отношения к вредным привычкам, разрабатываются нормативные, организационные, информационные, материально-технические, кадровые, мотивационные условия для формирования здорового образа жизни, сохранения и укрепления здоровья работников Центра творчества «Советский». Прорабатываются методы взаимодействия сотрудников Центра с партнерами – медицинскими организациями, профсоюзом, организациями, проводящими аттестацию рабочих мест и проводящими специальную оценку рисков на рабочих местах.

Примерное планирование мероприятий по месяцам осуществляется в зависимости от особенностей физического состояния, психологических особенностей, потребностей и запросов работников учреждения.

**Этап реализации программы.** Реализация корпоративной программы осуществляется в рамках следующих направлений работы учреждения. Каждое из них представлено в соответствующем модуле:

1. подготовительно-организационный модуль;

2. медико-гигиенический модуль;
3. информационно-мотивационный модуль;
4. спортивно-оздоровительный модуль;

**Подготовительно-организационный модуль включает в себя:**

- осмотр кабинетов, их соответствие санитарно-гигиеническим требованиям;
- наличие в кабинетах исправного оборудования для работы;
- проведение специальной оценки условий труда на рабочем месте;
- проведение оценки профессиональных рисков для работников учреждения;

**Медико-гигиенический модуль реализуется через следующие мероприятия:**

- Организация контроля над проведением периодического медицинского осмотра, диспансеризации и иммунизации сотрудников (сбор данных, анализ проведенных предварительных и периодических медицинских осмотров, диспансеризации, иммунизации сотрудников);
  - составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
  - наблюдение за состоянием сотрудников во время карантина по коронавирусной инфекции (соблюдение профилактических мер: использование средств индивидуальной защиты, бесконтактная ежедневная термометрия с фиксацией показателей в журнал, санитарная обработка контактных поверхностей и оборудования, ежедневная уборка с использованием санитарных средств, оснащение всех кабинетов Центра антисептическими средствами с целью обработки рук).
- анализ случаев травматизма в учреждении;
- контроль питьевого режима (мониторинг наличия качественной питьевой воды в учреждении).

**Информационно-мотивационный модуль реализуется следующим образом:**

- проведение инструктажей с сотрудниками Центра по охране труда и технике безопасности, электробезопасности, противопожарным нормам, мерам безопасности в сфере гражданской обороны и чрезвычайных ситуаций, профилактики новой коронавирусной инфекции;
- проведение информационно-образовательного мероприятия по профилактике табакокурения и алкоголизма. Проведение лекции и показ видеofilmа о негативном влиянии табачного дыма и алкогольных напитков на организм человека (в офлайн или онлайн формате);
- размещение на территории учреждения плакатов, буклетов о вреде курения и употребления алкоголя;

- разработка памяток по профилактике коронавирусной инфекции, организация стендов с просветительской информацией о профилактических мерах в период пандемии;

- оформление «уголка здоровья» с информацией о пользе активного образа жизни, информации о правильном сбалансированном питании, «лайфхаками» здорового долголетия.

**Спортивно-оздоровительный модуль подразумевает собой реализацию следующих мероприятий:**

- участие сотрудников в выполнении нормативов Всероссийского физкультурного спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (по желанию);

- участие в «Велоночи», «Лыжне России», «Кроссе Наций» (по желанию);

- участие сотрудников Центра в «Липецком полумарафоне» (по желанию);

- организация Дня здоровья в Центре творчества.

Третий этап корпоративной программы – контрольно-обобщающий. Заключительный этап подразумевает собой сбор и анализ полученных данных состояния заболеваемости сотрудников, уровня профессионального выгорания, психологического климата в коллективе. Также на данном этапе предусмотрено улучшение и коррекция мероприятий корпоративной программы укрепления здоровья педагогов.

**Этапы реализации мероприятий Программы.**

Программа реализуется в 3 этапа.

*Первый этап* - планирование программы (декабрь 2020 г.).

