



Придумано на Вологодчине

**сборник технологий, направленных на
улучшение качества жизни населения
Вологодской области**

Вологда
2023

Вологодский областной центр общественного здоровья
и медицинской профилактики

Придумано на Вологодчине

сборник технологий, направленных на
улучшение качества жизни населения
Вологодской области

Вологда
ВОЦОЗМП
2023

УДК 612.68
ББК 51.204.0
П75

Составители:

Р. А. Касимов, Е. А. Барачевская, Л. И. Гурьева,
И. Ю. Чижук, Н. Б. Бондяева, А. А. Михалина

Под общей редакцией Р. А. Касимова

В сборнике использованы фотографии, представленные организаторами технологий и участниками областного конкурса "Придумано на Вологодчине" 2022 года

П75 Придумано на Вологодчине : сборник технологий, направленных на улучшение качества жизни населения Вологодской области / Вологодский областной центр общественного здоровья и медицинской профилактики; составители: Р. А. Касимов, Е. А. Барачевская, Л. И. Гурьева [и др.]; под общей редакцией Р. А. Касимова. — Вологда: ВОЦОЗМП, 2023. — 43 с.: ил. — Текст: электронный.

Сборник содержит технологии, направленные на улучшение качества и условий жизни населения Вологодской области.

Издание адресовано представителям органов местного самоуправления в Российской Федерации и представителям некоммерческих организаций.

УДК 612.68
ББК 51.204.0

© БУЗ ВО "Вологодский областной центр
общественного здоровья и медицинской
профилактики"

Содержание

Приветственное слово.....	3
Технологии, направленные на улучшение качества жизни населения Вологодской области, разработанные БУЗ ВО "Вологодский областной центр общественного здоровья и медицинской профилактики"	
Развитие системы обучения лиц, принимающих решения, разработке комплексных муниципальных программ укрепления общественного здоровья.....	5
Организация областного конкурса на лучшую корпоративную программу.....	6
Модельная корпоративная программа "Укрепление здоровья на рабочем месте".....	7
Кампания "Профилактика онкозаболеваний".....	8
Массовое профилактическое мероприятие "Городок здоровья".....	9
Проект "Цикл онлайн-обучения родителей «Воспитание здоровой личности в семье»".....	10
Проект "Сохрани жизнь".....	11
Сборник сказок о здоровом образе жизни	12
Материалы муниципальных образований Вологодской области, представленные в рамках областного конкурса "Придумано на Вологодчине"	
"Ты в этом мире не один".....	14
Оздоровительный марафон "Вологодчина за активное долголетие!".....	15
"Технология неисправимого позитива!".....	16
Электронная карта Вологодской области "Территории для подростков".....	17
"Наставник: вместе можем все!".....	18
Корпоративная программа "Укрепление здоровья на рабочем месте".....	19
Фестиваль счастливого и активного долголетия "САД".....	20
Информационная акция "КУРЬЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ".....	21

Комплексная оздоровительно-физкультурно-спортивная технология "Здоровый ребенок".....	22
Открытый молодежный фестиваль "Зелень".....	23
"Здоровое долголетие".....	24
"Технология сохранения и укрепления здоровья".....	25
Организация деятельности детского отдела МБУК "Вожегодская библиотечная система" по здоровому образу жизни.....	26
"Технология обучения здоровому образу жизни".....	27
"За здоровый образ жизни и активное долголетие".....	28
"Спорт - без границ".....	29
"PRO активное долголетие глубинки".....	30
ЗОЖ – фестиваль "СОКОЛФЕСТ".....	31
«Сохраним здоровье вместе».....	32
"Физкульт! УРА!".....	33
"Nordic walking (Скандинавская ходьба)".....	34
Спортивная игра "Русский боулинг".....	35
"Профилактика эмоционального выгорания сотрудников".....	36
"Школьный дворик".....	37
"Говорим здоровью-да!".....	38
"Спорт в каждый двор".....	39
"Лестница ПОБЕД!".....	40
"Кинезиология".....	41
"СпортДляВсех".....	42



Уважаемые коллеги!

Укрепление общественного здоровья вышло на уровень приоритетов государственной политики в области охраны и укрепления здоровья нации. Одной из главных задач политики региона является сохранение и укрепление здоровья населения области, а также создание условий для ведения здорового образа жизни, улучшение качества жизни населения.

Именно с этой целью в Вологодской области проведен областной конкурс «Придумано на Вологодчине», одной из задач которого был поиск технологий, направленных на улучшение качества и условий жизни вологжан. К участию были приглашены все заинтересованные организации муниципальных образований области, и по итогам конкурса был сформирован сборник технологий.

Сборник может представлять интерес для специалистов различных сфер деятельности муниципальных образований области и способствовать распространению опыта разработки, внедрения и реализации лучших технологий/практик по развитию общественного здоровья.

Уверена, что новые методы и подходы к укреплению общественного здоровья, представленные в данном сборнике, найдут широкое практическое применение.

Благодарю всех, кто принял участие в конкурсе и поделился своим опытом.

С уважением,
Лариса Владимировна Каманина, заместитель Губернатора Вологодской области

Технологии, направленные на улучшение качества жизни населения Вологодской области, разработанные БУЗ ВО "Вологодский областной центр общественного здоровья и медицинской профилактики"

Руководитель БУЗ ВО «Вологодский областной центр общественного здоровья и медицинской профилактики» - Риза Ахмедзакиевич Касимов

Контактные данные:

БУЗ ВО «Вологодский областной центр общественного здоровья и медицинской профилактики»

Адрес организации (предприятия):

160000, Вологодская область, г. Вологда, ул. Октябрьская, д. 40

Контактный телефон

(8172) 76-26-75

E-mail:

vocmp-vologda@yandex.ru





Развитие системы обучения лиц, принимающих решения, разработке комплексных муниципальных программ укрепления общественного здоровья

Цель

Оказание организационно-методической помощи лицам, принимающим решения в муниципальных образованиях области, в разработке муниципальных программ укрепления общественного здоровья.

Задачи

1. Провести встречи с целью обучения глав муниципальных образований области и представителей их администраций разработке муниципальных программ укрепления общественного здоровья.
2. Провести «круглые столы» с целью обучения руководителей и представителей организаций различных отраслей и направлений разработке муниципальных программ укрепления общественного здоровья, в т.ч. корпоративных программ.

Концептуальная идея

Технология предполагает разработку этапов подготовки и оказание организационно-методической помощи муниципальным образованиям области в разработке муниципальных программ укрепления общественного здоровья.

- Этап 1 : организация заседания координационного совета по охране здоровья населения под председательством Губернатора области с участием глав/мэров муниципальных образований (в протоколе - поручение руководителю департамента здравоохранения – оказать организационно-методическую поддержку муниципальным образованиям по разработке комплексных муниципальных программ укрепления общественного здоровья с выездом на места);
- Этап 2 : подготовка специалистов регионального центра общественного здоровья и медицинской профилактики (далее Центр) к проведению обучающих семинаров для глав/мэров муниципальных образований и представителей их администрации, а также для руководителей организаций различных секторов. Составляется график выездов, утверждается руководителем департамента здравоохранения и доводится до участников мероприятий;
- Этап 3 : обучение лиц, принимающих решения с выездом (не менее одного раза в неделю) специалистов Центра в муниципальные образования области в соответствии с графиком. Обучение проходит в течении двух дней: первый - семинар для главы/мэра муниципального образования и представителей администрации; второй день – интерактивные занятия для руководителей образовательных, медицинских организаций; организаций физической культуры и спорта, культуры, социальной защиты; общественных организаций;
- Этап 4 : дистанционный мониторинг разработки и реализации муниципальных программ укрепления общественного здоровья и корпоративных программ, методическая поддержка;
- Этап 5 : оценка эффективности.

Результаты:

1. С февраля по июнь 2021 года организовано и проведено 28 встреч с главами муниципальных образований (более 360 чел.); 112 круглых столов по отраслевым сферам (более 1 500 чел.).
2. На конец 2021 года во всех муниципальных образованиях области разработаны комплексные программы укрепления общественного здоровья.
3. На начало 2023 года в 380 организациях области реализуются корпоративные программы укрепления здоровья на рабочем месте .





Организация областного конкурса на лучшую корпоративную программу

Цель

Выявление лучших корпоративных программ и обобщение опыта работы организаций, учреждений и предприятий по сохранению и укреплению здоровья работающего населения, созданию здоровьесберегающей среды на рабочем месте.

Задачи

1. Распространение передового опыта работы, поддержка инициатив, содействующих формированию и продвижению приоритетов ЗОЖ, трансляция инновационного и управленческого опыта, направленного на создание условий для сохранения и укрепления здоровья работающего населения
2. Стимулирование работодателей к организации работы по сохранению и укреплению здоровья сотрудников и созданию здоровьесберегающей среды на рабочем месте.
3. Повышение роли профсоюзных организаций в мотивации работодателей, руководителей организаций, учреждений и предприятий к разработке программ «Укрепление здоровья на рабочем месте».

Концептуальная идея

Конкурс корпоративных программ «Укрепление здоровья на рабочем месте» проводится ежегодно среди организаций, учреждений и предприятий всех организационно-правовых форм, расположенных на территории Вологодской области, реализующих программу «Укрепление здоровья на рабочем месте», при поддержке Вологодской областной Федерации профсоюзов.

Результаты:

1. Победители конкурса определены по номинациям: внебюджетные организации по численности (крупные свыше 1000 человек, средние от 100 до 1000, мелкие до 100 человек); бюджетные организации по отраслям.
2. Создана библиотека лучших практик.
3. Распространен передовой опыт реализации программ на все муниципалитеты области.





Модельная корпоративная программа «Укрепление здоровья на рабочем месте»

Цель

Внедрение и развитие корпоративной программы «Укрепление здоровья на рабочем месте» в организациях, учреждениях, предприятиях Вологодской области.

Концептуальная идея

На сегодняшний день важным направлением развития охраны здоровья работающих граждан является внедрение корпоративных программ «Укрепление здоровья на рабочем месте», которые направлены на профилактику основных факторов риска развития неинфекционных заболеваний. В Вологодской области на основе методических рекомендаций Министерства здравоохранения Российской Федерации и с учетом опыта реализации корпоративных программ в учреждениях, организациях и предприятиях разработан шаблон модельной корпоративной программы «Укрепление здоровья на рабочем месте», который прошел согласование на заседании трехсторонней комиссии по регулированию социально-трудовых отношений, с учетом мнения Вологодской областной Федерации профсоюзов, Союза промышленников и предпринимателей Вологодской области, профессионального союза работников здравоохранения, технической инспекции труда и утвержден заместителем Губернатора Вологодской области.

Результат

Увеличение организаций, реализующих корпоративные программы по укреплению здоровья на рабочем месте, с 63 до 380.





Кампания «Профилактика онкозаболеваний»

Цель

Формирование мотивации населения к ежегодным обследованиям для раннего выявления онкологических заболеваний; повышение ответственности населения за сохранение и укрепление собственного здоровья.

Концептуальная идея

Кампания «Профилактика онкозаболеваний» проводится 1 раз в 2 года с привлечением СМИ, медицинских работников, волонтеров, руководителей предприятий и организаций области.

1 этап – разработка концепции проведения кампании, согласование с главным внештатным специалистом-онкологом департамента здравоохранения.

2 этап – подготовка информационного письма с отчетными формами для главных врачей медицинских организаций области о проведении кампании.

