




| |
|---|
| Министерство образования и науки РБ |
| Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Республики Бурятия «Республиканский межотраслевой техникум» |
| Система качества |
| Отчет о реализации мероприятий программы по поддержке здорового образа жизни работников в ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» за 2023 год |

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РБ
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Республики Бурятия
«Республиканский межотраслевой техникум»

УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГАПОУ РБ РМТ
_____/В.Ю.Киреев
«__» _____ 20__ г.

Отчет
о реализации мероприятий программы
по поддержке здорового образа жизни работников
в ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум»
за 2023 год

с. Новоильинск
2023 г.

| | |
|---|---|
|  | Министерство образования и науки РБ |
| | Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Республики Бурятия «Республиканский межотраслевой техникум» |
| | Система качества |
| | Отчет о реализации мероприятий программы по поддержке здорового образа жизни работников в ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» за 2023 год |

Программа по поддержке здорового образа жизни была разработана методической службой, согласована заместителем директора по воспитательной работе, медицинским работником и утверждена приказом № 35 от 07.09.2023 г.

Программа направлена на сохранение и укрепление здоровья сотрудников техникума, формирование у педагогов ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Реализация программы включала 3 этапа.

На первом этапе - созданы нормативные, организационные, информационные, материально-технические, финансовые, кадровые, мотивационные (включая стимулирующие) условия в ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» для формирования здорового образа жизни, сохранения и укрепления здоровья сотрудников: утверждена Программа по поддержке здорового образа жизни, заседанием комиссии по установлению стимулирующих выплат в размер стимулирующей надбавки за качество работы был добавлен критерий за поддержку ЗОЖ, активизировалось взаимодействие коллектива и первичной профсоюзной организации ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни (заседанием членов профсоюзной организации Учреждения приняты решения об организации выездных мероприятий, организация походов), обеспечен контроль за состоянием здоровья и уровнем заболеваемости сотрудников ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» (включая нетрудоспособность по причине ухода за ребенком). Проведено вводное анкетирование сотрудников ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум», целью которого является изучение отношения к здоровому образу жизни. В анкетировании приняли участие 55 сотрудника ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» (100 %). Анкета включала 15 вопросов. Результаты приведены в таблице:

Таблица 1. Результаты анкетирования сотрудников

| | |
|---|---|
| <p>Здоровый образ жизни» – как Вы это понимаете?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Правильное питание • Соблюдение режима дня • Благоприятные условия окружающей среды • Гармоничные отношения в семье | <ul style="list-style-type: none"> • Правильное питание – 90 % опрошенных • Соблюдение режима дня – 80 % опрошенных • Благоприятные условия окружающей среды – 100 % |
|---|---|



| |
|---|
| Министерство образования и науки РБ Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Республики Бурятия «Республиканский межотраслевой техникум» |
| Система качества |
| Отчет о реализации мероприятий программы по поддержке здорового образа жизни работников в ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» за 2023 год |

| | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Занятия физической культурой • Другое _____ | опрошенных <ul style="list-style-type: none"> • Гармоничные отношения в семье-50 % опрошенных • Занятия физической культурой – 50 % опрошенных |
| Какие факторы, с Вашей точки зрения, в большей степени влияют на состояние здоровья? <ul style="list-style-type: none"> • Экологические загрязнения • Наследственные заболевания • Недостаточный уровень двигательной активности • Неправильное питание • Вредные привычки • Другое _____ | <ul style="list-style-type: none"> • Экологические загрязнения -80 % опрошенных • Наследственные заболевания 70 % опрошенных • Недостаточный уровень двигательной активности - 80 % опрошенных • Неправильное питание-80 % опрошенных • Вредные привычки - 90 % опрошенных |
| Оцените состояние вашего здоровья и членов вашей семьи? <ul style="list-style-type: none"> • Хорошее • Плохое • Затрудняюсь ответить | <ul style="list-style-type: none"> • Хорошее -50 % опрошенных • Плохое – 40 % опрошенных • Затрудняюсь ответить-10 % опрошенных |
| Часто ли Вы болели в течение года? <ul style="list-style-type: none"> • Да , (_____) раз? • Нет В чем Вы видите причины заболеваний? | 40 % ответили положительно, болели 1 раз, 40 % болели более двух раз за год, 10 % опрошенных не болели вообще |
| Как вы проводите выходные? | Бытовые дела – 80 % опрошенных, поездки – 7 % опрошенных, походы в театры, кино, по магазинам – 13 %. |
| На что, по Вашему мнению, необходимо обращать внимание для заботы о собственном здоровье | <ul style="list-style-type: none"> • Соблюдение режима – 80 % |