*Второй этап* - реализация мероприятий (январь-ноябрь 2021 г.).

На *третьем этапе* (декабрь 2021 г.) происходит мониторинг и оценка реализации мероприятий корпоративной программы.

### **3. Кадровые условия:**

Профилактические и оздоровительные мероприятия корпоративной программы осуществляют администрация Центра, специалисты медицинских организаций Липецкой области.

### **4. Общие ожидаемые результаты**

- улучшение производительности труда;
- повышение эффективности реализации профессиональных задач;
- изменение показателей развития риска ХНИЗ в сторону улучшения;
- повышение общего иммунитета организма;
- снижение процента работников с низким уровнем физической активности;
- снижение процента курящих работников;
- увеличение процента работников, изменивших привычки питания в сторону оздоровления;

- восстановление работоспособности, предупреждение переутомления;
- повышение личностного и профессионального роста сотрудников;
- устранение эмоционального синдрома выгорания у сотрудников;
- развитие стрессоустойчивости;
- формирование благоприятного психологического климата.

## **5. Оценка эффективности реализации мероприятий Программы**

Для оценки эффективности Программы разработаны критерии эффективности:

- отзывы сотрудников (удовлетворенность/положительная оценка);
- развитие взаимодействия с партнерами;
- динамика участия работников в оздоровительных и корпоративных мероприятиях, направленных на формирование здорового образа жизни, доступность и актуальность информирования сотрудников.

На основании анализа полученных показателей, Программа указывает основные стратегические направления становления здорового образа жизни, обеспечивающие позитивную динамику развития здоровьесберегающей среды учреждения, положительную динамику отказа от вредных привычек.

## **6. Информационное обеспечение, наличие обратной связи**

Актуальная информация по формированию здорового образа жизни систематически размещается:

- на официальном сайте, информационном стенде Центра творчества;
- в социальной сети Инстаграмм;
- в социальной сети Вконтакте на официальной странице Центра творчества «Советский».

## **7. Бюджет:**

Для реализации программы привлекаются бюджетные и внебюджетные учреждения.



## 8. План реализации мероприятий корпоративной программы «Навигатор здоровья»

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки реализации	Ответственные исполнители	Контроль, индикаторы результата
<b>1. Подготовительно-организационный модуль</b>				
1.1.	Подготовка плана мероприятий по реализации корпоративной программы «Навигатор здоровья».	Декабрь 2020 г.	Годунова В.В., заместитель директора Фарафонов А.В., педагог-организатор	Создание рабочей группы по реализации программы «Навигатор здоровья».
1.2.	Проведение организационного комитета с ответственными исполнителями. Обсуждение Программы.	Декабрь 2020 г. - январь 2021 г.	Годунова В.В., заместитель директора Фарафонов А.В., педагог-организатор Методическая служба МАУ ДО ЦРТДиЮ «Советский»	
1.3.	Определение ответственных лиц за проведение мероприятий Программы.	Декабрь 2020 г. - январь 2021 г.	Скопинцева Л.С., директор	
1.4.	Проведение осмотра здания учреждения, учебных кабинетов	Декабрь 2020 г. - январь 2021 г.	Ганьшина Г.И., заместитель директора Фарафонов А.В., педагог-организатор	
1.5.	Проведение первичного анкетирования для выявления факторов развития хронических неинфекционных заболеваний (ХНИЗ).	Январь 2021 г.	Фарафонов А.В., педагог-организатор Медицинские организации	
1.6.	Создание паспорта здоровья трудового коллектива на начальном этапе и по итогам года реализации программы.	Февраль, ноябрь 2021 г.	Фарафонов А.В., педагог-организатор	