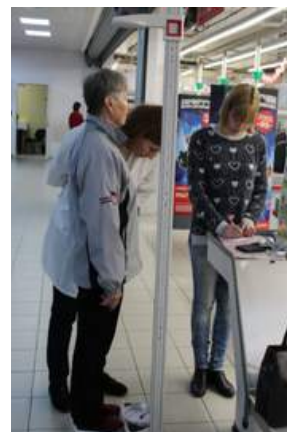
3 этап – проведение мероприятий кампании (проводят специалисты О/КМП, онкологи, онкоответственные, врачи, фельдшера, медсестры первичного звена; координируют специалисты БУЗ ВО «ВОЦОЗМП»):

- акция «Патруль здоровья» - мероприятия по выявлению онкозаболеваний и факторов риска их развития в трудовых коллективах;
- акция «Раннее выявление меланомы» - организация в медицинских учреждениях свободного приема всех желающих пройти осмотр по поводу новообразований кожи;
- акция «Здоровое питание как фактор профилактики онкозаболеваний» - консультирование населения по вопросам здорового питания, нормализации индекса массы тела в трудовых коллективах, организациях социальной сферы, в торговых центрах;
- конкурс среди отделений/кабинетов медицинской профилактики на лучшую организацию работы по профилактике онкозаболеваний.

4 этап – подведение итогов кампании (итоговый круглый стол, статьи, интервью, эфиры в СМИ, награждение победителей).

Результаты:

	Общий охват населения (чел)	Осмотр на выявление ЗНО (чел)	Выявлено подозрений на ЗНО (случаи)	Выявлено ЗНО (случаи)
2017 год	68 725	7 103	80	36
2019 год	200 747	84 740	272	42
2021 год	77 864	23 832	265	19





Массовое профилактическое мероприятие "Городок здоровья"

Цель

Повышение информированности населения муниципальных образований в вопросах профилактики неинфекционных заболеваний, формирования здорового образа жизни и ответственности за сохранение и укрепление собственного здоровья.

Задачи

1. Получение населением квалифицированной информации от специалиста областного уровня по вопросам профилактики ХНИЗ.
2. Проведение обследования населения с целью выявления факторов риска (определение глюкозы и холестерина в крови; измерение артериального давления; антропометрия, спирометрия, экспресс-анализ на наличие ВИЧ-инфекции и т.д.);
3. Консультирование врачом - специалистом, который отсутствует в ЦРБ (онколог, дерматолог, нарколог, врач по спортивной медицине, психиатр и др).

Концептуальная идея

Передвижной палаточный «Городок здоровья» – это массовое профилактическое мероприятие с участием медицинских специалистов областного уровня, на котором осуществляется консультирование по вопросам профилактики неинфекционных заболеваний, формируется мотивация к здоровому образу жизни.

Проведение Городков, как правило, приурочено к праздничным мероприятиям – Дню города или Дню района. Оформляется «Городок здоровья» надувными шарами, баннерными растяжками и плакатами. Палатки укомплектовываются пластмассовой мебелью – столами и стульями, а внутри на стенках размещены тематические плакаты по здоровому образу жизни (профилактика табакокурения, профилактика потребления алкоголя, здоровое питание, физическая активность и др.). К освещению работы «Городка здоровья» привлекаются районные средства массовой информации, размещаются объявления о работе «Городка здоровья» на информационных стендах.

Для населения проводятся следующие мероприятия: измерение артериального давления; исследования уровня глюкозы и холестерина в крови; проведение экспресс-анализа на наличие ВИЧ-инфекции; измерение роста, веса тела, индекса массы тела; индивидуальные консультации областных специалистов по профилактике неинфекционных заболеваний и здоровому образу жизни; мастер-классы по скандинавской ходьбе и дыхательной гимнастике; викторины и конкурсы по ЗОЖ для детей.

Результат:

За 2003-2022 годы проведено 94 мероприятия, охват населения составил 115 485 человек.





Проект "Цикл онлайн-обучения родителей "Воспитание здоровой личности в семье"

Цель

Повышение медико-психолого-педагогической грамотности родителей в вопросах здоровья и здорового образа жизни.

Задачи

1. Информирование родителей о факторах риска развития заболеваний у детей;
2. Обучение родителей основам здорового образа жизни детей;
3. Формирование у родителей ответственного отношения к здоровью их детей.

Концептуальная идея

Проект реализуется БУЗ ВО «Вологодский областной центр общественного здоровья и медицинской профилактики» (ВОЦОЗМП) совместно с АОУ ВО ДПО «Вологодский институт развития образования» (ВИРО). Данная форма обучения позволяет охватить большое количество слушателей, и при проведении вебинаров отсутствуют особые экономические затраты, в любое удобное время можно посмотреть запись вебинара. Цикл онлайн обучения родителей – это наиболее эффективное межведомственное взаимодействие специалистов сфер образования, здравоохранения и родителей.

- 1 этап – организация рабочей группы специалистов департаментов здравоохранения и образования.
- 2 этап – разработка и согласование с руководителями ВОЦОЗМП и ВИРО плана-графика вебинаров по различным темам здоровья и ЗОЖ детей.
- 3 этап – согласование со специалистами, участвующими в вебинарах, даты и времени проведения.
- 4 этап – размещение информации о предстоящих занятиях на сайтах школ, детских садов, родительских чатах, в СМИ, в сети интернет.
- 5 этап – техническое сопровождение выступлений специалистов, запись и размещение в группах ВКонтакте ВОЦОЗМП и ВИРО.

Результаты за 2022 г.:

Тема	Количество просмотров
Воспитание здоровой личности ребенка в семье	5 707
Профилактика нарушений осанки у детей	7 010
Питание и здоровье детей. Профилактика избыточной массы тела	3 833
Профилактика нарушений зрения, в том числе близорукости	2 704
Организация питания в образовательных организациях (выступление на городской родительской конференции)	24 738
Роль семьи в профилактике интернет-зависимости у ребенка	23 178
Медиагигиена семьи	17 981
Ресурсы психологического здоровья родителей. Профилактика стресса	635
Здоровые привычки родителей	4352
Итого	90 138





Проект
«Сохрани жизнь»

Проект «Сохрани жизнь»

Цель

Обучение населения области распознаванию первых признаков инсультов и инфарктов, оказанию помощи при этих неотложных состояниях.

Задачи

1. Разработка и издание методических и информационных материалов для проведения обучающих занятий.
2. Вовлечение общественных объединений и организаций области в процесс обучения различных групп населения.
3. Обучение специалистов – медицинских работников, педагогов, волонтеров.
4. Организация обучения населения алгоритму оказания первой помощи при инсультах и инфарктах
5. Проведение мониторинга в ходе реализации мероприятий проекта и оценка эффективности.

Концептуальная идея

Проект направлен на обучение взрослого населения, студентов, обучающихся 6-11 классов распознаванию первых признаков инсультов и инфарктов и оказанию помощи при этих неотложных состояниях. Статистика показывает, что многие больные (или их родственники) поздно вызывают скорую медицинскую помощь, что снижает вероятность спасения. При овладении необходимыми навыками оказания первой помощи можно в большинстве случаев спасти жизнь человека.

1 этап – создание рабочей группы в БУЗ ВО «Вологодском областном центре общественного здоровья и медицинской профилактики», разработка концепции реализации проекта в области.

2 этап – разработка и издание методических и информационных материалов для проведения обучающих занятий в трудовых коллективах, с людьми старше трудоспособного населения и студентами (методические рекомендации и презентация для специалистов по работе с взрослым населением, утвержденные начальником департамента здравоохранения области; листовки и памятки для взрослого населения).

3 этап – обучение специалистов, проводящих занятия с населением (медицинские работники, волонтеры).

4 этап – апробация проекта в двух пилотных поселениях (Вожегодский и Харовский районы) и распространение опыта работы во все муниципальные районы.

5 этап – разработка и издание методических и информационных материалов для проведения обучающих занятий с учащимися 6-11 классов (методические рекомендации и презентация для специалистов по работе с детским населением, согласованные департаментом образования; листовки и памятки для детского населения).

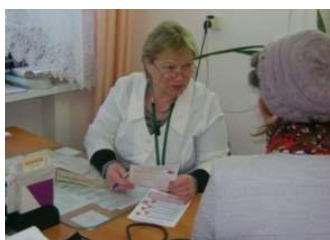
6 этап – обучение специалистов, проводящих занятия с детским населением (педагоги, медицинские работники, волонтеры, специалистов социальной сферы). Организовано и проведено 3 вебинара для 5112 педагогов из 239 образовательных организаций. Обучен 21 отряд волонтеров области.

7 этап – проведение обучающих занятий среди взрослого и детского населения.

8 этап – мониторинг обучения проводится ежеквартально.

Результаты:

	2018 г.	2019 г.	2020 г.	2021 г.	2022 г.
Обучено (чел)	103 810	109 569	32 777	32 957	17 151





Сборник сказок о здоровом образе жизни

Контактные данные:

БУЗ ВО «Вологодский областной центр общественного здоровья и медицинской профилактики»

Адрес организации (предприятия):

160000, Вологодская область,
г. Вологда, ул. Октябрьская, д.40

Контактный телефон

(8172) 72-00-60

E-mail:

vocmp-vologda@yandex.ru

Цель

Создание и издание сборника литературных произведений (книга сказок), написанных жителями Вологодской области, для детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста, в котором показаны преимущества здорового образа жизни.

Задачи

1. Создание инструмента, который поможет в легкой, ненавязчивой форме обсудить с ребенком основные принципы ведения здорового образа жизни: правильное питание, физическая активность, гигиена, режим дня и другие, а личный пример и осознанность взрослых помогут ребенку реализовать эти принципы в своей жизни.
2. Внедрение новых технологий мотивации населения к ведению здорового образа жизни.
3. Привлечение внимания детей в возрасте от 6 до 18 лет, проживающих на территории Вологодской области, к преимуществам ведения здорового образа жизни.

Концептуальная идея

В сборнике отражены общие принципы ведения здорового образа жизни. В форме сказок, рассказов, стихотворений детям доступно излагаются темы здорового питания, гигиены, физической активности, отказа от вредных привычек и другие. Авторы всех работ - жители Вологодской области.

Результат

1. За 2020 и 2021 годы распространено 6.000 экземпляров по детским садам, школам и библиотекам всех муниципальных образований Вологодской области.
2. Сборник доступен в электронном формате, 6 сказок были записаны в аудиоформате профессиональным диктором и транслировались на областном радио. Электронная и аудиоверсия доступны для скачивания на нашем официальном сайте и в официальной группе ВКонтакте.
3. Результаты исследования «Сказки как средство формирования мотивации к здоровому образу жизни у детей младшего школьного возраста», проведенного при методическом сопровождении ФГБУ «НМИЦ ТПМ» МЗ РФ показали положительную динамику (от 2% до 12%) информированности детей о факторах, характеризующих ЗОЖ, позволяющих сохранять и укреплять свое здоровье.



**Материалы муниципальных образований
Вологодской области, представленные в
рамках областного конкурса
"Придумано на Вологодчине"**



«Ты в этом мире не один»

Контактные данные:

Муниципальное бюджетное учреждение культуры
«Централизованная библиотечная система города
Вологды» Городская библиотека N 15

Адрес организации (предприятия):

160012, Вологодская область, г. Вологда,
ул. Советский пр., д. 48

Контактный телефон:

56-07-46, 8(951)738-28-17

E-mail:

cbs_f15_vologda@mail.ru, andem31@yandex.ru

Цель

Формирование у подрастающего поколения культуры здорового образа жизни, укрепление и сохранение физического, психического, социального здоровья молодежи.

