

Số: **16** /CĐGD

Về việc hướng dẫn tập luyện thể dục thể thao
bảo vệ, nâng cao sức khỏe phòng, chống bệnh
tật cho công chức, viên chức, công nhân
lao động giai đoạn 2021-2025

Hòa Bình, ngày **11** tháng 01 năm 2022

Kính gửi: Công đoàn các đơn vị, trường học trực thuộc

Thực hiện Kế hoạch số 2466/KH-LĐLĐ-SVHTTDL-SYT, ngày 30/12/2021 của Liên đoàn Lao động tỉnh, Sở Văn hóa, Thể thao và Du lịch, Sở Y tế tỉnh Hòa Bình về Hướng dẫn tập luyện thể dục thể thao bảo vệ, nâng cao sức khỏe phòng, chống bệnh tật cho công chức, viên chức, công nhân lao động giai đoạn 2021-2025; Công đoàn Giáo dục Hòa Bình đề nghị Công đoàn các đơn vị, trường học phối hợp với chuyên môn phổ biến, triển khai Kế hoạch số 2466/KH-LĐLĐ-SVHTTDL-SYT, ngày 30/12/2021 của Liên đoàn Lao động tỉnh, Sở Văn hóa, Thể thao và Du lịch, Sở Y tế tỉnh Hòa Bình (*sao gửi kèm*) đến cán bộ, nhà giáo, người lao động của đơn vị mình.

Công đoàn các đơn vị, trường học triển khai thực hiện Kế hoạch và báo cáo kết quả về Thường trực Công đoàn Giáo dục Hòa Bình lồng ghép trong báo cáo tổng kết hoạt động công đoàn năm học hàng năm./.

Nơi nhận:

- Như trên;
- Website ngành;
- Lưu: VP.

**TM. BAN THƯỜNG VỤ
CHỦ TỊCH**



Bùi Đức Ngọc

Số: 2466 /KH-LĐLĐ-SVHTTDL-SYT

Hòa Bình, ngày 30 tháng 12 năm 2021

KẾ HOẠCH

Hướng dẫn tập luyện thể dục thể thao bảo vệ, nâng cao sức khỏe, phòng chống bệnh tật cho công chức, viên chức, công nhân lao động giai đoạn 2021-2025

Căn cứ Kế hoạch số 131/KH-TLĐLĐVN-TCTDĐT-VSKNNMT, ngày 08/9/2021 của Tổng Liên đoàn Lao động Việt Nam, Tổng cục Thể dục thể thao và Viện Sức khỏe nghề nghiệp và môi trường - Bộ Y tế về hướng dẫn tập luyện thể dục thể thao bảo vệ, nâng cao sức khỏe, phòng chống bệnh tật cho công chức, viên chức, công nhân lao động giai đoạn 2021-2025.

Ban Thường vụ Liên đoàn Lao động tỉnh - Sở Văn hóa, Thể thao và Du lịch - Sở Y tế tỉnh Hòa Bình phối hợp xây dựng Kế hoạch hướng dẫn tập luyện thể dục thể thao bảo vệ, nâng cao sức khỏe, phòng chống bệnh tật cho cán bộ, công chức, viên chức, công nhân lao động (CB, CC, VC, CNLĐ) tỉnh Hòa Bình, giai đoạn 2021-2025, cụ thể như sau:

I. MỤC ĐÍCH, YÊU CẦU

1. Mục đích

a) Nhằm tiếp tục đẩy mạnh Cuộc vận động “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại” gắn với Chương trình “Sức khỏe Việt Nam” và phong trào xây dựng cơ quan, đơn vị, doanh nghiệp đạt chuẩn văn hóa, phong trào thi đua yêu nước và xây dựng môi trường làm việc văn minh, lành mạnh.

b) Vận động, hướng dẫn CB, CC, VC, CNLĐ duy trì nề nếp, thói quen thường xuyên tập luyện thể dục thể thao (TDDT) để bảo vệ, nâng cao sức khỏe, phát triển thể lực, cải thiện đời sống văn hóa, tinh thần, phòng chống bệnh tật, đáp ứng yêu cầu nguồn nhân lực xây dựng, phát triển đất nước và hội nhập quốc tế.

c) Tăng cường công tác phối hợp giữa ngành Văn hóa, Thể thao và Du lịch, ngành Y tế với Công đoàn các cấp trong việc xây dựng, phổ biến các tài liệu hướng dẫn tập luyện TDDT, các phương pháp vệ sinh, thực phẩm đảm bảo khoa học, thực tiễn và đáp ứng nhu cầu của CB, CC, VC, CNLĐ.

d) Vận động xã hội hóa các nguồn lực của các đơn vị, tổ chức, doanh nghiệp trong việc đầu tư phát triển phong trào TDDT trong các cơ quan, đơn vị, doanh nghiệp, khu công nghiệp.

