



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



ОБЩЕРОССИЙСКИЙ  
ПРОФСОЮЗ ОБРАЗОВАНИЯ



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ  
И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ПРОДВИЖЕНИЕ**

**ПРОФСОЮЗ – ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ**

**ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ ПРОФСОЮЗА**

## «ПРОФСОЮЗ – ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ»

ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ ПРОФСОЮЗА



## АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА

Проблема здоровья населения Российской Федерации в настоящее время стала одной из приоритетных в политике государства. Многосторонность этой проблемы обусловлена как разнообразием демографического состава современного общества, так и характером, направленностью, подходами, способами и средствами сохранения здоровья, сложностями формирования у населения активной позиции к его укреплению.

Указ Президента РФ от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года» в рамках национальной цели «Сохранение населения, здоровье и благополучие людей» установил следующие целевые показатели, характеризующие достижение национальных целей к 2030 году: повышение ожидаемой продолжительности жизни до 78 лет; увеличение доли граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом, до 70 процентов, для достижения которых поставлены задачи по развёртыванию на всех уровнях государственного управления, в том числе во взаимодействии с общественными и некоммерческими организациями, комплекса мероприятий по формированию и продвижению новых моделей укрепления здоровья нации.

Федеральный проект Профсоюза «Профсоюз – территория здоровья» имеет своей целью формирование и развитие Всероссийского профсоюзного движения с одноименным названием – «Профсоюз – территория здоровья», направленного на продвижение в профессиональной среде работников образования – членов Профсоюза, образцов культуры профессионального здоровья и долголетия.

Федеральный проект Профсоюза «Профсоюз – территория здоровья» (далее – Проект) разрабатывается в соответствии с приоритетными направлениями деятельности Общероссийского Профсоюза образования на 2020-2025 гг., утвержденными VIII Съездом Профсоюза (постановление VIII Съезда Профсоюза от 14 октября 2020 года № 8-12).

Проект направлен на системную реализацию уставных задач Профсоюза по осуществлению организации и проведения оздоровительных, спортивных и культурно-просветительных мероприятий, популяризации здорового образа жизни, а также содействия духовному развитию членов Профсоюза и их семей; через взаимодействие с органами государственной власти, органами местного самоуправления, общественными объединениями по развитию санаторно-курортного лечения, отдыха, туризма, массовой физической культуры и спорта (пункт 16 статьи 5 Устава Профсоюза) и в целом призван содействовать реализации кадровой политики Профсоюза по развитию своих кадров и членов Профсоюза.

## ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

Формирование и развитие Профсоюзного Движения, направленного на формирование в Профсоюзе и российской системе образования культуры профессионального здоровья и здорового образа жизни участников образовательных отношений; работа с членами Профсоюза, направленная на освоение ими эффективных инструментов (механизмов), обеспечивающих формирование способности к собственному развитию, к созданию мотивов и интересов быть здоровым.

## ЗАДАЧИ ПРОЕКТА

1. Продвижение ценностей культуры профессионального здоровья и здорового образа жизни, развитие активного долголетия в профсоюзном и образовательном сообществах. Повышение мотивации членов Профсоюза к регулярным занятиям физической культурой и ведению здорового образа жизни.
2. Содействие реализации государственных и общественных задач в сфере образования по укреплению здоровья работников образовательных организаций и обучающихся профессиональных организаций и организаций высшего образования.
3. Реализация программ обучения ответственному отношению к себе и своему здоровью среди работников образования и обучающихся. Популяризация инновационных форм организации физкультурно-оздоровительной деятельности в организациях Профсоюза.
4. Поддержка и распространение здоровьесформирующих, физкультурно-оздоровительных и спортивных инициатив, программ и проектов для работников системы образования и обучающихся профессиональных организаций и образовательных организаций высшего образования.
5. Привлечение общественного внимания и вовлечение представителей педагогического сообщества и социальных партнёров к вопросам формирования и развития культуры безопасного и здорового труда в системе образования. Содействие развитию условий для формирования культуры труда и отдыха в каждой образовательной организации.