Задачи

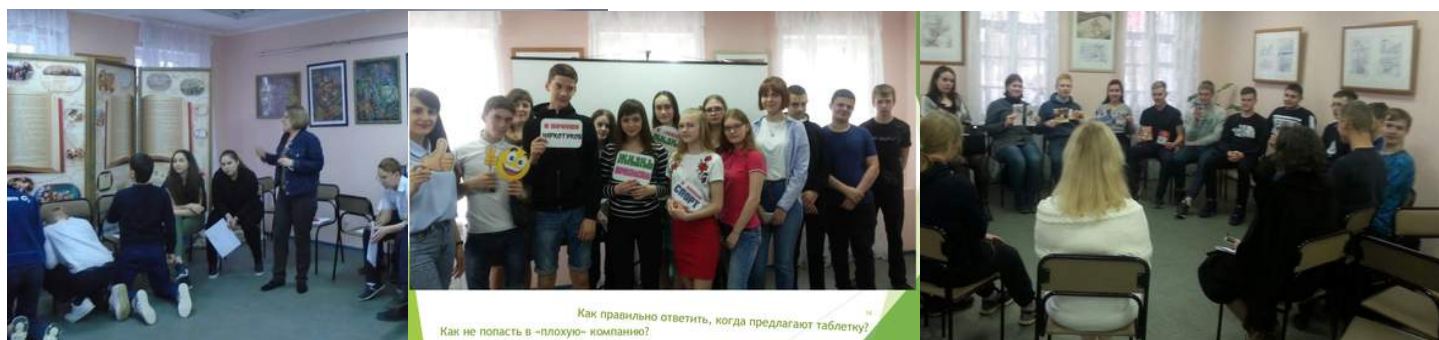
1. Формирование комплексного представления о здоровье, навыков здорового образа жизни.
2. Разработка и реализация комплекса мероприятий по пропаганде ЗОЖ студентов колледжей.
3. Воспитание у подрастающего поколения активной жизненной позиции, ответственного отношения к своему здоровью.
4. Формирование чувства коллективизма и взаимопомощи, дисциплинированности, смелости, настойчивости, упорства, выдержки.
5. Укрепление дружеских связей в команде, коллективе.

Концептуальная идея

Социальный проект, с указанием ключевых этапов, направленный на адаптацию подростков и пропаганду здорового образа жизни среди молодых людей. Это серия мероприятий и встреч в библиотеке с различными специалистами: психологом, наркологом, работником скорой помощи, юристом, сотрудником центра занятости, социальным работником и пр. Задача проекта: оказать конкретную практическую помощь в социализации и оздоровлении молодых людей.

Результаты:

1. Расширение и углубление знаний о здоровом образе жизни.
2. Развитие и реализация лидерских, коммуникативных, организаторских, творческих качеств.
3. Развитие активной позиции в отношении сохранения и укрепления собственного здоровья.
4. Вовлеченность участников в активное обсуждение проблем, связанных с наркоманией и другими асоциальными явлениями, а также пропаганды здорового образа жизни.
5. Расширение кругозора общения со сверстниками, испытание себя в новых условиях.
6. Апробирование различных социальных ролей и получение на данной основе позитивного опыта социальных отношений.
7. Получение опыта в команде, взаимопомощи, дисциплинированности, смелости, настойчивости, упорства, выдержки.



Оздоровительный марафон «Вологодчина за активное долголетие!»



Контактные данные:

Бюджетное учреждение социального обслуживания Вологодской области «Комплексный центр социального обслуживания населения города Вологды и Вологодского района»

Адрес организации (предприятия):

160000, Вологодская область, г. Вологда,
ул.Советский проспект, д. 2Б

Контактный телефон:

8(8172)72-23-47

E-mail: kcon.vologda@kcon.gov35.ru

Цель

Формирование у граждан пожилого возраста привычки заниматься своим здоровьем и спортом в любом возрасте.

Задачи

1. Обучить людей старшего возраста оздоровительным методикам.
2. Помочь им сохранить и укрепить физическое и психическое здоровье.
3. Вернуть людям старшего возраста стимул к жизни, активизировать их жизненный потенциал.
4. Способствовать социализации людей старшего возраста.

Концептуальная идея

Практика «Оздоровительный марафон «Вологодчина за активное долголетие!» - это организация оздоровительных марафонов для граждан старшего поколения на территории города Вологды и сельских поселений Вологодского района.

Она нацелена на то, чтобы помочь пожилым людям вернуть стимул к жизни, активизировать их жизненный потенциал, научить вести правильный, здоровый образ жизни, таким образом улучшить качество их жизни.

Участие в оздоровительном марафоне «Вологодчина за активное долголетие!» дает возможность пожилым людям освоить разнообразные оздоровительные методики, улучшить свое физическое состояние, что не только положительно влияет на общее состояние, но и способствует повышению интеллектуальной активности, улучшает выносливость, дарит хорошее настроение и заряд бодрости.

Полученный опыт распространен в организациях социального обслуживания населения Вологодской области.

Результаты:

1. Более 500 граждан старшего возраста приняли участие в оздоровительном марафоне;
2. 10 сельских поселений Вологодского муниципального района, а также г. Вологда стали основным местом проведения мероприятий;
3. 6 отдельных этапов прошли в рамках оздоровительного марафона;
4. 10 интерактивных площадок, посвященных здоровому образу жизни и активному долголетию, были созданы в рамках деятельности технологии;
5. 97% участников отметили, что все мероприятия и оздоровительные практики были интересными и полезными;
6. 98% участников отметили, что полученные знания были полезными;
7. 97% участников хотели бы вновь принять участие в подобных мероприятиях.





"Технология неисправимого позитива!"

Контактные данные:

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 116 «Здоровячок»

Адрес организации (предприятия):

160014, Вологодская область, г. Вологда, ул. Доронинская, д. 8

Контактный телефон:

8(8172) 27-47 – 45, 8(8172) 27 – 47 - 30

E-mail

dou116@vologda – city.ru

Цель

Создание условий для укрепления и сохранения здоровья работников посредством их совместного участия в специально организованных мероприятиях.

Задачи

1. Создание благоприятной здоровой среды на рабочем месте.
2. Повышение профессионального благополучия и здоровья работников.
3. Повышение у работников мотивации к трудовой деятельности.
4. Сохранение психологического климата в коллективе.
5. Повышение физической активности.
6. Снижение эмоционального выгорания работников.
7. Профилактика стресса, депрессии, тревожных расстройств.
8. Повышение информированности работников в вопросах здорового образа жизни.

Концептуальная идея

Основные мероприятия направлены на формирование у работников мотивации к здоровому образу жизни и осознанной потребности в сохранении и укреплении здоровья; на борьбу с факторами риска развития неинфекционных заболеваний – низкую физическую активность, нерациональное питание, избыточную массу тела/ожирение. В комплекс мероприятий включены также меры психологической поддержки, способствующие улучшению атмосферы в коллективе, снижению психоэмоционального напряжения, предотвращению эмоционального выгорания, снижению риска развития нервно-психических заболеваний.

Результаты

1. Снижение эмоционального выгорания педагогов.
2. Возросшее желание сотрудников принимать участие в мероприятиях ДОО не только в качестве спортсменов, артистов, но и организаторов, авторов, разработчиков сценариев, конспектов.





Электронная карта Вологодской области «Территории для подростков»

Контактные данные:

Уполномоченный по правам ребенка в Вологодской области
Департамент цифрового развития Вологодской области

Адрес организации (предприятия):

160000, Вологодская область, г. Вологда, ул. Пушкинская, 20
160000, Вологодская область, г. Вологда, ул. Герцена, 27

Контактный телефон:

+7 (8172) 23-00-30, доб. 7735 – Жданова Александра Михайловна

+7 (8172) 23-01-09, доб. 5218 – Чекмарев Никита Алексеевич

E-mail: Zhdanovaam@pvo.gov35.ru, chekmarevna@er.gov35.ru

Цель

Создание системы успешного взаимодействия подростков и уже существующей структуры активностей для них на территории Вологодской области, развитие структуры.

Задачи

1. Обеспечение защиты прав и законных интересов детей, их безопасности.
2. Содействие формированию и эффективному функционированию государственной системы обеспечения реализации, соблюдения и защиты прав и законных интересов детей государственными органами области, органами местного самоуправления и должностными лицами.
3. Мониторинг и анализ эффективности функционирования механизмов реализации, соблюдения и защиты прав и законных интересов детей территориальными органами федеральных органов исполнительной власти, органами государственной власти области, органами местного самоуправления, образовательными и медицинскими организациями, организациями, оказывающими социальные и иные услуги детям и семьям, имеющим детей, и должностными лицами.

Концептуальная идея

Электронная карта позволяет просмотреть местоположение объектов проведения активного и полезного досуга для подростков, а также краткую информацию о них. На сегодняшний день сформирована первоначальная база, которая в дальнейшем будет пополняться новыми объектами, будет совершенствоваться интерфейс и визуализация данных. Ресурс разработан на основе свободно распространяемого программного обеспечения (далее – ПО) с открытым исходным кодом. Преимущество – отсутствие зарубежного лицензионного ПО.

Основные этапы реализации:

- Обследование и подготовка перечня объектов проведения активного и полезного досуга для подростков – Уполномоченный по правам ребенка.
- Техническая реализация (обработка данных, создание условных знаков для различных категорий объектов, разработка интерфейса) – Департамент цифрового развития (БУ ВО Электронный регион).
- Ресурс ориентирован на 66.265 человек, то есть всех подростков Вологодской области.

Результат

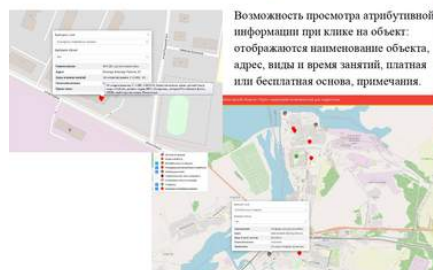
За 2 месяца 2022 года (август-сентябрь) зафиксировано более 20 тыс. просмотров карты.

В основе ГИС – свободно распространяемое ПО с открытым исходным кодом

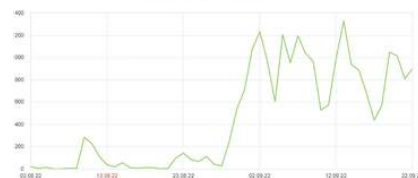


Преимущество – отсутствие зарубежного лицензионного программного обеспечения

Результаты внедрения



Эффекты внедрения



Повышение уровня осведомленности подростков о местах досуга (данные опубликованы на публичном портале пространственных данных).
За период с 3 августа на конец сентября 2022 года зафиксировано более 20 тыс. просмотров электронной карты.

«Наставник: вместе можем все!»



Контактные данные:

Бюджетное учреждение социального обслуживания для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, Вологодской области «Великоустюгский центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей»

Адрес организации (предприятия):

162390, Вологодская область, г. Великий Устюг,
ул. П. Покровского, д. 23

Контактный телефон:

(81738) 2-33-24

E-mail: ddomvu@yandex.ru

Цель

Пропаганда здорового образа жизни, формирование осознанного отношения к своему здоровью и к жизни в целом, снижение уровня вредных привычек среди детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, через личный пример наставника.

Задачи

1. Привлечение наставников, пропагандирующих здоровый образ жизни, к взаимодействию с воспитанниками.
2. Обучение наставников методам и приемам взаимодействия с детьми и подростками.
3. Формирование навыков здорового образа жизни у воспитанников.

Концептуальная идея

В основе технологии — взаимодействие наставников, пропагандирующих здоровый образ жизни, с детьми-сиротами и детьми, оставшимися без попечения родителей, воспитанниками центра помощи детям.

Первый этап взаимодействия - обучение в «Межрайонной школе наставников». Это цикл встреч наставников с педагогами, психологами, где они обучаются способам и техникам общения с детьми и подростками.

Второй этап — реализация нескольких векторов технологии (конкурс для пар "наставник-подопечный"; цикл физкультурно-оздоровительных мероприятий для наставников и их подопечных; активный отдых, совместные туристические походы детей и взрослых друзей; совместные профессиональные спортивные тренировки наставников и воспитанников; организация и проведение мероприятий, где наставники обучают подопечных способам ухода за собой, прививают и развивают гигиенические навыки; занятия детей и взрослых по изучению правил и основ здорового образа жизни).

Результаты:

1. 20 воспитанников центра помощи детям, оставшимся без попечения родителей, имеют наставника.
2. Пары наставник-подопечный активно и системно взаимодействуют.
3. Воспитанники (20 человек) вовлечены в занятия физкультурой и спортом, ведут здоровый образ жизни.



