



Профилактический проект «ДРОГИЧИН – ЗДОРОВЫЙ ГОРОД»

**Создание единой профилактической среды
на протяжении всей жизни человека -
«здоровая семья – здоровая школа –
здоровый коллектив – здоровое общество».**

***Внедрение здоровьесберегающих технологий, практик
на конкретных площадках -
в учебных и воспитательных учреждениях,
на предприятиях, в организациях.***

ГУО «Детский сад №1 г.Дрогичина»



**РЕАЛИЗАЦИЯ
ПЛАНА – ПРОЕКТА
«ТРОПИНКИ МУДРЕЦОВ»**

ПЛАН- ПРОЕКТ «ТРОПИНКИ МУДРЕЦОВ»

Проект предусматривает следующие задачи:

создание условий, обеспечивающих охрану и укрепление здоровья детей;
реализация системы мероприятий, направленных на формирование культурно-гигиенических навыков, на оздоровление и физическое развитие дошкольников, на мотивацию здорового образа жизни;

осуществление педагогического и санитарного просвещения родителей по вопросам здоровьесбережения и формирования здорового образа жизни.

Деятельность детей предусмотрена разнообразная:

Экскурсии, беседы, праздники, занятия, сюжетно – ролевые игры, различные виды трудовой деятельности, чтение художественной литературы, конструирование, коллекционирование и другое.



ПЛАН- ПРОЕКТ «ТРОПИНКИ МУДРЕЦОВ»

Проведение с сентября по май тематических мероприятий по направлениям:

- Закаливание. Тропинка Мудреца – Молодца
- Двигательная активность: Тропинка Мудреца – Удальца
- Осторожное поведение в быту: Тропинка Мудреца-Осторожки
- Режим дня: Тропинка Мудреца-Выполняйки!
- Отказ от вредных привычек: Тропинка Мудреца-Понимайки
- Важно! Умеренное, сбалансированное питание. Тропинка Мудреца-Ягодки
- Б. Психогимнастика. Умение управлять своими эмоциями. Тропинка Мудреца-Улыбайки
- Ежедневное соблюдение правил личной гигиены. Тропинка Мудреца-Чистюльки.
- ! Грамотное экологическое поведение. Тропинка Мудреца-Зеленейки.



*Закаливание. Тропинка Мудреца - Молодца.
Девиз: «Нам есть с кем соревноваться!»*



*Двигательная активность. Дорожка Мудреца - Удальца.
Девиз: «Нам есть на кого равняться!»*



*Отказ от вредных привычек. Тропинка Мудреца - Понимайки.
Девиз: «Нам есть с кем соревноваться!»*



*Режим дня. Тропинка Мудреца - Выполняйки.
Девиз: «Нам есть о чём мечтать!»*



*Осторожное поведение в быту. Мудреца - Осторожки.
Девиз: «Нам есть чем дорожить!»*



*Важно! Умеренное сбалансированное питание.
Тропинка мудреца - Ягодки.
Девиз: «Нам есть что исследовать!»*



*Умение управлять своими эмоциями.
Тропинка мудреца - Улыбайки.
Девиз: «Нам есть чем восхищаться!»*



*Ежедневное соблюдение правил личной гигиены.
Дорожка Мудреца - Чистюльки.
Девиз: «Нам есть что узнавать!»*



*Грамотное экологическое поведение.
Тропинка Мудреца - Зеленейки.
Девиз: «Нам есть о чём заботиться!»*

ПЛАН- ПРОЕКТ
«ТРОПИНКИ МУДРЕЦОВ»





ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ЗОЖ ВОЛОНТЕРСКОГО ОТРЯДА «ПУЛЬС» (равный обучает равного)

ГУО «Гимназия г.Дрогичина»



ГУО «Гимназия г.Дрогичина» (волонтерский отряд равного обучения «Пулс») в 2023г. присвоено 2 место в номинации «Молодежная аудитория» областного конкурса на лучшую инициативу общественных формирований.

**ВОЛОНТЕРСКИЙ ОТРЯД
«ПУЛЬС»**

Волонтерский отряд «Пульс» создан в 2019 году.

В настоящее время его численность 12 человек из числа учащихся гимназии 14-17 лет.

Обучение волонтеров проходит в рамках объединения по интересам «Равный обучает равного» под руководством педагога социального.

За время существования отряда было реализовано 5 проектов и множество мероприятий по профилактике вредных привычек и формированию установки на здоровый образ жизни. Название отряда «Пульс» символизирует биение здоровой и счастливой жизни.