## МЕТОДОЛОГИЯ И ЦЕННОСТИ ПРОЕКТА

**1. Концепция «профессионального здоровья специалиста».** В основу Проекта положена концепция «профессионального здоровья специалиста», в рамках которой профессиональное здоровье понимается как «процесс сохранения и развития регуляторных свойств организма, его физического, психического и эмоционального благополучия, обеспечивающих высокую надежность профессиональной деятельности, профессиональное долголетие и максимальную длительность жизни».

Надежность профессиональной деятельности, понимается как вероятность выполнения профессиональных задач с требуемым качеством и в заданных условиях, а вероятность выполнения, в свою очередь, обусловлена функциональным состоянием специалиста.

Функциональное состояние человека определяется с точки зрения эффективности выполняемой им деятельности по критериям надежности и внутренней стороны деятельности, которая представлена психическими образованиями (знаниями, умениями, навыками, установками, ценностями и др.), направляющими внешнюю активность.

Функциональные резервы – это диапазон возможного уровня изменений функциональной активности физиологических систем, который может быть обеспечен активационными механизмами организма. Функциональные резервы могут быть связаны с изменением энергетики обмена, что характерно для ткани и органа, а функциональные резервы системы и организма в целом формируются, благодаря перестройке систем регуляции и включению в функциональную систему новых дополнительных структур или замене одной формы реакции на другую. Функциональные резервы – это, прежде всего, резервы регуляторных механизмов.

В рамках данной концепции взято за основу положение, согласно которому качество жизни человека (включая состояние физического здоровья), уровень его образования, удовлетворенность взаимоотношениями с другими людьми, длительность жизни, находятся в диалектическом взаимодействии с эффективностью профессиональной деятельности и профессиональным долголетием.

Это предполагает комплексное рассмотрение человека как субъекта собственной деятельности, не ограничиваясь только сферой трудовой деятельности. При этом речь идет о взаимосвязи между состоянием здоровья и резервными возможностями организма, что и определяет эффективность профессиональной деятельности.

Таким образом, основными компонентами профессионального здоровья специалиста (человека труда) являются:

- физическое здоровье человека (основа профессионального здоровья);
- психическое, эмоциональное и социальное здоровье;
- комплекс профессионально важных качеств;
- функциональное состояние и резервы организма.



Проект нацелен на актуализацию эффективных инструментов для сохранения, укрепления и развития функциональных резервов работников образования – членов Профсоюза: чем значительнее запас функциональных резервов, тем больше вероятность эффективности профессиональной деятельности и профессионального долголетия, а также формирование систем управления функциональным состоянием.

В этой связи *содержание Проекта охватывает не только мероприятия, направленные на непосредственную работу с членами Профсоюза по развитию их функциональных резервов, но и на работу Профсоюза с социальными партнёрами по совершенствованию условий для формирования культуры безопасности профессиональной деятельности и заботы о здоровье педагогических работников – членов Профсоюза.*

С учетом вышеприведенных подходов и определений можно выделить следующие три компонента, влияющие на профессиональное здоровье специалиста: 1) эмоционально-волевой; 2) когнитивный; 3) поведенческий.

Эмоционально-волевые факторы объединяют различные эмоциональные стрессовые состояния, оказывающие влияние на профессиональное здоровье. Здесь важным становится развертывание мероприятий, направленных на формирование способности человека противостоять стрессам, проявлять свои эмоции и управлять ими, адекватно оценивать эмоции окружающих, что характеризует его эмоциональную устойчивость.

Когнитивные факторы определяются системой знаний человека о профессиональном здоровье, об основных факторах, как укрепляющих, так и наносящих вред здоровью. Здесь важны мероприятия, направленные на формирование умений человека принимать адекватные решения, выделять главное, находить недостающую информацию, способность мыслить; устойчивость и концентрация внимания, критичность мышления, профессиональная память, профессиональная наблюдательность, скорость принятия решений, их объём и правильность, способность мыслить оперативно и позитивно.

Поведенческий фактор определяется стратегиями поведения специалиста по формированию и развитию здорового образа жизни и системы здоровьесформирующих привычек. Важным направлением работы по развитию профессионального здоровья становится управление способностью определять и реализовывать стратегии жизнедеятельности, направленные на укрепление и адаптацию здоровья к неблагоприятным факторам профессиональной среды.