Повышение физической активности

ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ С СОТРУДНИКАМИ БУ СО ВО «КЦСОН КИРИЛЛОВСКОГО РАЙОНА»



Корпоративная программа «Укрепление здоровья на рабочем месте»

Контактные данные:

Бюджетное учреждение социального обслуживания Вологодской области «Комплексный центр социального обслуживания населения Кирилловского района»

Адрес организации (предприятия):

161100, Вологодская область, Кирилловский район, г. Кириллов, ул. Революционная, д. 23

Контактный телефон:

8(81757)3-23-09

E-mail: kcsonkir@kcson.gov35.ru

Цель

1. Укрепление и сохранение здоровья работников, профилактика заболеваний и травматизма.
2. Повышение у работников мотивации к трудовой деятельности, улучшение психологического климата в коллективе и, как следствие, повышение производительности труда.
3. Снижение потерь, связанных с временной нетрудоспособностью.

Задачи

1. Создание благоприятной здоровой среды на рабочем месте.
2. Снижение рисков несчастных случаев, смертности, травматизма на производстве; выявление и коррекция факторов риска развития неинфекционных заболеваний, выявление заболеваний на ранних стадиях и предотвращение их осложнений.
3. Создание информационной системы (повышение информированности работников в вопросах здорового образа жизни).
4. Мониторинг и оценка эффективности программы.

Концептуальная идея

Корпоративная программа «Укрепление здоровья на рабочем месте» — это объединенные усилия работодателей, работников и органов власти по улучшению здоровья и благополучия людей трудоспособного возраста.

Программа укрепления здоровья учитывает отраслевую специфику, условия труда и комплексное влияние факторов производственного процесса на здоровье работающих.

Результаты:

1. Увеличилось число работников, приверженных к здоровому образу жизни:
 - 7,5% –бросили курить;
 - 12,5% –повысили физическую активность;
 - у 5% - уменьшились психоэмоциональные нагрузки в семье;
 - на 47,5% больше сотрудников считают, что в организации достаточно внимания уделяется вопросам укрепления здоровья и профилактике заболеваний;
 - на 10% уменьшилась масса тела сотрудников.
2. Улучшились условия труда работников организации: - организован «Уголок здоровья» (приобретен тонометр, проводится ежедневный мониторинг показателей артериального давления у сотрудников учреждения; для контроля массы тела в свободном доступе имеются весы).
3. Ежедневно проводится утренняя зарядка, выделяется время для посещения ФОКов сотрудниками учреждения.





Бюджетное учреждение культуры
Сокольского муниципального района
Дворец культуры «Солдек»
(БУК СМР ДК «Солдек»)



Фестиваль счастливого и активного долголетия «САД»

Контактные данные:

Бюджетное учреждение культуры
Сокольского муниципального района
Дворец культуры «Солдек»

Адрес организации (предприятия):

162130, Вологодская область, г. Сокол, ул. Мусинского, д. 4

Контактный телефон:

8(81733)3-40-41, 3-40-28

E-mail: dksoldek@gmail.com

Цель

Создание дополнительных условий для улучшения качества и продолжительности жизни граждан пожилого возраста Сокольского муниципального района путем вовлечения их в оздоровительные, социальные и творческие проекты.

Задачи

1. Совершенствование коммуникативных связей жителей Сокольского муниципального района категории 45+.
2. Приобщение и включение пенсионеров в активную социально-общественную деятельность.
3. Создание из числа участвующих в клубах по интересам команды «Серебряных волонтеров» и пропаганда их деятельности.
4. Приобщение к практикам здорового образа жизни, правильного питания и сбережения здоровья путем проведения 1 районного фестиваля «САД: счастливое активное долголетие».

Концептуальная идея

«САД» – это открытая площадка для открытых людей: мастер-классы, лекции, спортивные активности, творчество и живая музыка. Наши спикеры и ведущие – лидеры мнений в возрасте 45+, которые впервые вышли на подиум, написали книгу, открыли свою студию – уже в старшем возрасте. Данный проект не имеет аналогов в Вологодской области.

Результат:

	ед. измерения	Ожидаемый показатель	Фактический результат	Достигнутый результат %
Охват граждан категории 45+ в рамках реализации проекта	чел.	200	500	100%
Количество тематических площадок в рамках фестиваля	шт.	15	15	100%
Количество волонтеров «Серебряного возраста», привлеченных в реализации проекта	чел.	10	25	100%
Количество привлеченных учреждений и организаций различных форм собственности	ед.	10	14	100%
Уровень удовлетворенности участников проекта (на основании анкетирования)	%	85	97	97%



Информационная акция «КУРЬЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ»

Контактные данные:

Бюджетное учреждение социального обслуживания Вологодской области «Комплексный центр социального обслуживания населения Сокольского района»

Адрес организации (предприятия):

162135, Вологодская область, Сокольский район, г. Сокол, ул. Беднякова, д. 33

Контактный телефон: 8(81733)3-38-70

E-mail: kcson Sokol@kcson.gov35.ru



Цель

Привлечение внимания общественности к обеспечению безопасности здоровья и жизни детей и профилактике несчастных случаев среди несовершеннолетних.

Задачи

1. Повышение осведомленности и ответственности родителей в области обеспечения безопасных условий для развития детей, предотвращения возникновения опасных для жизни и здоровья детей ситуаций.
2. Информирование родителей и детей о правилах безопасного поведения в различных жизненных ситуациях.
3. Формирование у несовершеннолетних ответственного отношения к жизни, здоровью и личной безопасности.
4. Вовлечение детей и подростков в добровольческую деятельность.
5. Активизация участия граждан в обеспечении безопасности несовершеннолетних.

Концептуальная идея

Акция организуется учреждениями социального обслуживания в сотрудничестве с волонтерскими отрядами, социально ориентированными НКО, органами и учреждениями системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних и сферы обеспечения безопасности детства.

Акция ежегодная, её продолжительность 3 месяца, активный этап проведения – 1 месяц, в каждом из районов области – 1 день (по графику-эстафете).

При организации Акции в каждом муниципальном районе на подготовительном этапе формируются пакеты информационных материалов, организуются группы волонтеров - «курьеров безопасности», разрабатываются маршруты движения курьеров по улицам, проводятся инструктажи по ПДД и правилам общения с гражданами. На основном этапе проводятся уличные мероприятия: курьеры по маршруту движения встречаются с родителями и детьми и обсуждают с ними вопросы обеспечения безопасности детей, выдают им памятки и буклеты.

Результаты:

1. В организации акции приняли участие: в 2022 г. - 34 учреждения социального обслуживания населения, 188 учреждений сферы обеспечения безопасности детства, 64 волонтерских отряда, 3 НКО/394 специалиста, 504 волонтера. Акция освещена в социальных сетях – 138 постов/115 000 просмотров.
2. Участниками акции в 2022 г. стали - 2819 родителей, 2880 подростков.
3. Данная практика в 2021 г. отмечена Дипломом регионального лидера Всероссийской акции «Добровольцы детям» в номинации «Объединяя усилия».



Комплексная оздоровительно-физкультурно-спортивная технология «Здоровый ребенок»

Контактные данные:

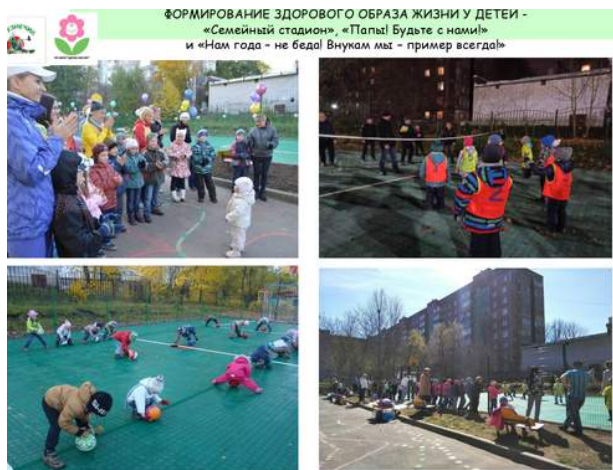
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 109»

Адрес организации (предприятия):

162623, Вологодская область, г. Череповец, ул. Краснодонцев, д. 90

Контактный телефон: 8(8202)284552

E-mail: sad109@cherepovetscity.ru



Цель

Улучшение качества жизни детей дошкольного возраста посредством создания здоровьесберегающей и здоровьесформирующей среды, создания условий для формирования представлений о здоровом и спортивном образе жизни у детей дошкольного возраста, развитие массового детского спорта в образовательных организациях города Череповца.

Задачи

1. Снижение заболеваемости у детей дошкольного возраста.
2. Создание условий для развития детского массового спорта.
3. Создание условий для реализации свободной двигательной активности детей дошкольного возраста.

Концептуальная идея

Комплексная оздоровительно-физкультурно-спортивная технология «Здоровый ребенок» — это способ осуществления разнообразной физкультурно-оздоровительной и физкультурно-спортивной деятельности детей дошкольного возраста, направленной на сохранение и укрепление здоровья детей, создание здоровьесформирующей и здоровьесберегающей среды в детском саду, достижение и поддержание физического благополучия, формирование здорового и спортивного образа жизни у детей, предупреждение заболеваний и общее оздоровление, а также повышение сопротивляемости организма вредным воздействиям внешней среды.

Технология состоит из двух направлений:

1. Оздоровительное направление (создание здоровьесформирующей и здоровьесберегающей среды; вектор представлен программой оздоровления в детском саду «Здоровый ребенок»);
2. Физкультурно-спортивное направление (формирование здорового образа жизни у детей, создание условий для реализации свободной двигательной активности детей, развитие детского массового спорта в образовательных учреждениях).

Результаты:

1. Оздоровительное направление реализуется в МАДОУ «Детский сад № 109» города Череповца, ежегодно МАДОУ посещают более 300 воспитанников.
2. Физкультурно-спортивное направление реализуется в МАДОУ «Детский сад № 109» города Череповца, а также еще в 37 образовательных учреждениях города Череповца (в рамках проектов развития детского массового спорта: футбола и флорбола).



Открытый молодежный фестиваль «Зелень»

«Организация и проведение
открытого молодежного фестиваля «Зелень»



Контактные данные:

Администрация Череповецкого муниципального района
Вологодской области

Адрес организации (предприятия):

162605, Вологодская область, г. Череповец,
ул. Первомайская, д. 58

Контактный телефон:

8(8202) 24-92-31

E-mail: guev@cherra.ru; priemnaya3@cherra.ru

Цель

1. Укрепление коммуникаций между поселениями.
2. Вовлечение жителей района в активную общественную деятельность, корпоративные мероприятия.
3. Популяризация спорта, туризма, активных видов отдыха.
4. Пропаганда здорового образа жизни и бережного отношения к окружающей среде.

Задачи

1. Формирование у молодежи интереса к изучению истории своего края.
2. Формирование и совершенствование навыков командной работы.
3. Выявление и поощрение талантливой молодежи.
4. Формирование здорового образа жизни.

Концептуальная идея

Использование данной технологии предоставляет возможность молодым людям почувствовать себя ответственными за будущее своего района. Реализация технологии предусматривает организованный выезд участников и обустройство палаточного лагеря на территории базы отдыха за пределами города. Подобный формат будет площадкой для обучающих занятий в игровой, интерактивной форме, где участники смогут генерировать идеи, которые помогут улучшить жизнь в районе, предложить проекты по дальнейшему развитию. Палаточный лагерь – это такое решение, где молодые люди и лидеры общественного мнения, находясь вместе, в неформальной обстановке обсуждают вопросы, связанные с развитием района.

Результаты:

1. Участниками фестиваля стали более 200 человек, сформировано 12 команд, проведено 35 мероприятий различной направленности, к реализации мероприятий привлечено 15 волонтеров.
2. В ходе опроса, проведенного путем анкетирования, выявлено:
удовлетворенность проделанной работой выразили не менее 90% участников,
удовлетворенность проведенными мероприятиями в рамках фестиваля - не менее 70% участников.