| |
|---|
| Министерство образования и науки РБ |
| Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Республики Бурятия «Республиканский межотраслевой техникум» |
| Система качества |
| Отчет о реализации мероприятий программы по поддержке здорового образа жизни работников в ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» за 2023 год |

| | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Соблюдение режима• Рациональное питание• Полноценный сон• Достаточное пребывание на свежем воздухе Здоровая гигиеническая среда <ul style="list-style-type: none">• Благоприятная психологическая атмосфера Закаливающие мероприятия <ul style="list-style-type: none">• Другое _____ | <ul style="list-style-type: none">• Рациональное питание- 75 %• Полноценный сон – 50 %• Достаточное пребывание на свежем воздухе – 50 %• Здоровая гигиеническая среда 78 %• Благоприятная психологическая атмосфера – 85 %• Закаливающие мероприятия 65 % |
| Установлен ли для Вас и вашего ребенка дома режим дня? -Да -Нет Если «Да», укажите время основных его компонентов Будние дни Выходные дни Прием пищи Ночной сон Дневной сон Прогулка | Более 80 % сотрудников, у которых есть дети отметили, что соблюдают режим дня для ребенка в выходные дни и отметили, что в режим дня входят прогулка и дневной сон, 10 % сотрудников соблюдают режим дня, но не гуляют со своим ребенком, 10% опрошенных не соблюдают режим дня для ребенка |
| Укажите Ваши виды деятельности (Будние дни, (вечер), выходные дни) <ul style="list-style-type: none">• Пешие прогулки Активный отдых, походы, выезды на природу• Просмотр телевизионных передач• Занятия физическими упражнениями | Пешие прогулки, активный отдых, походы, выезды на природу – 7 % <ul style="list-style-type: none">• Просмотр телевизионных передач - 65 %• Занятия физическими упражнениями 20 %Другое – 8 % |
| Какие меры Вы предпринимаете с целью укрепления | Посещение врачей – 50 % |



| |
|---|
| Министерство образования и науки РБ |
| Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Республики Бурятия «Республиканский межотраслевой техникум» |
| Система качества |
| Отчет о реализации мероприятий программы по поддержке здорового образа жизни работников в ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» за 2023 год |

| | |
|--|---|
| <p>Вашего здоровья?</p> <ul style="list-style-type: none">• Посещение врачей• Занятия физическими упражнениями• Закаливание • Дыхательная гимнастика• Массаж• Прогулки на свежем воздухе• Правильное питание• Другое | <ul style="list-style-type: none">• Занятия физическими упражнениями – 60 %• Закаливание – 25 %• Дыхательная гимнастика -40 %• Массаж – 60 %• Прогулки на свежем воздухе – 70 %• Правильное питание – 65 %• Другое- 5 % |
| <p>Как часто Вы уделяете внимание укреплению своего здоровья?</p> <ul style="list-style-type: none">• Регулярно• От случая к случаю• Не уделяю• Другое | <p>Регулярно – 28 % опрошенных</p> <p>От случая к случаю – 65 % опрошенных</p> <ul style="list-style-type: none">• Не уделяю- 7 % |
| <p>Есть ли причины, мешающие уделять внимание здоровью? Если есть, то какие?</p> <ul style="list-style-type: none">• Отсутствие специальных знаний и умений• Дефицит времени вследствие высокой профессиональной занятости• Причины в собственной инертности• Другое _____ | <p>Отсутствие специальных знаний и умений – 25 %</p> <ul style="list-style-type: none">• Дефицит времени вследствие высокой профессиональной занятости – 25 %• Причины в собственной инертности – 50 % |
| <p>В какой информации в данной области Вы нуждаетесь?</p> <ul style="list-style-type: none">• Профилактика простудных заболеваний• Организация рационального питания• Двигательный режим ребенка дошкольного возраста• Профилактика нарушений осанки и плоскостопия у детей | <p>Профилактика заболеваний – 40 %</p> <ul style="list-style-type: none">• Организация рационального питания – 50 %• Двигательный режим ребенка дошкольного возраста 15 %• Профилактика нарушений осанки и |