**2. Факторы нарушения профессионального здоровья.** Специалисты выделяют два основных последствия (факторы риска) нарушения профессионального здоровья – синдром хронической усталости и синдром эмоционального (профессионального) выгорания.

Под хронической усталостью понимается специфический вид усталости, при котором человек страдает не просто от физического или нервного истощения, но и от постоянных хронических стрессов нервной системы. Высокий уровень стрессов работников образования связан не только со стрессогенностью педагогической профессии, обусловленной высоким объемом и плотностью межличностного взаимодействия, но и необходимостью соответствовать высокому уровню государственных требований и социальных

ожиданий других участников образовательных отношений, а также с публичностью профессии.

Результаты отдельных исследований специфики профессиональной деятельности педагогических работников свидетельствуют<sup>1</sup>, что выполняемые учителями функции усложнились и расширились по сравнению с недавним прошлым. В современных условиях готовы добиваться высоких профессиональных результатов только 51,2% педагогов, так как поддержание высокого уровня профессионализма и качества жизни учителя осуществляется за счёт уменьшения времени на его отдых и возможности реализации комплексных мероприятий, направленных на укрепление здоровья.

Другой не менее важной причиной нарушения профессионального здоровья является синдром эмоционального выгорания. Он предполагает наступление эмоционального опустошения, исчезновение или деформацию эмоциональных переживаний, являющихся неотъемлемой частью жизни.

Признано, что педагогическая профессия предполагает широкий спектр рисков, которые приводят к профессиональным деформациям. Приведенный в общероссийских исследованиях анализ профессионального здоровья педагога в различных регионах показал общую предрасположенность педагогических работников к возникновению различных соматических, психических и физических заболеваний, обусловленных систематическими повышенными психоэмоциональными перегрузками и неспособностью им противостоять. Установлено, что с увеличением стажа работы педагогических работников неизбежно происходит накопление усталости, нарастание тревожных переживаний, снижение позитивного восприятия жизни и настроения, вегето-сосудистые расстройства, поведенческие срывы.

Ведущими профессиогенными факторами риска работников сферы образования являются: неадекватная социальная и материальная оценка труда, приводящая к снижению качества жизни; комплекс стрессогенных факторов (условия труда, жесткий временной режим работы, ненормированный и неритмичный рабочий день, несбалансированное питание, физическое утомление); многофункциональная профессиональная деятельность, связанная с необходимостью одновременного выполнения различных функций и действий; необходимость работы с большим количеством профессионально значимой информации, истощение компенсаторных механизмов, обеспечивающих активное внимание, профессиональную память, логическое мышление.

Это приводит к следующим видам нарушений профессионального здоровья:

**Изменения в поведении:** утрата способности к реализации творческих подходов в решении профессиональных проблем; увеличение склонно-

<sup>1</sup> Богуславский М. В. Исторический контекст модернизационных процессов в российском и зарубежном образовании // Психолого-педагогический поиск. Научный журнал РГУ им. С. А. Есенина. – 2014.; 2) Собкин В.С., Адамчук Д. В. Современный учитель: жизненные и профессиональные ориентации. Труды по социологии образования. т. XVIII. – М.: ФГБНУ «ИУО РАО», 2016.; 3) Петербургский учитель: вчера, сегодня, завтра: монография / под науч. ред. А. Н. Шевелева. – СПб.: СПб АППО, 2018.

сти к уединению и избеганию коллег и совместных мероприятий; увеличение случаев употребления меняющих настроение психоактивных веществ (включая кофеин и никотин); уменьшение (иногда утрата) способности удовлетворять свои потребности в развлечениях и мероприятиях по восстановлению настроения, своего здоровья и прочее.

**Изменения в чувствах:** утрата чувства юмора; нарастание чувств неудачи, вины и самообвинения; увеличение периодов гнева и горечи; повышение раздражительности, проявляемое на работе и дома; появление ощущений придирок, чувства опустошения и равнодушия; проявление бессилия и нежелание в использовании методик и техник снижения стресса (тревог) и др.

**Изменения в мышлении:** преобладание устойчивых мыслей об уходе из профессии; снижение концентрации внимания; преобладание ригидного мышления, сопротивляющегося изменениям и др.