«Здоровое долголетие»

Здоровое долголетие



Бабушкинский муниципальный район
Вологодская область
2022



Контактные данные:

Администрация Бабушкинского муниципального района Вологодской области

Адрес организации (предприятия):

161350, Вологодская область, Бабушкинский район, с.им. Бабушкина, ул. Бабушкина, д. 54

Контактный телефон:

(81745) 2-13-84

E-mail: org.otd.babush@yandex.ru

Цель

Создание условий для реализации потенциала граждан старшего поколения (женщины - старше 55 лет, мужчины-старше 60 лет), активизация собственных возможностей пожилых людей, сохранение их социальной активности, физического и психического здоровья.

Задачи

1. Приобщить и включить пенсионеров в активную социально-общественную деятельность путем создания клубов по интересам и волонтерского движения.
2. Использовать интеллектуальный, культурный, личностный потенциал и жизненный опыт людей старшего возраста в укреплении связи поколений.
3. Популяризировать здоровый образ жизни как способ активного долголетия.
4. Приобщить к практикам здорового образа жизни, правильного питания и сбережения здоровья путем проведения цикла оздоровительных мероприятий.

Концептуальная идея

Направления работы по программе «Здоровое долголетие»:

1. Физическая активность: все спортивные, спортивно-массовые мероприятия и клубные объединения спортивной направленности. (К физической активности следует относиться как к нормальной и необходимой составной части здорового образа жизни каждого человека и как к неперемennomу условию достижения активного долголетия. Это и закаливающие процедуры, и физические нагрузки, соблюдение режима двигательной активности, отказ от разрушительно действующих на организм вредных привычек).
2. Культурно-познавательная деятельность.
Это лекции по разным направлениям: беседы, библиотекотерапия, просмотр видеофильмов; посещение музея, выставок, концертов; творческие встречи; организация праздников, посвященных определенным датам. Это духовно обогащает, развивает творческие способности, способствует повышению культурного уровня.
3. Организация досуга. Это организация кружков и клубов по интересам.

Результат

Эффект от реализации направлен на людей старшего поколения. Охват в 2022 году - не менее 2 250 человек.

Проведение культурно-массовых и спортивных мероприятий



Участие в областных и межрайонных соревнованиях



Творчество





"Технология сохранения и укрепления здоровья"

Контактные данные:

Бюджетное учреждение социального обслуживания Вологодской области «Комплексный центр социального обслуживания населения Белозерского района»

Адрес организации (предприятия):

161200, Вологодская область, г. Белозерск, ул. Карла Маркса, д. 62

Контактный телефон:

8(817-56) 3-82-01

E-mail:

kcson_bel@bk.ru



Цель

Сохранение и укрепление здоровья работников, профилактика заболеваний.

Задачи

Формирование системы мотивации работников учреждения к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек.

Концептуальная идея

Продвижение ценностей здорового образа жизни путем вовлечения работников учреждения и членов семьи в мероприятия по укреплению здоровья, а также создание условий, способствующих повышению приверженности к здоровому образу жизни.

Позитивное изменение отношения работников к собственному здоровью, преобразование гигиенических знаний в конкретные действия и убеждения.

Результат

Итогом проведения мероприятий по внедрению здоровьесберегающих технологий за 2021 - 2022гг. стала положительная динамика состояния здоровья работников, об этом свидетельствует мониторинг уровня здоровья.





Организация деятельности детского отдела МБУК "Вожегодская библиотечная система" по здоровому образу жизни

Контактные данные:

Муниципальное бюджетное учреждение культуры
«Вожегодская централизованная библиотечная система»

Адрес организации (предприятия):

162160, Вологодская область, п. Вожега, ул. Садовая, д.10

Контактный телефон:

(81744) 2-16-46

E-mail:

vogega.detbiblioteka@yandex.ru

Цель

Пропаганда здорового образа жизни.

Задачи

1. Актуализация представлений учащихся о ЗОЖ.
2. Профилактика возникновения вредных привычек.
3. Развитие навыков коллективного взаимодействия.
4. Вовлечение школьников в занятия спортом, участие в культурно-массовых мероприятиях.
5. Формирование правильной жизненной позиции.

Концептуальная идея

Продвижение ценностей здорового образа жизни путем вовлечения работников учреждения и членов семьи в мероприятия по укреплению здоровья, а также создание условий, способствующих повышению приверженности к здоровому образу жизни.

Позитивное изменение отношения работников к собственному здоровью, преобразование гигиенических знаний в конкретные действия и убеждения.

Реализация проекта дает возможность детям расширить и актуализировать свои знания о здоровом образе жизни. Ежедневно в утренние часы, на свежем воздухе, с участием литературных героев, под музыкальное сопровождение для участников проекта была организована оздоровительная зарядка. Затем, по окончании утренней зарядки, дети с бодрым настроением шли на мероприятия в библиотеку, где каждый день недели имел свою тематику. Для детей был представлен наглядный раздаточный материал в виде плакатов, буклетов, памяток, книжных выставок.

Результаты:

1. К участию в проекте привлечены: 102 человека, из них 27 новых читателей.
2. Проведено 16 массовых мероприятий.
3. Во время реализации проекта по ЗОЖ увеличилась выдача литературы; повысилась читаемость и посещаемость библиотеки.



Мы – за здоровый образ жизни!



"Технология обучения здоровому образу жизни"

Контактные данные:

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида № 78 «Мастерок»

Адрес организации (предприятия):

160025, Вологодская область, г. Вологда, ул. Беляева, д. 16

Контактный телефон:

8(911) 511- 64- 24

E-mail:

dou78@vologda-city.ru

Цель

Формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья.

Задачи

1. Научить детей разумно и бережно относиться к своему здоровью.
2. Повысить физическую активность детей.
3. Привлечь внимание общественности к ведению здорового образа жизни.

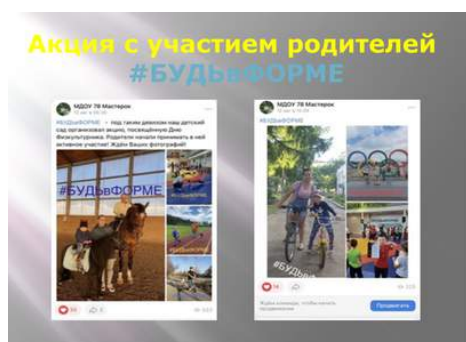
Концептуальная идея

Технология обучения ЗОЖ предполагает взаимодействие всех факторов окружающей образовательной среды и взаимодействие всех участников образовательно-воспитательного процесса (педагоги, родители, дети, социальное партнерство, окружающая среда и инфраструктура города).

В образовательной организации с детьми проводятся ежедневная утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры на свежем воздухе, «Малые олимпийские игры», «Зимние веселые старты». Детский сад ежегодно участвует в городской спортивной патриотической игре «Богатырская зарничка», «Кроссе нации» и других спортивных праздниках и мероприятиях.

Результат

1. Воспитание с раннего детства здоровых привычек и навыков.
2. Повышение компетентности педагогов, родителей по вопросам здоровьесбережения.
3. Популяризация здорового образа жизни с дошкольного возраста



Мастер-класс с тренером дворца спорта Светланой Ивановой и юными баскетболистками





"За здоровый образ жизни и активное долголетие"

Контактные данные:

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Вытегорская детско-юношеская спортивная школа»

Адрес организации (предприятия):

162900, Вологодская область, Вытегорский район, г. Вытегра, ул. Советский проспект, д. 4А

Контактный телефон:

8 (931) 500-99-50

E-mail:

dussch.vitegra@yandex.ru

Цель

Создание условий для укрепления и сохранения психологического и физического здоровья у людей старшего возраста путем вовлечения в занятия скандинавской ходьбой.

Задачи

1. Популяризация скандинавской ходьбы как одного из самых доступных видов двигательной активности.
2. Приобщение граждан старшего возраста к систематическим занятиям физической культурой и спортом, формирование навыков здорового образа жизни с помощью техники скандинавской ходьбы.
3. Социальная адаптация людей старшей возрастной группы.

Концептуальная идея

В августе 2014 года на территории г. Вытегра сформирован Клуб скандинавской ходьбы «Пульс». В состав объединения входят жители Вытегорского муниципального района независимо от возраста и состояния здоровья. Преобладающее большинство – люди старшей возрастной категории (85 %). В ежегодный календарный план работы клуба включены:

- организованные занятия по скандинавской ходьбе в г. Вытегра на территории речного порта (вторник, четверг) и городском стадионе (понедельник, среда) в течение всего года;
- ежегодный районный фестиваль скандинавской ходьбы «За здоровый образ жизни и активное долголетие»;
- занятия и мастер-классы на территории сельских поселений Вытегорского муниципального района, соседних районах области, г. Пудож Республики Карелия;
- участие представителей клуба в международном чемпионате по скандинавской ходьбе «Кавголовская ходьба» на территории Ленинградской области;
- организация мастер-классов для населения на районных праздниках и фестивалях.

Результат

Увеличение числа лиц, постоянно занимающихся скандинавской ходьбой, на территории Вытегорского муниципального района до 200 человек.





"Спорт - без границ"

Контактные данные:

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Вытегорская детско-юношеская спортивная школа»

Адрес организации (предприятия):

162900, Вологодская область, Вытегорский район, г. Вытегра, ул. Советский проспект, д. 4А

Контактный телефон:

8(931) 500-99-50

E-mail:

dussch.vitegra@yandex.ru

Цель

Создание условий для социализации людей с ограниченными возможностями здоровья.

Задачи

1. Популяризация боччи как одного из доступных видов активности для лиц, имеющих инвалидность.
2. Вовлечение людей с ограниченными возможностями здоровья в социально значимую деятельность посредством регулярных занятий боччей.

Концептуальная идея

Бочча - это спортивная игра на точность, принадлежащая к разновидности игр с мячом. Суть игры заключается в том, чтобы мячик, брошенный в игровое поле, упал как можно ближе к «палино» (шар белого цвета) или выбил мяч противника подальше от него. Бочча - единственная спортивная игра, в которую могут играть люди с тяжелыми нарушениями развития.

В 2019 году на базе ФОК «Мариинский» г. Вытегра студент БПОУ ВО «Вытегорский политехнический техникум» Юрий Киркин, имеющий инвалидность, стал инициатором открытия секции по бочче.

В рамках популяризации проекта Юрий организовывал встречи в социальных учреждениях Вытегорского района, знакомил людей с условиями и правилами игры, нашел спонсоров своего проекта. ЗАО «Онегалеспром» выделило денежные средства на приобретение профессионального комплекта мячей для игры бочча. Юрий сформировал команду, заинтересованную игрой бочча, в которую вошли люди с ограниченными возможностями здоровья.

С 2019 года по настоящее время бесплатные занятия проходят три раза в неделю (понедельник, среда, пятница) в ФОК «Мариинский» г. Вытегра.

В 2019 году Юрий принимал участие в фестивале по бочче в Михайловском экономическом колледже – интернате и в областных соревнованиях Рязанской области, где завоевал множество наград. Можно с уверенностью сказать, что данную секцию в Вытегре ведет настоящий профессионал.

Результат

Увеличение числа лиц, постоянно занимающихся игрой бочча на территории Вытегорского муниципального района до 200 человек.





«PRO активное долголетие глубинки»

Контактные данные:

Бюджетное учреждение социального обслуживания Вологодской области «Комплексный центр социального обслуживания населения Кичменгско-Городецкого района»

Адрес организации (предприятия):

161400, Вологодская область, Кичменгско-Городецкий район, с. Кичменгский Городок, ул. Лесная, д. 42

Контактный телефон: 8(81740)2-29-98

E-mail: andreevskayala@kcsos.gov35.ru

Цель

Повышение качества жизни граждан старшего поколения за счет привлечения их к активному и здоровому образу жизни.