ЦЕЛЬ:

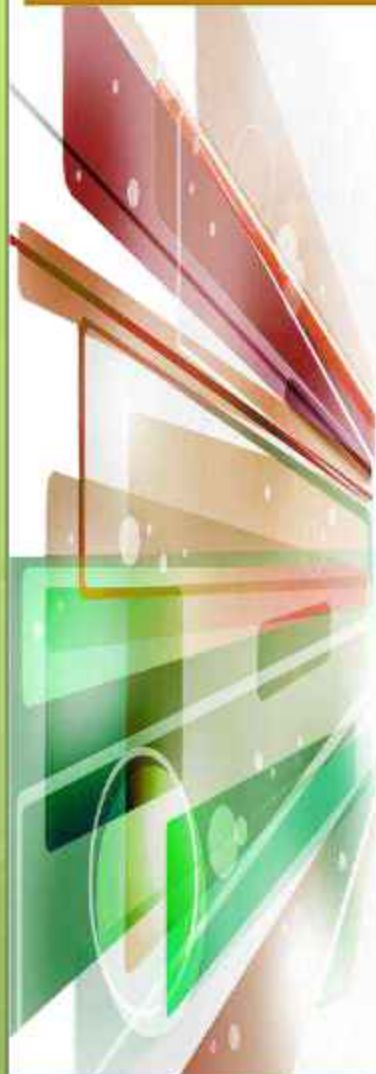
Популяризация здорового образа жизни и профилактика вредных привычек.

ЗАДАЧИ:

показать преимущества здорового образа жизни на личном примере;
пропагандировать здоровый образ жизни (при помощи акций, тренинговых занятий, тематических выступлений, конкурсов, мини-проектов и др.);

апробация новых форм организации занятости детей для развития их самостоятельной познавательной деятельности, профилактики вредных привычек, воспитания здорового образа жизни;

развитие волонтерского движения в гимназии, формирования позитивных установок учащихся на добровольческую деятельность;
формирование потребности в интересном и продуктивном досуге.



ВОЛОНТЕРСКИЙ ОТРЯД
«ПУЛЬС»



НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:

- Двигательная активность
(проект «Фитнес-волонтеры»);
- Профилактика вредных привычек
(проект «Гимназия без табачного дыма»);
- Здоровое питание
(проект «Здоровое питание – основа процветания»);
- Безопасность жизнедеятельности;
- Психогигиена;
- Здоровый образ жизни.

ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ (проект «фитнес-волонтеры»)

По инициативе членов отряда с 2021 года в рамках деятельности отряда реализуется проект «Фитнес-волонтеры»: 2 раза в неделю волонтеры (6 человек) проводят динамические перемены, фитнес-паузы, физкультминутки с учащимися 1-4 классов.



ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК (проект «Гимназия без табачного дыма»)

Задачи проекта:

- Определить фактический масштаб распространения табакокурения среди учащихся гимназии;
- Выявить причины приобщения школьников к курению;
- Выработать отрицательное отношение к попытке попробовать покурить;
- Стимулировать процесс прекращения курения среди курящих учащихся и персонала гимназии;
- Осуществлять просветительскую работу с детьми и подростками о вреде активного и пассивного курения и степени его влияния на организм человека;
- Сформировать у школьников через цикл внеучебных форм деятельности систему знаний о вредных привычках человека, мотивацию на сохранение своего здоровья;
- Создать информационное поле по профилактике табакокурения в гимназии.



ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ
(проект «Здоровое питание – основа процветания»)



БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ



ПСИХОГИГИЕНА



ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ



УСЛОВИЯ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ



ОЗДОРОВЛЕНИЕ УЧАЩИХСЯ В ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЛАГЕРЯХ:
«ЖУРАВУШКА», «ВИНЧ», «ЗАРНИЦА».



ГОРДОСТЬ ГИМНАЗИИ - МАСТЕРА СПОРТА
(в прошлом - ученики)



Николай Ярмоцик
Евгений Табакаев
Ростислав Брашевец
Олег Лауц
Екатерина Гражевская
Екатерина Володкевич
Юлия Кореньюк
(слева направо)





**ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ.
ФОРМИРОВАНИЕ
ЗДОРОВОГО
ОБРАЗА ЖИЗНИ**

**ф-л ЗАО «Консул»
в г.Дрогичине**



2022-2026 г.г.

ЗДОРОВОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ

Филиал ЗАО «Консул» в г.Дрогичине – с/х предприятие, которые производит готовые корма и кормовые добавки для с/х животных. Основные профессиональные вредности - пыль, шум, вибрация. Число работников, занятых на работах, при выполнении которых обязательно проведение периодических медицинских осмотров (обследований) – 28.

Повышение ответственности и заинтересованности работодателя в сохранении и укреплении здоровья своих сотрудников, мониторинг здоровья работающих, выявление факторов риска хронических неинфекционных заболеваний, профессиональных заболеваний, мотивирование и формирование приверженности к ведению здорового образа жизни – это и есть **цель** проекта.