1.7.	Проведение анкетирования работников в организации по завершению мероприятий Программы с целью выявления результатов изменения показателей здоровья работников.	Ноябрь 2021 г.	Фарафонов А.В., педагог-организатор	
1.8.	Освещение мероприятий Программы в СМИ.	Январь 2021 г. - декабрь 2021 г.	Фарафонов А.В., педагог-организатор Булохов А.Н., педагог-организатор	
1.9.	Мониторинг и оценка эффективности Программы.	Декабрь 2021 г.	Годунова В.В., заместитель директора Фарафонов А.В., педагог-организатор	
1.10	Улучшение и коррекция мероприятий корпоративной программы укрепления здоровья работников. Продолжение реализации актуализированного плана мероприятий корпоративной программы.	Декабрь 2021 года и последующие годы	Годунова В.В., заместитель директора	
<b>2. медико-гигиенический модуль</b>				
2.1.	Проведение первичного медицинского обследования работников организации с использованием оборудования Центра здоровья для выявления факторов риска развития ХНИЗ. Проведение беседы по принципам здорового образа жизни и улучшению здоровья врачом Центра здоровья по	Январь-февраль 2021 г.	Поликаркина Г.В., заместитель директора Фарафонов А.В., педагог-организатор Медицинские организации	Изменение показателей риска развития хронических неинфекционных заболеваний в сторону улучшения.

	результатам комплексного обследования. Подведение итогов первичного комплексного медицинского обследования по показателям здоровья работников.		
2.2.	Проведение промежуточного медицинского обследования работников организации с использованием оборудования Центра здоровья для выявления факторов риска развития ХНИЗ.	Май-июнь 2021 г.	Поликаркина Г.В., заместитель директора Фарафонов А.В., педагог-организатор Медицинские организации
2.3.	Завершающее медицинское обследование с использованием оборудования Центра здоровья. Подведение итогов, контроль и оценка результатов изменения показателей факторов риска развития ХНИЗ.	Ноябрь 2021 г.	Поликаркина Г.В., заместитель директора Фарафонов А.В., педагог-организатор Медицинские организации
2.4.	Мониторинг показателей улучшения состояния здоровья, сокращения дней нетрудоспособности, снижения уровня заболеваемости.	Октябрь-декабрь 2021 г.	Годунова В.В., заместитель директора Поликаркина Г.В., заместитель директора Фарафонов А.В., педагог-организатор
2.5.	Стимулирование и премирование работников, показавших лучшие результаты в исполнении медицинских рекомендаций.	Декабрь 2021 г.	Скопинцева Л.С., директор
2.6.	Проведение первичного анкетирования для выявления факторов развития	Январь 2021 г.	Фарафонов А.В., педагог-организатор Медицинские организации

	хронических неинфекционных заболеваний (ХНИЗ).			
2.7.	Организация «утреннего фильтра» (ежедневная бесконтактная термометрия с фиксацией показателей в журнал)	Декабрь 2020 г. - январь 2021 г.	Фарафонов А.В., педагог-организатор	
2.8.	Составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований	Август 2021 г.	Годунова В.В., заместитель директора Поликаркина Г.В., заместитель директора Шуляк Ю.Б., заместитель директора	
2.9.	Обработка контактных поверхностей и оборудования, ежедневная уборка с использованием санитарных средств	Декабрь 2020 г. - январь 2021 г.	Ганьшина Г.В., заместитель директора	
2.10	Оснащение всех кабинетов Центра творчества антисептическими средствами с целью обработки рук	Декабрь 2020 г. - январь 2021 г.	Ганьшина Г.В., заместитель директора Фарафонов А.В., педагог-организатор	
<b>3. Информационно-мотивационный модуль</b>				
3.1.	Определение числа работников, имеющих вредные привычки (в рамках первичного анкетирования).	Февраль 2021 г.	Медицинские организации Поликаркина Г.В., заместитель директора Фарафонов А.В., педагог-организатор	Снижение числа работников, имеющих вредные привычки.
3.2.	Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и территории знаками, запрещающими курение.	Январь 2021 г. - бессрочно (для постоянной реализации)	Ганьшина Г.И., заместитель директора	