Задачи

1. Создать условия для повышения собственной значимости и востребованности пожилого человека;
2. Развить у пожилых людей стремление к активному участию в физкультурно- массовых и общественных мероприятиях.
3. Создать группы здорового образа жизни и активного долголетия пожилых людей, клубы, кружки, группы для занятия спортом.
4. Активизировать жизненную позицию граждан пожилого возраста и инвалидов, привлечь их в общественную жизнь.
5. Развить стимул к самореализации.

Концептуальная идея

Технология «PRO активное долголетие глубинки» направлена на приобщение граждан старшего поколения к активному и здоровому образу жизни.

Этапы реализации технологии:

- Подготовительный этап: постановка целей и задач; уточнение аудитории; составление плана мероприятий технологии.
- Основной этап: проведение мероприятий; анализ проведенных мероприятий.
- Заключительный этап: распространение опыта работы; подведение итогов.

Реализация технологии позволит: создать условия для повышения собственной значимости и востребованности пожилого человека; развить у пожилых людей стремление к активному участию в физкультурно-массовых и общественных мероприятиях; создать группы здорового образа жизни и активного долголетия пожилых людей, клубы, кружки, группы для занятий спортом; активизировать жизненную позицию граждан пожилого возраста и инвалидов, привлечь их в общественную жизнь; развить стимул к самореализации.

Результаты:

1. На 30% увеличилось число граждан старшего поколения, занимающихся здоровым и активным образом жизни.
2. На 20 % увеличилось число физкультурно-оздоровительных мероприятий для граждан пожилого возраста.
3. На 30% увеличилась продолжительность жизни ветеранов района.





ЗОЖ – фестиваль «СОКОЛФЕСТ»

Контактные данные:

Бюджетное учреждение культуры
Сокольского муниципального района
Дворец культуры «Солдек»

Адрес организации (предприятия):

162130, Вологодская область, г. Сокол,
ул. Мусинского, д. 4

Контактный телефон: 8 (81733) 3-40-41, 3-40-28

E-mail: dksoldek@gmail.com

Цель

Формирование убеждения о необходимости сохранения личного здоровья и ответственного отношения к здоровью окружающих.

Задачи

1. Привлечь общественное внимание к важности решения вопросов по сохранению и укреплению здоровья населения в городе.
2. Активизировать поиск новых эффективных методов, повышающих и поддерживающих мотивацию населения к ведению ЗОЖ и формирующих ответственное отношение к своему здоровью.
3. Привлечь и организовать продуктивное взаимодействие социальных партнеров в рамках реализации мероприятия.
4. Распространить опыт реализации данного мероприятия через социальные сети и СМИ.

Концептуальная идея

ЗОЖ – фестиваль «СОКОЛФЕСТ» разработан в рамках системы профилактики различных видов зависимостей, профилактики правонарушений, пропаганды ЗОЖ и представляет собой комплекс интерактивных площадок, направленных на формирование у участников положительных личностных установок на здоровый образ жизни и формирование навыков социальной адаптации, необходимых им в повседневной жизни.

Данный проект направлен в первую очередь на лиц подросткового и молодежного возраста и призван решить задачу вовлечения их в активную жизнь путем организации фестиваля, в программу которого вошли 5 интерактивных площадок: «Зарядка для ума», «Стиль жизни ЗОЖ», «Меняй сигарету на конфету», «Караоке-батл», «Игры нашего двора».

В течение дня интерактивные площадки работали на свежем воздухе, все желающие смогли стать участниками этого фестиваля.

Гибкая форма организации позволяет применять данный проект для всех категорий населения, использовать различные локации проведения и варьировать количество интерактивных площадок в зависимости от количества привлеченных социальных партнеров, волонтеров и условий.

Результат:

	ед. измерения	Ожидаемый показатель	Фактический результат	Достижимый результат %
Охват населения в рамках реализации мероприятия	чел.	100	250	250%
Количество тематических площадок в рамках фестиваля	шт.	5	5	100%
Количество волонтеров, привлеченных в реализации проекта	чел.	10	27	270%
Количество привлеченных учреждений и организаций различных форм собственности	ед.	2	3	150%
Уровень удовлетворенности участников фестиваля (на основании опроса в социальной сети «ВКонтакте»)	%	85	97	





БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ ВОЛОГОДСКОЙ ОБЛАСТИ «КОМПЛЕКСНЫЙ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ ГОРОДА ЧЕРЕПОВЦА И ЧЕРЕПОВЕЦКОГО РАЙОНА «ЗАБОТА»



«Сохраним здоровье вместе»

Контактные данные:

Бюджетное учреждение социального обслуживания Вологодской области «Комплексный центр социального обслуживания населения города Череповца и Череповецкого района «Забота»

Адрес организации (предприятия):

162603, Вологодская область, г. Череповец, ул. Краснодонцев, д. 48

Контактный телефон:

8(8202)28-42-65

E-mail: preodolniecher@mail.ru

Цель

Создание на рабочем месте условий для укрепления и сохранения здоровья сотрудников учреждения, формирование у сотрудников культуры здоровья и ведения здорового образа жизни. Снижение потерь, связанных с временной нетрудоспособностью сотрудников, продление профессионального долголетия работников.

Задачи

1. Развитие потребности в здоровом образе жизни.
2. Формирование ценностного отношения к состоянию здоровья у работников.
3. Улучшение информированности работников о заболеваниях и мерах их предотвращения.
4. Стимуляция работников к занятиям спортивной направленности.
5. Разработка и проведение профилактических и пропагандистских мероприятий, способствующих ведению здорового образа жизни.
6. Внедрение в деятельность учреждения комплекса мероприятий, направленных на поддержку психического и физического здоровья сотрудников.
7. Анализ состояния здоровья трудового коллектива, мониторинг рисков развития неинфекционных заболеваний.
8. Планирование и реализация комплекса мероприятий, направленных на профилактику и снижение распространенности факторов риска хронических неинфекционных заболеваний.
9. Развитие межведомственного взаимодействия в реализации мероприятий.

Концептуальная идея

Мероприятия технологии представляют 3 ключевых вектора работы:

- Создание безопасных условий труда. Включает в себя мероприятия по профилактике профессиональных заболеваний, возникающих вследствие вредных факторов.
- Формирование здоровьесберегающей среды. Включает в себя мероприятия по профилактике основных факторов риска хронических неинфекционных заболеваний и оздоровлению сотрудников.
- Создание условий по формированию личной мотивации к здоровому образу жизни. Включает в себя мероприятия по стимулированию мотивации у сотрудников поддержки здорового образа жизни вне трудовой среды и общей информированности по вопросам ЗОЖ.

Результаты:

1. Охват мероприятиями в 2021 году составил 307 человек - 100 % трудового коллектива.
2. Меры по обеспечению безопасности и здоровья работников на рабочих местах для сохранения жизни и здоровья в процессе трудовой деятельности соблюдается в полном объеме - 100 %.
3. Меры по повышению физической активности - 65 %. Меры по сохранению психологического здоровья - 31 %.

Информационно-просветительская работа

- Расширение знаний о здоровье и способах его укрепления
- Информирование о мероприятиях программы
- Оформление рабочих мест и мест общего пользования информационными материалами
- Участие в муниципальных, региональных, всероссийских конкурсах, акциях по популяризации здорового образа жизни
- Формирование экологической ответственности.



Сохранение психологического здоровья и благополучия

- Проведение «Дней психологической разгрузки»
- Посещение комнаты психоэмоциональной разгрузки
- Проведение Недели психоэмоционального здоровья
- Личные консультации психолога по запросу
- Проведение анкетирования
- Организация мероприятий по улучшению психологической атмосферы в коллективе



Повышение физической активности

- Организация физкультур-брейков в учреждении
- Организация «Недели физической активности» (Всемирный день здоровья, апрель)
- Предоставление спортивного пространства и спортивного оборудования
- Организация командно-спортивных мероприятий
- Участие в общегородских и областных спортивных мероприятиях
- Вовлечение в спортивные мероприятия членов семей сотрудников





«Физкульт! УРА!»

Контактные данные:

Автономное учреждение социального обслуживания Вологодской области «Череповецкий дом-интернат для престарелых и инвалидов № 1»

Адрес организации (предприятия):

162612, Вологодская область, г. Череповец, ул. Белинского, д. 17 "Б"

Контактный телефон: 8 (921) 546-36-36

E-mail: 7333313@mail.ru

Цель

Развитие и пропаганда физической культуры и спорта среди пожилых людей и людей с ограниченными возможностями здоровья, проживающих в доме-интернате.

Задачи

1. Повышение мотивации пожилых людей и людей с ограниченными возможностями здоровья к ведению здорового образа жизни.
2. Формирование ответственного отношения к своему здоровью у пожилых людей и людей с ограниченными возможностями здоровья.
3. Улучшение качества и условий жизни пожилых людей и людей с ограниченными возможностями здоровья.

Концептуальная идея

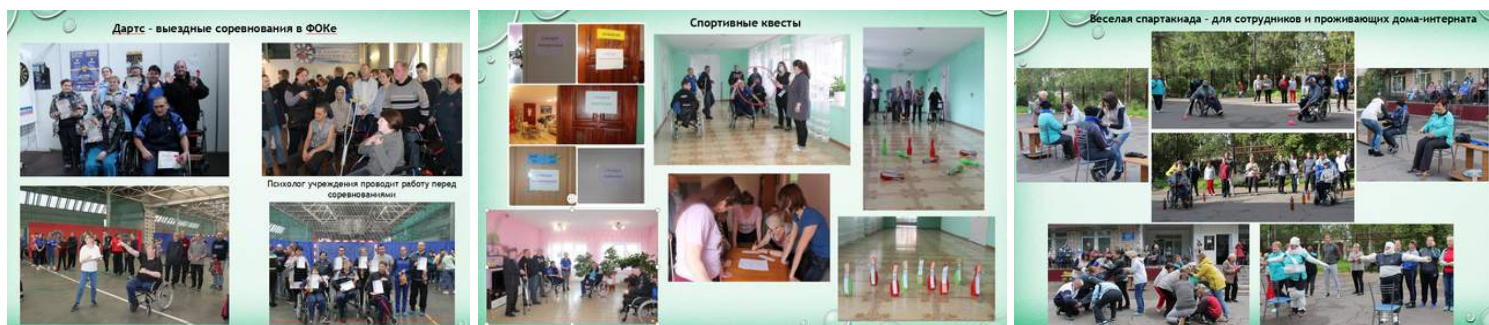
Технология направлена на формирование здорового образа жизни у пожилых людей и людей с ограниченными возможностями здоровья, создание здоровьесформирующей и здоровьесберегающей среды.

В рамках данной технологии в течение года проводятся оздоровительные, спортивные и информационные мероприятия, спортивные соревнования, направленные на пропаганду здорового образа жизни и профилактику вредных привычек, творческие занятия. А также участие в различных конкурсах, связанных с пропагандой ЗОЖ.

Все проводимые в рамках данной технологии мероприятия будут способствовать двигательной и мыслительной активности пожилых людей и инвалидов. Активный отдых на свежем воздухе позволит разнообразить досуг, повысить физическую активность и снять мышечное и эмоциональное напряжение. Использование данной технологии будет способствовать улучшению качества и условий жизни пожилых людей и людей с ограниченными возможностями здоровья.

Результаты:

1. Количество участников - от 150 человек на каждом мероприятии.
2. Организация и проведение: оздоровительных и спортивных мероприятий - не менее 50 в год, спортивных мероприятий - не менее 30 в год
3. От 20 информационных кампаний, направленных на пропаганду здорового образа жизни, профилактику вредных привычек, популяризацию спорта.





Автономное учреждение
социального обслуживания Вологодской области
«Красавинский психоневрологический интернат»

«СКАНДИНАВСКАЯ ХОДЬБА» Nordic walking
«Двигаться, значит жить»

**Скандинавская ходьба – естественное
движение человека.
Минимум усилий, максимум пользы!**



"Nordic walking (Скандинавская ходьба)"

Контактные данные:

Автономное учреждение социального обслуживания
Вологодской области "Красавинский дом социального
обслуживания"

Адрес организации (предприятия):

162341, Вологодская область, Великоустюгский район,
д. Бухинино

Контактный телефон:

(817-38) 4-16-36

E-mail:

qu.kdi@mail.ru

Цель

1. Приобщить к регулярным занятиям скандинавской ходьбой.
2. Научить правильной технике по различной местности.
3. Формировать навыки самоконтроля, целеустремленность и умение прилагать волевые усилия.