**Изменения в здоровье:** нарушение продолжительности и качества сна; появление частых, продолжающихся длительное время незначительных недугов, повышение утомляемости, усталости и истощения на протяжении целого дня; повышение восприимчивости к инфекционным заболеваниям; ускорение нарушений психического и соматического здоровья и др.

**3. Факторы риска.** Завершая анализ сущности, проблематику развития и содержание процесса формирования культуры профессионального здоровья работников образования, отметим, что значительную роль в их возникновении/становлении играют следующие три фактора:

- **личностный фактор**, к которому относятся личностные качества человека, особенности его профессионального поведения, стиль профессионального взаимодействия, степень эмпатии (способности к сопереживанию), профессиональные приоритеты, установки и ценности жизни, культура совладания с жизненными и профессиональными трудностями и проблемами, жизнестойкость и др.;
- **социальный фактор**, к которому относится всё разнообразие и качество включенности личности в жизнедеятельность профессиональных сообществ и коллективов; устоявшиеся формы и способы профессионального и межличностного взаимодействия; культура совместного труда, досуга и отдыха; культура товарищеской поддержки и общей заботы и прочее;
- **фактор среды**, к которому относятся: культура безопасного труда образовательной организации, организационная и корпоративная культура организации, качество социального партнёрства и социальный капитал организации и др.

Таким образом, **культура профессионального здоровья и здорового образа жизни** формируется обществом или группой, в которой живет человек. Поэтому её формирование – **задача не медицинская, не спортивная, а прежде всего общественная, воспитательная.**

По мнению исследователей и экспертов Всемирной организации здравоохранения, все составляющие образа жизни человека, реализуемые в трудовой общественной, семейно-бытовой и досуговой сферах, интегрированы между собой межличностными связями и нравственными отношениями в сообществе, выступающими регулятором поведения человека.

Таким образом, системная деятельность Профсоюза должна быть направлена на формирование качественно иного отношения к понятию «здоровье»: через познание инструментов и освоение техник сбережения и укрепления здоровья возрастают возможности не только предупреждать возникновение болезней, но и совершенствовать всего человека в целом, то есть сохранение здоровья выступает в качестве процесса сохранения и развития психических, эмоциональных и физических потенциалов человека.

## ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

Сообразно выделенным факторам в рамках Проекта предполагается развертывание Профсоюзного Движения вокруг трёх ключевых направлений деятельности:

1. **«Волонтёры здоровья»** (мероприятия, направленные на выявление и популяризацию эффективных индивидуальных моделей профессионального здоровья человека (как опора и учёт личностного фактора)).

2. **«Здоровые решения»** (мероприятия, направленные на выявление и популяризацию лучших практик по продвижению и формированию здорового образа жизни, а также действующих практик массовых совместных здоровьесформирующих мероприятий в первичных профсоюзных организациях (как опора и учёт социального фактора)).

3. **«Культура здорового труда»** (мероприятия, направленные на выявление и популяризацию действующих практик эффективного социального партнёрства профсоюзных организаций и органов государственной власти, направленных на формирование в образовательных организациях пространства и культуры безопасного и здорового труда (как опора и учёт фактора среды)).

**Направление деятельности «Волонтеры здоровья»** направлено на выявление, поддержку и популяризацию эффективных практик, примеров и образцов профессионального здоровья отдельных членов Профсоюза (в том числе работающих, обучающихся, не работающих), оптимально сочетающих организационные формы трудовой, общественной, досуговой (в том числе физкультурно-оздоровительной) работы, обеспечивающих позитивность восприятия себя, окружающего жизненного пространства и событий повседневной жизнедеятельности. Целью проведения мероприятий в рамках данного тематического направления является: выявление специалистов системы образования, ведущих здоровый образ жизни и готовых активно транслировать идеи здорового образа жизни среди членов Профсоюза.

**Направление деятельности «Здоровые решения»** (в том числе одноименный профсоюзный всероссийский конкурс) нацелено на выявление действующих практик работы организаций Профсоюза по реализации здоровьесформирующих, физкультурно-оздоровительных и спортивных инициатив, проектов и программ для работников системы образования,



и обучающихся профессионального и высшего образования, продвижение здорового образа жизни и массового спортивного движения в образовательной среде; обобщение лучших образцов и опыта работы, их поддержка и поощрение в целях дальнейшего содействия их массовому распространению.