	Подготовка и наклейка соответствующих знаков-стикеров. Размещение на территории плакатов, буклетов о вреде курения и употребления алкоголя.		Фарафонов А.В., педагог-организатор
3.3.	Проведение стартового информационно-образовательного мероприятия «Здоровый выбор» по профилактике табакокурения и алкоголизма. Проведение лекции и показ видефильма о негативном влиянии табачного дыма и алкогольных напитков на организм человека (в офлайн или онлайн формате).	Февраль 2021 г.	Медицинские организации Фарафонов А.В., педагог-организатор Булохов А.Н., педагог-организатор
3.4	Изучение уровня физической активности работников (в рамках первичного анкетирования).	Февраль 2021 г.	Фарафонов А.В., педагог-организатор Кардашов Р.И., педагог-организатор
3.5	Проведение лекционного занятия по пропаганде двигательной активности с проведением мастер-класса с демонстрацией упражнений для ежедневного использования (в офлайн или онлайн формате).	Март 2021 г.	Медицинские организации Фарафонов А.В., педагог-организатор Булохов А.Н., педагог-организатор
3.6	Организация тематического дня «Здоровое питание - основа процветания»: проведение лекционного занятия по пропаганде правильного питания; проведение викторины по принципам правильного питания с вручением сувениров.	Апрель 2021 г.	Фарафонов А.В., педагог-организатор Кардашов Р.И., педагог-организатор Медицинские организации

3.7	Проведение инструктажей с сотрудниками Центра по охране труда и технике безопасности, электробезопасности, мерам безопасности в сфере гражданской обороны и чрезвычайных ситуаций	Март 2021 г. Август 2021 г.	Ганьшина Г.И., заместитель директора Фарафонов А.В., педагог-организатор
3.8	Оформление «уголка здоровья» с информацией о пользе активного образа жизни, информации о правильном сбалансированном питании, «лайфхаки» здорового долголетия	Декабрь 2020 г. - январь 2021 г.	Фарафонов А.В., педагог-организатор
3.9.	Проведение информационно-мотивационных кампаний для работников организации (профилактические мероприятия по пропаганде ЗОЖ и профилактике ХНИЗ, в т.ч. в рамках Всемирных и Международных дат ВОЗ)	Январь 2021 г.- Ноябрь 2021 г.	Фарафонов А.В., педагог-организатор Булохов А.Н., педагог-организатор Кардашов Р.И., педагог-организатор Иванов М.С., старший методист
3.10.	Организация «Поста здоровья» для самостоятельного контроля показателей здоровья (артериальное давление, масса тела, рост, окружность талии): тонометр, напольные весы, ростомер, сантиметровая лента.	Январь 2021 г. бессрочно (для постоянной реализации)	Фарафонов А.В., педагог-организатор Булохов А.Н., педагог-организатор Кардашов Р.И., педагог-организатор Иванов М.С., старший методист
3.11.	Оформление стенда «Всё о нашем здоровье» с размещением и регулярным обновлением информационных	Январь 2021 г. бессрочно (для	Фарафонов А.В., педагог-организатор

	материалов по вопросам сохранения здоровья трудового коллектива	постоянной реализации)	Булохов А.Н., педагог-организатор Кардашов Р.И., педагог-организатор	
3.12.	Организация библиотечных выставок по темам: - «Дорога в никуда» (к всемирному дню борьбы со СПИДом); - «Здоровье – сила!» (ко Дню здоровья);	Март 2021 г.- Ноябрь 2021 г.	Фарафонов А.В., педагог-организатор Булохов А.Н., педагог-организатор Кардашов Р.И., педагог-организатор	
3.13.	Выпуск листовок о мерах личной профилактики ОРВИ и гриппа.	Октябрь 2021 г.	Фарафонов А.В., педагог-организатор	
3.14.	Публикации в печатных изданиях Центра творчества (сборник «Альманах событий») о спортивных достижениях сотрудников учреждения.	Октябрь 2021 г.	Фарафонов А.В., педагог-организатор Булохов А.Н., педагог-организатор Кардашов Р.И., педагог-организатор Иванов М.С., старший методист	
<b>4. Спортивно-оздоровительный модуль</b>				
4.1.	III Липецкий полумарафон - этап Всероссийского полумарафона <a href="http://Zabeg.rf">Забег.рф</a> . Участие сотрудников в забеге.	Май 2021 г.	Фарафонов А.В., педагог-организатор	Увеличение доли работников, охваченных