Задачи

1. Создать условия для ощущения у граждан пожилого возраста и людей с ограниченными возможностями здоровья своей полезности для общества, для преодоления чувства одиночества.
2. Приобщить граждан пожилого возраста и людей с ограниченными возможностями здоровья к систематическим занятиям физической культурой и спортом, формировать навыки здорового образа жизни.
3. Обучить граждан пожилого возраста и людей с ограниченными возможностями здоровья эффективным способам сохранения физического, психологического и эмоционального здоровья с помощью техники скандинавской ходьбы.

Концептуальная идея

Скандинавская ходьба - это ходьба с палками, выполняемая технично, а также безопасное перемещение тела с места на место с наименьшим расходом силы. Смысл передвижения состоит в том, что сила мышц должна передаваться при каждом шаге от палки к опорной поверхности, чтобы произошло отталкивание, палки обеспечивают процесс ходьбы. Энергопотери при ходьбе равняются высвобождению энергии при беге с разницей, что бегать могут не все, а ходить - без ограничений.

1. Социальное взаимодействие участников проекта.
2. Профилактика возникновения заболеваний.
3. Практическое применение оздоровительных методик.
4. Периодический контроль состояния здоровья.
5. Улучшение физического и психического здоровья.
6. Повышение уровня социальной интеграции пожилых людей в общество.
7. Создание спортивных групп здорового образа жизни и активного долголетия пожилых людей.

Результаты:

Количественные показатели: 100% участников активно занимались в группе и участвуют в мероприятиях; проведено 24 занятия по 2 часа в неделю, в течение 3 месяцев; привлечено 15 участников, клиенты «Красавинского ПНИ».

Качественные показатели: научились навыкам владения техникой дыхания во время ходьбы; научились навыкам техники скандинавской ходьбы; повысился уровень мотивации по ведению здорового образа жизни; улучшилось психоэмоциональное состояние.

Ходьба может быть всегда, в любое время года!!!





Спортивная игра "Русский боулинг"

Контактные данные:

Администрация Верховажского муниципального района.
Отдел по физической культуре и спорту.

Адрес организации (предприятия):

162300, Вологодская область, Верховажский район,
с. Верховажье, ул. Стебенева, д. 30

Контактный телефон:

8(921)127-05-00

E-mail: -

Цель

Повышение физической активности населения области.

Задачи

Охват большого количества людей физическими занятиями и спортом.

Концептуальная идея

Игра простая, круглогодичная и всепогодная, может культивироваться в спортзале и на открытых площадках. Доступная всем возрастам: от школьника до пенсионера, не требует больших физических нагрузок и усилий. Нужны лишь глазомер, точный расчет и небольшая практика для освоения этой дисциплины.

Новая игра заинтересует и найдет своих поклонников в сельских поселениях и городах.

Три версии игры:

1. «Классический стандарт». Цель игры – направить мяч в мишень по полу с расстояния 13 метров и набрать наибольшую сумму очков после десяти попыток. Максимальный результат – 100 очков.
2. «Формат семь». Цель игры – поразить семь мишеней, закрытых специальными заставками с цифрами от 1 до 7. Семь мишеней – семь мячей. После семи удачных подряд попыток участнику начисляется 150 очков.
3. «Формат пять». Из семи закрытых заставками мишеней с цифрами от 1 до 7 нужно набрать наибольшее количество очков после пяти бросков.

Результат

Игра доступна для разновозрастных групп населения.



"Профилактика эмоционального выгорания сотрудников"

Контактные данные:

Бюджетное учреждение социального обслуживания Вологодской области "Кадниковский дом-интернат для умственно отсталых детей"

Адрес организации (предприятия):

162107, Вологодская область, Сокольский район, г. Кадников,
ул. Октябрьская, д. 15

Контактный телефон:

8(81733)4-11-45

E-mail:

cad.sekretar@yandex.ru



Цель

Разработка и реализация системы мероприятий, способствующих профилактике эмоционального выгорания сотрудников учреждения.

Задачи

1. Разработать комплекс мероприятий по профилактике эмоционального выгорания, коррекционно-профилактической направленности, способствующих творческой самореализации сотрудников учреждения и их профессиональному росту.
2. Создать условия: для развития эмоциональной устойчивости сотрудников, профилактики возникновения негативных состояний психики, для развития коммуникативной компетентности педагогов.
3. Обеспечить методическими, техническими, информационными ресурсами процесс образования и внедрения системы повышения эмоциональной и коммуникативной культуры педагогов.

Концептуальная идея

Технология направлена на профилактику эмоционального выгорания сотрудников детского дома-интерната. Внедрение разработанных мероприятий по профилактике возникновения синдрома эмоционального выгорания дает возможность снизить тревожность и напряжение в межличностных отношениях, развить у сотрудников навыки психической саморегуляции, сформировать эмоциональную устойчивость, что способствует позитивному изменению индивидуально-психологических характеристик. Эти особенности необходимы сотрудникам для преодоления синдрома профессионального выгорания и для успешной адаптации к качественно изменяющимся социальным ситуациям.

Результат

Повышение творческой реализации сотрудников учреждения, коммуникативной компетентности, эмоциональной стрессоустойчивости сотрудников учреждения.

КОНСУЛЬТАЦИИ ПО ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ



БЕЛОПРОБЕГ, ПОСВЯЩЕННЫЙ ДНЮ РОЖДЕНИЯ ВЕЛОСИПЕДНОГО СПОРТА И ВСЕМИРНОМУ ДНЮ БЕЗ ТАБАКА



"Школьный дворик"

Контактные данные:

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Шуйская средняя общеобразовательная школа

Адрес организации (предприятия):

161050, Вологодская область, Междуреченский район, с. Шуйское, ул. Шапина, д. 42

Контактный телефон:

8 (921) 825-36-68

E-mail: schyskoe@yandex.ru, semenovaolga71@mail.ru



Цель

Организация досуга и занятости, оздоровления и творческого развития детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Задачи

1. Организовать содержательный и позитивный досуг детей.
2. Создать благоприятные условия для укрепления здоровья детей дошкольного и школьного возраста.
3. Повысить мотивацию подростков к осуществлению полезных и добрых дел.

Концептуальная идея

Ведущая педагогическая идея: создание условий для развития мотивации детей к занятиям физической культурой, укрепления и сохранения здоровья учащихся на основе здоровьесберегающих технологий обучения. Проведение занятий на свежем воздухе способствует активизации биологических процессов, повышает общую работоспособность организма. Если раньше, говоря о здоровьесберегающих технологиях, делали упор именно на физическое состояние здоровья ребенка, то теперь во главу угла поставлено общее здоровье: физическое, психическое, эмоциональное, нравственное, социальное.

Данный проект по своей направленности является комплексным, включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, отдыха и воспитания детей, а также общения и объединения разновозрастных детей в единый коллектив.

Дети на площадке могут проходить дорожку-испытание, с индивидуальной скоростью, столько раз, сколько пожелают. Они смогут сами оценить свое продвижение вперед (как было вчера и есть ли успех сегодня) Смогут порисовать или воспользоваться раскраской, либо просто покататься на площадке, ведь наши рисунки не помешают.

Проект создает ситуацию успеха для детей, развивает их познавательный интерес, укрепляет физически. Формирует положительную оценку своих возможностей, то есть двигает вперед.

Результаты:

1. Обретение дошкольниками и младшими школьниками опыта социально активной жизни. Развитие творческих способностей и самореализация. Разнообразие видов деятельности младших школьников, укрепление здоровья. Приобретение новых друзей, нового жизненного опыта; дополнительное внимание и ощущение нужности, проявление интереса к их жизни.
2. Количественные показатели: 10 активистов РДШ; 250 детей 4 - 12 лет; родители и другие родственники.
3. Ознакомление с профессией «вожатый», «воспитатель», «тьютор». Личностный рост, ребята учатся работать в команде, привыкают не бояться ответственности.



"Говорим здоровью - да!"



Контактные данные:

Автономное учреждение социального обслуживания Вологодской области "Устюженский дом социального обслуживания для граждан пожилого возраста и инвалидов"

Адрес организации (предприятия):

162840, Вологодская область, Устюженский район, с. Михайловское

Контактный телефон: 8(81737)2-18-21

E-mail: raisa.egorova2016@yandex.ru

Цель

Создание здоровьесберегающей среды с помощью внедрения технологии, улучшающей состояние здоровья получателей социальных услуг и сотрудников учреждения в постковидный период.

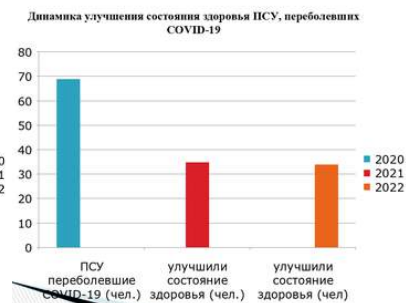
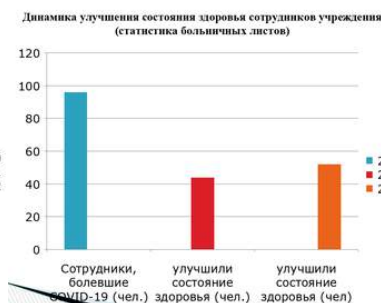
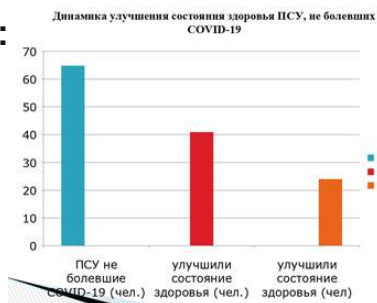
Задачи

1. Определение круга специалистов учреждения, участвующих в реализации технологии.
2. Пропаганда ЗОЖ, привлечение максимально возможного количества людей с ОВЗ к систематическим занятиям физической культурой для укрепления здоровья и совершенствования физического потенциала, организация здорового досуга и проведения спортивных праздников, акций и др.
3. Организация социального партнерства с учреждениями социального обслуживания, волонтерского движения, с учебными и спортивными учреждениями г. Устюжны, района, области.
4. Организация информационной поддержки мероприятий (новости на сайте, размещение информации на стендах, подготовка публикаций для размещения в СМИ, оформление методической литературы).
5. Проведение ежемесячного, ежеквартального мониторинга психофизического состояния получателей социальных услуг.
6. Подведение итогов за год: анализ количества и качества проведенных мероприятий с учетом динамики состояния подопечных (опрос недееспособных клиентов, анкетирование дееспособных клиентов, интервьюирование).

Концептуальная идея

Внедрение здоровьесберегающей технологии включает в себя комплекс реабилитационных, профилактических и восстанавливающих мероприятий как среди получателей социальных услуг, так и среди сотрудников учреждений.

Результаты:





"Спорт в каждый двор"

Контактные данные:

АНО ТОС 25 микрорайон

Адрес организации (предприятия):

162623, Вологодская область, г. Череповец,
ул. Краснодонцев, д. 106, кв. 171

Контактный телефон: 8(921)253-03-55

E-mail: eesminov@severstal.com

Цель

Привлечение подростков и молодежи (в том числе из социально неблагополучных семей, подростков «группы риска»), их семей к активным занятиям различными видами спорта в качестве наиболее доступного, интересного и полезного способа проведения досуга на придомовых, пришкольных территориях, а также на спортплощадках города Череповца.

Задачи

1. Создание условий для организации спортивных мероприятий на придомовых, пришкольных территориях, спортплощадках города Череповца.
2. Проведение спортивных мероприятий для подростков, родителей и молодежи, вовлечение их в занятия спортом в свободное время.
3. Формирование волонтерского спортивного отряда.