2. Yêu cầu

a) Phát huy vai trò, trách nhiệm của mỗi cơ quan, đơn vị, doanh nghiệp để cao sự hợp tác trong giải quyết công việc, bảo đảm phát huy tính dân chủ, hiệu quả nhằm đẩy mạnh và nâng cao hiệu quả hoạt động TDDT.

b) Kế hoạch đảm bảo thiết thực, hiệu quả; phù hợp với yêu cầu thực tiễn đồng thời tuân thủ quy định của pháp luật.

II. NỘI DUNG TRIỂN KHAI

1. Công tác tuyên truyền, nâng cao nhận thức về vai trò tác dụng của tập luyện TDDT; vận động CB, CC, VC, CNLĐ thường xuyên tập luyện TDDT, thực hiện các biện pháp an toàn vệ sinh lao động

a) Đẩy mạnh công tác phổ biến, tuyên truyền nâng cao nhận thức của CB, CC, VC, CNLĐ về vai trò, tác dụng của tập luyện TDDT, các phương pháp vệ sinh, thực phẩm, an toàn lao động nhằm nâng cao sức khỏe, phát triển thể lực, tầm vóc, cải thiện đời sống văn hóa tinh thần, giáo dục ý chí, đạo đức, lối sống lành mạnh, góp phần xây dựng nguồn nhân lực đáp ứng yêu cầu phát triển bền vững đất nước và hội nhập quốc tế trong tình hình mới.

b) Tổ chức Ngày chạy Olympic vì sức khỏe toàn dân gắn với “*Cuộc vận động toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại*”; phong trào thể dục giữa giờ, thể dục phòng chống mệt mỏi nhằm vận động CB, CC, VC, CNLĐ tích cực tập luyện TDDT hàng ngày.

c) Phối hợp các cơ quan báo chí, truyền thông viết bài, đưa tin và đa dạng hóa các hình thức tuyên truyền và biểu dương, giới thiệu những tập thể, cá nhân điển hình tiên tiến về phong trào thể dục giữa giờ, thể dục chống mệt mỏi và phong trào TDDT trong CB, CC, VC, CNLĐ.

2. Phát động phong trào tập luyện TDDT, đảm bảo các biện pháp an toàn vệ sinh lao động trong các cơ quan, đơn vị, doanh nghiệp

a) Các cấp công đoàn đề xuất với các cấp ủy đảng, chuyên môn đồng cấp quan tâm đầu tư kinh phí, quỹ đất, cơ sở vật chất và các điều kiện để tập luyện, bố trí thời gian từ 01 - 02 lần/ngày để CB, CC, VC, CNLĐ được duy trì tập luyện thường xuyên bài tập thể dục giữa giờ, thể dục phòng chống mệt mỏi và tham gia tập luyện, thi đấu các môn thể thao vào thời gian thích hợp để rèn luyện thể chất, tinh thần, góp phần tăng năng suất và đảm bảo an toàn trong lao động.

b) Phát triển các câu lạc bộ TDDT, các tổ, đội, nhóm tập luyện các môn thể dục giữa giờ và các môn thể thao trong các cơ quan, đơn vị, trường học, doanh nghiệp như môn: bóng đá, bóng bàn, bóng chuyền da, bóng chuyền hơi, cầu lông, aerobic, khiêu vũ thể thao, yoga,...

c) Tích cực triển khai Chương trình phối hợp số 01/CTPH/LĐLĐ-SVHTTDL, ngày 11/6/2020 giữa Liên đoàn Lao động tỉnh với Sở VH,TT&DL, về việc đẩy mạnh các hoạt động văn hóa, văn nghệ, thể dục thể thao, du lịch và

gia đình trong cán bộ, công nhân viên chức, người lao động tỉnh Hòa Bình giai đoạn 2020-2025.