| | |
|---|---|
|  | Министерство образования и науки РБ |
| | Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Республики Бурятия «Республиканский межотраслевой техникум» |
| | Система качества |
| | Отчет о реализации мероприятий программы по поддержке здорового образа жизни работников в ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» за 2023 год |

| | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Закаливание ребенка • Физическая и психологическая готовность к школе • Другое | плоскостопия у детей 15 % |
| Как часто Вы занимаетесь физкультурой? <ul style="list-style-type: none"> • Регулярно • От случая к случаю • Не занимаюсь • Другое _____ | Регулярно – 45 % <ul style="list-style-type: none"> • От случая к случаю – 15 % • Не занимаюсь - 40 % • Другое _____ |
| Продолжите следующее утверждение: «Я считаю, что я веду здоровый образ жизни на _____%, потому что _____» | 10 % опрошенных отметили, что ведут ЗОЖ на 100 % , 60 % - от 60 до 90 %, 30 % ответили, что соблюдают ЗОЖ ниже чем на 50 % |

На основании результатов анкетирования сотрудников получены следующие результаты: Все опрошенные отметили влияние следующих факторов на состояние здоровья:


Экологические загрязнения - 80 % опрошенных

- Наследственные заболевания-70 % опрошенных
- Недостаточный уровень двигательной активности - 80 % опрошенных
- Неправильное питание - 80 % опрошенных
- Вредные привычки - 90 % опрошенных

Отвечая на вопрос, каковы причины нерегулярных или отсутствие занятий спортом, 50 % сотрудников ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» отметили причину в собственной инертности. На основании полученных данных были разработаны:

- «Антиалкогольная политика в ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум»

- «План мероприятий по профилактике курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков на 2023 год в ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум»

| | |
|---|---|
|  | Министерство образования и науки РБ |
| | Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Республики Бурятия «Республиканский межотраслевой техникум» |
| | Система качества |
| | Отчет о реализации мероприятий программы по поддержке здорового образа жизни работников в ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» за 2023 год |

- Программа педагога - психолога по направлению здорового образа жизни «Познай себя» на 2022-2023 учебный год в ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум»


- Программа укрепления здоровья работающих сотрудников ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум»

- Порядок пользования лечебно – оздоровительной инфраструктурой ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум».

На втором этапе реализации Программы обеспечена взаимосвязь между образовательной, здоровьесформирующей, здоровьесберегающей деятельностью в ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» всех участников образовательных отношений; началась реализация профилактических и оздоровительных мероприятий с учетом дифференцированного и лично ориентированных подходов (функционирует физкультурно-оздоровительный клуб «Фитнес», клуб «Шахматы», сформирована команда любителей игры в волейбол, настольный теннис, бадминтон, в нескольких групповых помещениях на потолке размещены зрительные схемы Базарного для возможности снимать мышечное напряжение и делать зрительную гимнастику.

Технология солевого закаливания ранее применялась только для укрепления и оздоровления сотрудников, в процессе рассмотрения проекта программы, 42 сотрудника выразили желание закаливаться методом солевого разогрева стоп, и получили такую возможность, коллектив ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» обеспечен чистой питьевой водой, ежегодно руководитель физического воспитания организовывал сдачу норм ГТО, проведены «дни здоровья», акции «Здоровье – это здорово!» с сотрудниками.

В ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» постоянно реализуются долгосрочные проекты институционального уровня касающиеся вопросов сохранения и укрепления здоровья. На основании результатов полученных во время вводного анкетирования, 25 % сотрудников отметили, что для занятий сортом и ведения здорового образа жизни у них не достаточно знаний, для этого в планы мероприятий по пропаганде ЗОЖ были включены мероприятия просветительского характера (семинары, практикумы, просмотры видеороликов, раздача листовок, оформлены стенды для сотрудников ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум», реализован комплекс мер по профилактике

| | |
|---|---|
|  | Министерство образования и науки РБ |
| | Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Республики Бурятия «Республиканский межотраслевой техникум» |
| | Система качества |
| | Отчет о реализации мероприятий программы по поддержке здорового образа жизни работников в ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» за 2023 год |

социально-значимых заболеваний (ВИЧ/СПИД, табакокурения, употребление алкоголя и наркотиков) и отказу от вредных привычек согласно планам.