Концептуальная идея

Проект «Спорт в каждый двор» развивает дворовый спорт, помогает приобщить подростков, молодежь к занятиям спортом, организовать здоровый семейный досуг. Благодаря активности территориального общественного самоуправления, муниципальным программам, в городе созданы детские и спортивные площадки, однако они не всегда используются по назначению, ломаются. Показать правильный способ досуга молодежи – необходимое условие воспитания будущего здорового поколения. Особое внимание хочется обратить на то, что проект будет реализовываться в летний период, когда часть детей предоставлены сами себе и иногда вовлекаются в негативные группировки.

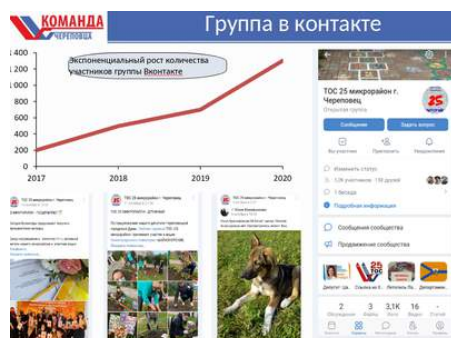
Результаты

Количественные результаты: проведено 50 спортивных мероприятий, участниками которых стали не менее 500 человек; подготовлено 40 спортивных волонтеров; не менее 40 ДоброЧасов реализовано спортивными волонтерами; 30 ребят планируют заниматься в спортивных кружках, секциях, клубах.

Качественные результаты: Ребята и взрослые приобщаются к здоровым формам проведения досуга.

Будет создан отряд спортивных волонтеров, что позволит продолжить деятельность проекта после его завершения и воспитать активную гражданскую позицию у подрастающего поколения.

Одним из позитивных эффектов проекта будет отбор и вовлечение детей и подростков в массовый спорт, так как тренеры при проведении мероприятий смогут отметить способных, физически подготовленных ребят и предложить им занятия в спортивных секциях, кружках, клубах. Социальный эффект проекта приведёт к снижению табакокурения, алкоголизма, противоправного поведения у детей и молодежи, повысит их физическую подготовленность, ориентирует на здоровые формы досуга.





"Лестница ПОБЕД!"

Контактные данные:

Отдел по адаптивной физической культуре
 МАОУ ДО "Спортивная школа" Спортивный клуб Череповец"

Адрес организации (предприятия):

162602, Вологодская область, г. Череповец, ул. Сталеваров, 42,
 каб. 9, отдел по АФК

162200, Вологодская область, г. Череповец,
 пр. Шекснинский, 27а.

Контактный телефон:

8(8202)57-07-87 (приемная МАОУ ДО "Спортивная школа"
 Спортивный клуб Череповец")

E-mail: chgoo@rambler.ru

Цель

Основной целью АФК является максимально возможное развитие жизнеспособности человека, имеющего устойчивые отклонения в состоянии здоровья, за счет обеспечения оптимального режима функционирования, отпущенных природой и имеющихся в наличии (оставшихся в процессе жизни) его телесно-двигательных характеристик и духовных сил, их гармонизации для максимальной самореализации в качестве социально и индивидуально значимого субъекта.

Задачи

1. Обеспечение условий для организации занятий адаптивной физической культурой и адаптивным спортом на спортивных объектах и объектах социальной сферы города Череповца.
2. Организация и проведение физкультурных, спортивных мероприятий, соревнований, праздников, фестивалей.
3. Стимулирование стремления людей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов к ежедневным физкультурно-спортивным занятиям, а в дальнейшем - мотивирование и вовлечение их в соревновательную и спортивную деятельность.

Концептуальная идея

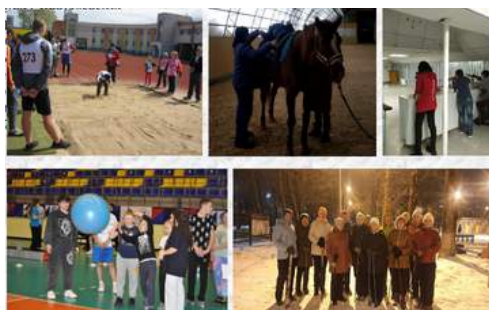
Адаптивная физическая культура — это комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию к нормальной социальной среде людей с ОВЗ и инвалидностью.

Отдел по АФК осуществляет свою работу по всем видам адаптивной физической культуры: адаптивная двигательная реабилитация; адаптивное физическое воспитание; адаптивная физическая рекреация; адаптивный спорт.

Работа отдела строится поэтапно с описанием каждой ступени к победе каждого человека над собой и обстоятельствами.

Результаты:

1. Количество занимающихся в группах: 303 человека (4-18 лет - 184 чел., взрослые - 119 чел.).
2. Из общего числа: лица с ПОДА - 123 чел.; лица с интеллектуальными нарушениями - 109 чел.; с нарушением слуха - 7 чел.; с нарушением зрения - 5 чел.; с общими заболеваниями - 59 чел.
3. После реабилитационных мероприятий участники овладели техниками саморегуляции и самоподдержки, сформировались навыки стрессоустойчивости, расширился круг социальных контактов и общения. Значительно улучшилось физическое здоровье, повысились функциональные, координационные способности организма, увеличилась двигательная активность, выносливость и силовые качества.



Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 103»

ОПЫТ РАБОТЫ ПО РАЗРАБОТКЕ И ВНЕДРЕНИЮ В ПРАКТИКУ ДОУ
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ
С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ТЕХНОЛОГИИ
ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

«ПРАКТИЧЕСКАЯ КИНЕЗИОЛОГИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»



"Кинезиология"

Контактные данные:

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №103»

Адрес организации (предприятия):

162622, Вологодская область, г. Череповец,
Советский пр. д. 121

Контактный телефон:

8(8202)55-55-73

E-mail:

detsad103sad@yandex.ru

Цель

Коррекция и развитие психического, интеллектуального, личностного, физического развития детей с ОВЗ и детей с нормальным психофизическим развитием - через практическое применение системы кинезиологических упражнений в ДОУ.

Задачи

1. Организовать непрерывный процесс включения кинезиологических упражнений как в НОД, так и в свободную деятельность, направленную на сохранение и укрепление психофизического здоровья детей.
2. Повысить уровень компетенции родителей в освоении новой здоровьесберегающей технологии.
3. Создать благоприятные условия развития ребенка в соответствии с его возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром.

Концептуальная идея

Технология «Кинезиология» способствует психическому, интеллектуальному, личностному, физическому и творческому развитию человека через организацию системы специальных движений, физических и дыхательных упражнений. Содержит правила применения упражнений программы «Кинезиология», базовые упражнения «Гимнастика мозга», разработанные П. и Г. Деннисон.

Упражнения направлены на:

- улучшение обучения;
- активизацию работы головного мозга (правого и левого полушария);
- координацию работы мозга и тела.

Результат

Улучшение уровня психического, интеллектуального, личностного, физического развития детей с ОВЗ на 42 % и детей с нормальным психофизическим развитием на 58 %.

Повышение уровня компетенции родителей в освоении новой здоровьесберегающей технологии на 73 процента.

Создание в ДОУ и в семье условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости у детей с ОВЗ и в норме.

ВКЛЮЧЕНИЕ КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ В НОД

«Гравитационное смещение»
Цель: снять напряжение, разогреть мышцы позвоночника. Активизировать ощущение баланса и чувства координации.

«Движные рисунки»
Цель: снять стресс, улучшить внимание, активизировать мозг для выполнения «руки-стопки» в рамках длительных периодов, быстрой реализации задания.

**РАЗДЕЛ
«СОХРАНЕНИЕ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ»
ОТВЕТСТВЕННЫЙ ЗА РАЗДЕЛ ПЕДАГОГ ПСИХОЛОГ**

1. Индивидуальные консультации и составление индивидуального плана работы с детьми с ОВЗ.
2. Кинезиологические упражнения на развитие межполушарного взаимодействия при работе с детьми на световых столах.

Физкультурное развлечение «У дядюшки Грифона» с использованием народных игр региона с включением кинезиологических упражнений.

Данные мероприятия позволили в игровой форме познакомить и закрепить кинезиологические игры и упражнения, направленные на коррекцию и развитие психофизического здоровья детей.



"СпортДляВсех"

Контактные данные:

Бюджетное учреждение социального обслуживания для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, Вологодской области «Череповецкий центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей, «Наши дети»

Адрес организации (предприятия):

162618, Вологодская область, г. Череповец, ул. Юбилейная, д. 26

Контактный телефон: (8202) 28-92-61

E-mail: center-nashi-deti@mail.ru

Цель

Вовлечение подростков в активные занятия массовыми видами спорта (народный жим, футбол, кроссфит).

Задачи

1. Формировать у воспитанников положительные стереотипы поведения, потребность в социально одобряемой досуговой деятельности, стремление к успехам в выбранном виде массового спорта.
2. Воспитывать у подростков культуру безопасного и здорового образа жизни.
3. Расширять позитивный круг общения подростков.

Концептуальная идея

Данная технология реализуется в учреждении с 2015 года, направлена на организацию позитивной занятости, содержательного досуга подростков с учетом их интересов, индивидуальных и возрастных особенностей, а также популяризацию занятий физкультурой и массовыми видами спорта в подростковой среде.

Целевая группа: подростки и старшие школьники 12 – 17 лет, проживающие в БУ СО ВО «Череповецкий центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей».

Ключевые этапы реализации технологии:

1 этап – диагностический. Цель: изучение интересов, физических возможностей, склонностей, уровня физического развития подростка.

2 этап – пробный.

Включение подростков в досуговую деятельность физкультурно – спортивной направленности, предполагающую соревновательный мотив. Цель: самопрезентация подростка, проба сил и возможностей в различных видах массового спорта (народный жим, футбол, кроссфит).

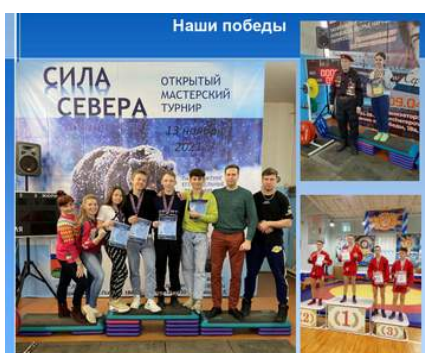
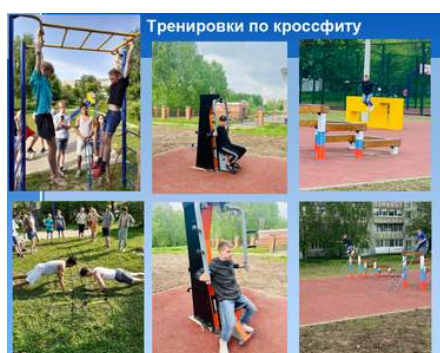
3 этап – рефлексивно-подготовительный. Цель: выбор вида массового спорта для систематических (регулярных) занятий.

Результаты:

1. Снятие с учетов ежегодно от 30 до 50 % подростков учреждения, состоящих на учете в комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав, в отделе по делам несовершеннолетних УМВД.

2. Отсутствие правонарушений, фактов употребления ПАВ, самовольных уходов у воспитанников, на систематической основе занимающихся массовыми видами спорта.

3. Расширение кругозора воспитанников. Высокие результаты участия в соревнованиях различного уровня.



Придумано на Вологодчине

сборник технологий, направленных на
улучшение качества жизни населения
Вологодской области

Составители:

Касимов Риза Ахмедзакиевич
Барачевская Елена Александровна
Гурьева Людмила Ивановна
Бондяева Наталья Борисовна
Гашенко Наталья Евгеньевна
Залата Ирина Витальевна
Иову Наталья Станиславовна
Михалина Антонина Анатольевна
Чижук Ирина Юрьевна

[Электронный ресурс]