3. Phổ biến tài liệu, chuyên môn kỹ thuật hướng dẫn luyện tập TDTT phù hợp với từng đối tượng CB, CC, VC, CNLĐ

3.1. Tài liệu

3.1.1. Số lượng, hình thức tài liệu

a) Tài liệu, tranh ảnh, video clip hướng dẫn chuyên môn, kỹ thuật các môn thể thao từ đơn giản đến nâng cao.

b) Hướng dẫn các loại hình bài tập, các nhóm động tác mẫu về thể dục giữa giờ, thể dục phòng chống mệt mỏi, các động tác xoa bóp, bấm huyệt phù hợp với từng đối tượng CB, CC, VC, CNLĐ.

c) Tài liệu hướng dẫn tập luyện TDTT, tăng cường vận động thể lực kết hợp với các phương pháp đánh giá, kiểm soát các yếu tố gây căng thẳng mệt mỏi tại nơi làm việc và bảo đảm chế độ dinh dưỡng hợp lý phòng chống bệnh tật dành cho CB, CC, VC, CNLĐ; hướng dẫn các biện pháp phòng chống dịch bệnh Covid-19 trong các hoạt động TDTT.

d) Tài liệu hướng dẫn Người sử dụng lao động xây dựng các chương trình hỗ trợ người lao động tập luyện TDTT, tăng cường vận động tại nơi làm việc.

3.1.2. Đơn vị thực hiện: Sở Văn hóa, Thể thao và Du lịch phối hợp với Liên đoàn Lao động tỉnh, Sở Y tế tỉnh Hòa Bình.

3.1.3. Địa chỉ cung cấp, lưu trữ tài liệu:

a) Vận hành “Chuyên trang hướng dẫn tập luyện thể dục thể thao nâng cao sức khỏe, phòng chống bệnh tật cho nhân dân” trên Cổng thông tin điện tử:

- Trang tin điện tử Tổng cục TDTT: <http://www.tdtt.gov.vn>

- Trang youtube Tổng cục TDTT:

<https://youtube.com/channel/UCHP6EuX5yNnixa4cd2Zr60w>

- Trang Facebook Tổng cục TDTT:

<https://www.facebook.com/tongcuctheducthethao>.

- Trang tin Thể thao cho mọi người. www.thethaohomoi.com

- Tạp chí điện tử Thể thao: <https://thethaovietnamplus.vn/>

- Trang tin Tạp chí thể thao: <https://tapchithethao.vn/>.

- Chuyên trang hướng dẫn tập luyện TDTT:

<http://huongdantapluan.tdtt.gov.vn>

b) Trang thông tin điện tử Liên đoàn Lao động tỉnh Hòa Bình: <http://www.congdoanhoabinh.org.vn>

Trang Facebook Công đoàn Hòa Bình:

<https://www.facebook.com/congdoanhoabinh2018>

c) Cổng thông tin điện tử của Sở Y tế.

3.2. Tập huấn, phổ biến, hướng dẫn triển khai tài liệu.

a) Sở Văn hóa, Thể thao và Du lịch phối hợp với Liên đoàn Lao động, Sở Y tế tỉnh Hòa Bình tổ chức các lớp tập huấn dành cho đối tượng là cán bộ, huấn luyện viên, cộng tác viên của Trường Năng khiếu, Huấn luyện và Thi đấu TDTT tỉnh, Phòng Văn hóa và Thông tin, Trung tâm Văn hóa, Thể thao và Truyền thông các huyện, thành phố; Liên đoàn Lao động các huyện, thành phố, Công đoàn ngành và tương đương, Công đoàn LĐLĐ tỉnh phối hợp chỉ đạo về nghiệp vụ công tác TDTT và phương pháp hướng dẫn các bài tập thể dục giữa giờ, thể dục phòng chống mệt mỏi cho CB, CC, VC, CNLĐ (có kế hoạch riêng).

b) Các cấp công đoàn phối hợp ngành Văn hóa, Thể thao và Du lịch tổ chức tập huấn cho cán bộ, cộng tác viên TDTT trong các cơ quan, đơn vị, doanh nghiệp về nghiệp vụ công tác TDTT và phương pháp hướng dẫn các bài tập thể dục giữa giờ, thể dục phòng chống mệt mỏi cho CB, CC, VC, CNLĐ.

c) Trên cơ sở các nhóm động tác, loại hình bài tập mẫu của Tổng cục Thể dục thể thao, huấn luyện viên, cộng tác viên TDTT tại các cơ quan, đơn vị, doanh nghiệp chủ động trong việc sáng tạo, biên soạn các bài tập đảm bảo yêu cầu chuyên môn, đa dạng về hình thức, phong phú, hấp dẫn về nội dung, phù hợp với đặc thù nghề nghiệp và sở thích, nguyện vọng của CB, CC, VC, CNLĐ ở cơ sở.

