

# Конкурс на премию Губернатора Московской области «Наше Подмосковье»

## Номинация «Активное Подмосковье»

Проект  
**Центр здорового образа жизни**  
**"Здорово жить!"**  
для работников  
образовательных учреждений  
города и ветеранов  
педагогического труда



**Каменецкая Вера Владимировна**  
заместитель директора по УВР  
МБОУ "Средняя общеобразовательная школа № 1"  
г. Протвино Московской области

2017 г



Центр здорового образа жизни «Жить здорово!» - добровольная общественная организация, объединяющая работников сферы образования города Протвино и ветеранов педагогического труда. Центр ЗОЖ «Здорово жить!» функционирует на базе спортивного комплекса МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 1» г. Протвино, используя его материально-техническое оснащение. В Центре сформированы 4 группы по интересам:

1. Плавание
2. Оздоровительная гимнастика
3. Волейбол
4. Финская ходьба

Основу групп составляют преподаватели школ, ветераны педагогического труда, заинтересованные в сохранении своего физического и психического здоровья. Руководят группами на добровольной основе учителя физической культуры – специалисты по плаванию, гимнастике, спортивным играм. 1 раз в триместр психологи школ в кабинете психоэмоциональной разгрузки проводят занятия со всеми желающими.



## **Цель проекта**

Сохранение физического и психического здоровья работников образовательных учреждений и ветеранов педагогического труда в наукограде Протвино

## **Задачи проекта**

1. Формировать социально – психологическую установку на возрастающую роль взаимной ответственности за сохранение здоровья, как со стороны администрации школ и других руководителей образования, так и со стороны учителей
2. Побуждать работников умственного труда к ведению активного здорового образа жизни;
3. Способствовать повышению качества жизни людей, чья профессиональная деятельность связана с эмоциональным выгоранием и малой физической активностью
4. Обучить учителей приемам саморегуляции психических состояний (тренинги, спортивно-оздоровительные мероприятия)

# Социальная значимость проекта

Сохранение активной физической формы,  
укрепление психического здоровья  
работников сферы образования г. Протвино

работающие  
учителя

преподаватели учреждений  
дополнительного образования

воспитатели  
детских садов

ветераны педагогического труда

Центр здорового образа жизни  
**«Здорово жить!»**  
на базе спортивного комплекса МБОУ  
«Средняя общеобразовательная школа № 1»



# Ожидаемые результаты

Срок реализации проекта – 2016-2018гг.

1. Создание спортивно – оздоровительной среды для учителей и ветеранов педагогического труда общеобразовательных учреждений г. Протвино» .
2. Увеличение доли учителей и ветеранов педагогического труда, охваченных спортивными мероприятиями, от общего количества педагогических работников общеобразовательных учреждений:
  - в 2016 году - на 7%
  - в 2017 году - на 10%
  - в 2018 году - на 8%
3. Освоение педагогами и ветеранами педагогического труда психических и физических средств восстановления организма
4. Повышение качественных показателей работы образовательных учреждений города Протвино
5. Широкая пропаганда здорового образа жизни среди населения г. Протвино

**Приглашаем  
в Центр здорового образа жизни  
«Жить здорово!»**



**ЗДОРОВЫЙ УЧИТЕЛЬ –  
ЗДОРОВАЯ НАЦИЯ!**