Ожидаемые результаты:

- повышения доли работающих, ведущих здоровый образ жизни;
- улучшения показателей здоровья;
- улучшения условий труда работающих.



ЗДОРОВОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ

ЭТАПЫ ПРОЕКТА:

- Организационная работа (разработка проекта);
- Согласование проекта, (межведомственные рабочие встречи);
- Утверждение проекта, паспорта здоровья;
- Реализация (2022-2026гг.):
 - Диагностика и исследование состояния здоровья (перпюдический медицинский осмотр с расширенным спектром диагностических процедур);
 - Контроль факторов производственной среды;
 - Информационно-образовательные мероприятия;
 - Анкетирование.





Дрогичинский районный центр гигиены и эпидемиологии



Формирование установки на ведение
здорового образа жизни

Зона трудового и психологического комфорта

Ответственное вовлечение в создание
здоровьесберегающей среды

Жизненный пример для общества

**ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО
ОБРАЗА ЖИЗНИ.
ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ.**

ЗДОРОВАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ

Прежде, чем требовать что-то от другого в работе - «Начни с себя» - девиз организации, которая позиционирует себя, как движок формирования здорового образа жизни.

- 2021г. - государственное учреждение «Дрогичинский районный центр гигиены и эпидемиологии» заняло 1 место в номинации «Лучшая организация (учреждение) по проведению производственной гимнастики»;
- 2023г. профсоюзная организация государственного учреждения «Дрогичинский районный центр гигиены и эпидемиологии» заняла поощрительное место в областного конкурса на лучшую инициативу в номинации «Трудоспособное население» областного конкурса на лучшую инициативу общественных формирований.



ЗДОРОВАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ

ЗАДАЧИ:

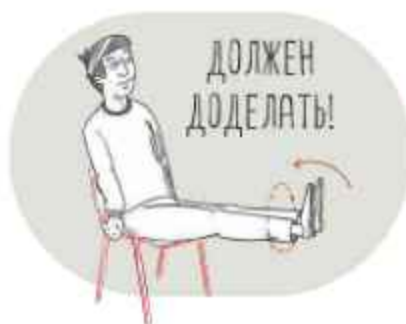
- вовлечение коллектива в систематические занятия физкультурой и спортом;
- создание объединения по интересам физкультурно-спортивного профиля по направлению «производственная гимнастика»;
- использование спортивные базы учреждения образования, спорта и туризма для занятий во внеурочное время;
- участие в спортивно-массовых мероприятиях;
- мероприятия по улучшению условий труда;
- контроль за соблюдением трудовой и исполнительской дисциплины, запретом курения и использования электронных сигарет в помещениях и территории центра, за исключением мест, предназначенных для этой цели;
- информационно-образовательные и прочие мероприятия.



ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА в текущей деятельности

Организовано проведение гимнастики в конференц-зале и физкультминуток на рабочих местах (преимущественно).

В кабинетах размещены листовки: «5 минут для здоровья. Зарядка в офисе», упражнения для глаз.



СИСТЕМАТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ ФИЗКУЛЬТУРОЙ, СПОРТОМ И ТУРИЗМОМ

Физкультура и спорт стали неотъемлемой частью повседневной жизни работников, что повышает их физическую выносливость и способствует снижению их стрессовых состояний.



УЧАСТИЕ В СПОРТИВНО-МАССОВЫХ
МЕРОПРИЯТИЯХ



**МЕРОПРИЯТИЯ ПО УЛУЧШЕНИЮ УСЛОВИЙ ТРУДА.
ДОСТУПНОСТЬ СРЕДСТВ КОНТРОЛЯ ЗА СОСТОЯНИЕМ ЗДОРОВЬЯ.**



ИНФОРМАЦИОННО – ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ



- распространение информационно-образовательных материалов по вопросам профилактики заболеваний и формирования здорового образа жизни;
- наличие информационных стендов по вопросам формирования здорового образа жизни;
- рубрика «ПОЗИТИФЧИК» на стенде



АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

ГУ «Дрогичинский ТЦСОН»



КРУЖОК ЛЮБИТЕЛЕЙ СКАНДИНАВСКОЙ ХОДЬБЫ «РИТМ»

КРУЖОК ЛЮБИТЕЛЕЙ СКАНДИНАВСКОЙ ХОДЬБЫ «РИТМ»

Волонтеры Красного Креста «Второе дыхание» (отделение дневного пребывания граждан пожилого возраста ГУ «Дрогичинский ТЦСОН») прошли тренинг и обучают граждан пожилого возраста правильному питанию, комплексу физических упражнений, профилактике неинфекционных заболеваний, хождению со скандинавскими палками.

Проект Белорусского Общества
Красного Креста
«Здоровое старение».