4. Tổ chức các hoạt động giao lưu, biểu diễn, thi đấu các môn thể thao, Cuộc thi các bài thể dục giữa giờ trong CB, CC, VC, CNLĐ

4.1. Các hội thi, giải thi đấu thể thao, Cuộc thi các bài tập thể dục giữa giờ dành cho CB, CC, VC, CNLĐ.

a) Công đoàn cơ sở tổ chức các hoạt động giao lưu, biểu diễn, thi đấu các môn thể thao, các bài thể dục giữa giờ, thể dục phòng chống mệt mỏi cho CB, CC, VC, CNLĐ nhằm thu hút và khuyến khích, nâng cao chất lượng phong trào luyện tập TDTT trong cơ quan, đơn vị, doanh nghiệp.

b) Công đoàn cấp trên trực tiếp cơ sở phát động và tổ chức Cuộc thi “Xây dựng Video clip bài tập thể dục giữa giờ trong công chức, viên chức, công nhân lao động” từ các cấp cơ sở, cấp huyện, ngành nhằm nâng cao chất lượng, hiệu quả phong trào, đồng thời lựa chọn các tác phẩm tiêu biểu tham dự vòng Chung kết cuộc thi quy mô cấp tỉnh tổ chức hằng năm (có kế hoạch riêng).

4.2. Phối hợp tổ chức các hội thi, giải thi đấu thể thao quy mô cấp tỉnh dành cho CB, CC, VC, CNLĐ và tham dự Chung kết Cuộc thi “Xây dựng Video clip bài tập thể dục giữa giờ trong công nhân, viên chức, lao động” quy mô toàn quốc.

4.2.1. Đơn vị tổ chức: Sở Văn hóa, Thể thao và Du lịch phối hợp với Liên đoàn Lao động và Sở Y tế tỉnh Hòa Bình tổ chức.

4.2.2. Thời gian và địa điểm:

a) Dự kiến ban hành Thể lệ Cuộc thi trước tháng 7 hàng năm.

b) Dự kiến tổ chức cuộc thi cấp tỉnh vào tháng 8, 9 hàng năm.

Kết thúc Cuộc thi tổ chức Lễ công bố kết quả và trao giải thưởng các tác phẩm và đơn vị đoạt giải.

Tham gia Chung kết Cuộc thi cấp toàn quốc vào khoảng tháng 10-12 hàng năm tại thành phố Hà Nội.

4.2.3. Kinh phí: Do Sở Văn hóa, Thể thao và Du lịch, Liên đoàn Lao động tỉnh và Sở Y tế tỉnh Hòa Bình đảm bảo.

III. KINH PHÍ THỰC HIỆN

1. Sở Văn hóa, Thể thao và Du lịch, Liên đoàn Lao động tỉnh và Sở Y tế tỉnh bố trí kinh phí thực hiện Kế hoạch ở cấp tỉnh.

2. Căn cứ nhiệm vụ được giao, các đơn vị, các cấp công đoàn chủ động xây dựng kế hoạch, dự toán kinh phí hàng năm để triển khai thực hiện.

3. Các nguồn kinh phí tài trợ của các tổ chức, cá nhân trong và ngoài nước, các nguồn thu hợp pháp khác (nếu có).

IV. TỔ CHỨC THỰC HIỆN

1. Liên đoàn Lao động tỉnh Hòa Bình

- Hướng dẫn các cấp công đoàn thực hiện các nội dung, nhiệm vụ trong Kế hoạch và triển khai Cuộc vận động "*Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại*" giai đoạn 2021-2030, chương trình 10.000 bước chân mỗi ngày và phong trào "*Xây dựng cơ quan, đơn vị, doanh nghiệp văn hóa*" trong CB, CC, VC, CNLĐ.

- Phối hợp với Sở Văn hóa, Thể thao và Du lịch, Sở Y tế xây dựng chương trình, kịch bản chi tiết, dự toán kinh phí, xây dựng thể lệ Cuộc thi; vận động các nguồn tài trợ, phối hợp xây dựng tài liệu, tổ chức các lớp tập huấn, tổ chức hội thi, giải thi TDDT theo kế hoạch phối hợp hằng năm.

- Hướng dẫn, đôn đốc, kiểm tra, đánh giá kết quả phong trào TDDT nói chung, phong trào thể dục giữa giờ của cán bộ, công chức viên chức, người lao động; xây dựng và nhân rộng mô hình, điển hình tiên tiến, cách thức triển khai hay, hiệu quả về phát triển trong các cơ quan, đơn vị trên phạm vi toàn tỉnh.