			Кардашов Р.И., педагог-организатор Иванов М.С., старший методист	профилактическими мероприятиями по ЗОЖ, включая информационно-коммуникационные кампании.
4.2.	II Международный Липецкий стальной марафон. Участие сотрудников в забеге.	Сентябрь 2021 г.	Фарафонов А.В., педагог-организатор Кардашов Р.И., педагог-организатор Иванов М.С., старший методист	
4.3.	Участие в областном фестивале велосипедного спорта.	Июль 2021 г.	Фарафонов А.В., педагог-организатор Кардашов Р.И., педагог-организатор Иванов М.С., старший методист	
4.4.	Акция «ГТО – узнай свои возможности».	Январь 2021 г. - Декабрь 2021 г.	Фарафонов А.В., педагог-организатор Кардашов Р.И., педагог-организатор Иванов М.С., старший методист	
4.5.	Участие в «Велоночи», «Лыжне России», «Кроссе Наций» (по желанию)	Январь 2021 г. - Декабрь 2021 г.	Фарафонов А.В., педагог-организатор Кардашов Р.И., педагог-организатор	



			Иванов М.С., старший методист	
4.6.	Организация Дня здоровья в Центре творчества	Сентябрь 2021 г.	Фарафонов А.В., педагог-организатор Кардашов Р.И., педагог-организатор Иванов М.С., старший методист	
4.7.	Обеспечение сотрудников чистой питьевой водой.	Январь 2021 г. бессрочно (для постоянной реализации)	Ганьшина Г.И., заместитель директора	
4.8	<p>Мастер-классы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Методические приемы по здоровьесбережению в образовательном процессе»</li> <li>- «Нетрадиционные методы улучшения здоровья»</li> <li>- «Профилактика профессионального выгорания»</li> <li>- «Бодифлекс как система оздоровления организма»</li> </ul>	Март 2021 г.- Декабрь 2021 г.	Фарафонов А.В., педагог-организатор Булохов А.Н., педагог-организатор Кардашов Р.И., педагог-организатор	

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

### Нормативно–правовая база

1. Конституция Российской Федерации;
2. Паспорт федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» Утверждён 24 декабря 2018 года на заседание президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам;
3. Паспорт федерального проекта «Спорт - норма жизни» Утверждён 24 декабря 2018 года на заседание президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам;
4. Устав МАУ ДО Центр развития творчества детей и юношества «Советский».

### Источники литературы

1. Безруких М.М., Сонькин В. Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применение. – М.: ИВФ РАО, 2012
2. Е.В. Езушина «Азбука правильного питания». Конспекты занятий, дидактические игры, викторины, сказки, исторические справки. Издательство «Учитель». Волгоград 2012
3. «Здоровьесберегающие технологии в начальной школе». Методическое пособие. Серия «Воспитательная работа». Издательство «Глобус». Москва. 2010 г.
4. Митина Л.М. Профессиональная деятельность и здоровье педагога: Учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. Заведений;
5. Смирнов, Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы/ Н. К. Смирнов. – М.: Аркти, 2009. – 272 с;
6. Татарникова Л.Г., Н.Г.Коновалова, С.И Сметанкина «Введение в педагогику здоровья»: Научно-методическое пособие. – СПб; СПбАППО, 2009. –252 с;
7. Тихомирова, Л. Ф. Теоретико-методические основы здоровьесберегающей педагогики: монография / Л. Ф. Тихомирова. – Ярославль, Изд-во ЯГПУ, 2009. – 240 с.