**Направление деятельности «Культура здорового труда»** нацелено на выявление действующих практик эффективного формирования в образовательных организациях культуры, среды и условий для безопасной жизнедеятельности в образовательной организации всех участников образовательных отношений посредством эффективных механизмов и инструментов социального партнёрства работодателя и первичной профсоюзной организации. В рамках мероприятий должны выявляться эффективно реализуемые в организациях формы и способы социального партнёрства, обеспечивающие системное формирование и развитие в организации корпоративной и организационной культуры, способствующие наращиванию и становлению культуры безопасного и здорового труда и отдыха работников.

В рамках обозначенных направлений деятельности должны быть развернуты мероприятия, обогащающие и развивающие все три компонента профессионального здоровья членов Профсоюза – педагогических работников, обучающихся и студентов (см. табл.1): конференции, форумы, тренинги, семинары, вебинары, обучающие курсы и др. (*когнитивный компонент*); эмоционально заряжающие мероприятия: акции «Быть здоровым модно!», «Будь с нами!», флешмобы «Вместе здорово и здорово!», конкурсы, фестивали, турслёты, походы, спартакиады и др. (*эмоционально-мотивационный компонент*); а также системные программы, проекты, исследования и др. мероприятия, направленные на развитие моделей культуры здорового самосознания и труда (*поведенческий компонент*).

Учитывая государственный запрос и общественную значимость вопросов формирования здорового образа жизни, первичные профсоюзные организации в рамках данного Проекта дополнительно могут принимать участие со своими проектами в конкурсе на предоставление грантов Президента Российской Федерации по развитию гражданского общества (например, проект «Охрана здоровья граждан, пропаганда здорового образа жизни» по тематике №9 «Поддержка и пропаганда практик здорового образа жизни, правильного питания и сбережения здоровья») и иных фондов, поддерживающих проекты некоммерческих организаций.

## УПРАВЛЕНИЕ И РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОЕКТА

Управление Проектом осуществляет выборный коллегиальный постоянно действующий исполнительный орган Профсоюза – Исполнительный комитет Профсоюза.

Задачи по управлению Проектом распределяются между следующими субъектами управления:

Куратор Проекта: Дудин В.Н., заместитель Председателя Профсоюза.

Координатор Проекта: Меркулов О.И., советник Профсоюза.

Администратор Проекта: Елшина Е.С., секретарь-заведующий отделом по связям с общественностью аппарата Профсоюза.

Проектный офис аппарата Профсоюза, объединяющий управленческий и организационный кадровый потенциал проектов «Цифровизация Общероссийского Профсоюза образования», «Профсоюзное образование» и других федеральных профсоюзных проектов.

Постоянная комиссия Центрального Совета Профсоюза по организационным вопросам и кадровой работе.

Учебный центр Общероссийского Профсоюза образования.

Текущий и промежуточный контроль за реализацией Проекта осуществляется на каждом уровне структуры Профсоюза на основе отчетов о реализации соответствующих планов работы по направлению.

Мониторинг реализации Проекта на федеральном уровне осуществляется Проектным офисом аппарата Профсоюза с последующим ежегодным рассмотрением результатов мониторинга на заседаниях Исполнительного комитета Профсоюза и постоянной комиссии Центрального Совета Профсоюза по организационным вопросам и кадровой работе.

С учетом организационных и кадровых возможностей организаций Профсоюза предполагается расширение взаимодействия с участниками региональных сетей по развитию кадрового потенциала системы образования посредством реализации совместных проектов и программ.

Для реализации целей и задач Проекта на всех уровнях Профсоюза предполагается формирование целевого финансирования мероприятий.

Финансовое обеспечение проекта осуществляется за счет средств бюджетов профсоюзных организаций всех уровней, а также привлечения средств работодателей и государственных органов власти через механизмы социального партнерства, средств, полученных в качестве грантов и др.



ОБЩЕРОССИЙСКИЙ  
ПРОФСОЮЗ ОБРАЗОВАНИЯ

[www.eseur.ru](http://www.eseur.ru)