На третьем этапе подведены итоги реализации Программы, проведено анкетирование педагогов, учебно-вспомогательного и обслуживающего персонала ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум».

В результате реализации мероприятий программы 90 % (вводное активирование – 50 %) опрошенных отметили, что занятия физической культурой и спортом – это неотъемлемая часть здорового образа жизни. 100 % сотрудников двигательный режим отметили, как фактор в большей степени влияющий на состояние здоровья (вводное активирование – 80 %), 60,5 % отметили, что ведут ЗОЖ, возросло число регулярно занимающихся физкультурой до 90 %.

Успешная реализация мероприятий программы, направленных на воспитание ответственного отношения к здоровью сотрудников помогла достичь следующих результатов:

Снизился уровень заболеваемости сотрудников в 2023 году.


Увеличилось число сотрудников, фактически принимающих участие в занятиях физической культурой и массовым спортом, организованных в ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум».

| Наименование показателя | 2021 г. | 2022 г. | 2023 г. |
|---|---------|---------|---------|
| Количество сотрудников, занимающихся спортом ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум». | 53,8 % | 65,4 % | 70 % |

Получены следующие результаты:

- устойчивая потребность в регулярных занятиях физкультурой и массовым спортом, их популяризации среди сотрудников, педагогов, ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум»;

- сотрудники ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» стали проявлять результативно проявляют внимание к своему здоровью и формам ЗОЖ (беседуют на

| | |
|---|---|
|  | Министерство образования и науки РБ |
| | Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Республики Бурятия «Республиканский межотраслевой техникум» |
| | Система качества |
| | Отчет о реализации мероприятий программы по поддержке здорового образа жизни работников в ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» за 2023 год |


актуальные темы по данной проблеме, чаще посещают диагностические и профилактические центры и др.);

- повысилась/сформировалась компетентность сотрудников по вопросам профилактики социально-значимых заболеваний (ВИЧ/СПИД, табакокурение, употребление алкоголя и наркотиков) и проявляют заинтересованность к рекомендациям об отказе от вредных привычек;

- повышение активности и инициативности при организации регулярных выездных оздоровительных мероприятий;

- повысилась заинтересованность сотрудников ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» к участию в выездных оздоровительных мероприятиях.

Программа по поддержке здорового образа жизни реализована в полном объеме, все запланированные мероприятия выполнены, поставленные цели достигнуты.

| | |
|---|---|
|  | Министерство образования и науки РБ |
| | Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Республики Бурятия «Республиканский межотраслевой техникум» |
| | Система качества |
| | Отчет о реализации мероприятий программы по поддержке здорового образа жизни работников в ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» за 2023 год |

Кабинет доврачебной помощи, кабинет медицинской профилактики, прививочный кабинет, процедурный кабинет

Медицинское обслуживание в техникуме осуществляет медицинская сестра

2. Медицинский кабинет оборудован инструментарием мониторинга здоровья и физического развития сотрудников и обучающихся (ростомер, весы, аппарат для определения остроты зрения, давления и т.д.)

3. Профилактические прививки выполнены в полном объеме, согласно плана медработников на текущий учебный год.



Министерство образования и науки РБ
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Республики Бурятия
«Республиканский межотраслевой техникум»

Система качества

Отчет о реализации мероприятий программы по поддержке здорового образа жизни работников в ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» за 2023 год





Министерство образования и науки РБ
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Республики Бурятия
«Республиканский межотраслевой техникум»

Система качества

Отчет о реализации мероприятий программы по поддержке здорового образа жизни работников в ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» за 2023 год

Комната психологической разгрузки



Отдельное и оборудованное помещение для приема пищи



Столовая с горячим питанием





Министерство образования и науки РБ
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Республики Бурятия
«Республиканский межотраслевой техникум»

Система качества

Отчет о реализации мероприятий программы по поддержке здорового образа жизни работников в ГАПОУ РБ «Республиканский межотраслевой техникум» за 2023 год

Организация сдачи норм ГТО