2. Sở Văn hóa, Thể thao và Du lịch tỉnh Hòa Bình

- Chủ trì, phối hợp xây dựng, phổ biến, tuyên truyền tài liệu hướng dẫn chuyên môn, kỹ thuật các môn thể thao, hướng dẫn tập luyện thể dục giữa giờ,

thể dục phòng chống mệt mỏi và thể dục phòng chống bệnh tật phù hợp từng đối tượng CB, CC, VC, CNLĐ; phối hợp tổ chức các lớp tập huấn, tổ chức hội thi, giải thi TDTT theo kế hoạch phối hợp hằng năm.

- Hướng dẫn, chỉ đạo, đôn đốc Trường Năng khiếu, Huấn luyện và Thi đấu TDTT tỉnh, Phòng Văn hóa và Thông tin, Trung tâm Văn hóa, Thể thao và Truyền thông các huyện, thành phố phối hợp với Liên đoàn Lao động các huyện, thành phố, Công đoàn ngành và tương đương, Công đoàn LĐLĐ tỉnh phối hợp chỉ đạo và ngành Y tế phát triển phong trào TDTT, thể dục giữa giờ trong cơ quan, đơn vị, doanh nghiệp trên địa bàn tỉnh.

- Tổng hợp, báo cáo Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch kết quả hằng năm về phong trào TDTT, phong trào thể dục giữa giờ, thể dục phòng chống mệt mỏi của CB, CC, VC, CNLĐ tỉnh Hòa Bình.

- Phối hợp với Liên đoàn Lao động tỉnh xây dựng chương trình, kịch bản chi tiết, dự toán kinh phí, xây dựng thể lệ Cuộc thi; vận động các nguồn tài trợ, phối hợp xây dựng tài liệu, tổ chức các lớp tập huấn, tổ chức hội thi, giải thi TDTT theo kế hoạch phối hợp hằng năm.

3. Sở Y tế tỉnh Hòa Bình

- Chủ trì, phối hợp xây dựng, phổ biến tài liệu hướng dẫn phòng chống dịch bệnh Covid-19 và phòng, chống các bệnh lây nhiễm trong cơ quan, đơn vị, doanh nghiệp; hướng dẫn về chế độ dinh dưỡng, vệ sinh an toàn thực phẩm và tập luyện thể lực phòng chống bệnh tật cho CB, CC, VC, CNLĐ.

- Phối hợp xây dựng tài liệu, tổ chức các lớp tập huấn, tổ chức hội thi, giải thi TDTT theo Kế hoạch hằng năm.

- Nghiên cứu, đánh giá tác động của các bài tập thể dục thể thao đến sức khỏe của CB, CC, VC, CNLĐ.

4. Các cấp công đoàn trong toàn tỉnh, Trường Năng khiếu, Huấn luyện và Thi đấu TDTT tỉnh, Phòng Văn hóa và Thông tin, Trung tâm Văn hóa, Thể thao và Truyền thông, Phòng Y tế, Trung tâm y tế, bệnh viện đa khoa các huyện, thành phố

- Phối hợp với ngành Y tế các huyện, thành phố xây dựng Kế hoạch hướng dẫn tập luyện thể dục thể thao bảo vệ, nâng cao sức khỏe, phòng chống bệnh tật cho CB, CC, VC, CNLĐ giai đoạn 2021-2025 phù hợp với tình hình thực tế của địa phương, ngành, cơ quan, đơn vị, doanh nghiệp.

- Phối hợp ngành Y tế, các đơn vị liên quan để phối hợp xây dựng và hướng dẫn các bài tập thể dục giữa giờ, thể dục phòng chống mệt mỏi phù hợp với từng đối tượng, đặc thù, ngành nghề của CB, CC, VC, CNLĐ trên địa bàn.

- Kết nối với Chuyên trang “*Hướng dẫn tập luyện TDTT nâng cao sức khỏe, phòng chống bệnh tật*” trên Cổng thông tin điện tử của Sở Văn hóa, Thể

thao và Du lịch để tham khảo các tác phẩm đoạt giải Cuộc thi “Sáng tạo Video clip bài tập thể dục giữa giờ trong CB, CC, VC, CNLĐ” hằng năm và tài liệu, tranh ảnh, video clip hướng dẫn chuyên môn, kỹ thuật các môn thể thao, các bài tập thể dục giữa giờ phù hợp với đặc thù từng đối tượng, vùng miền, nghề nghiệp, tình trạng sức khỏe của CB, CC, VC, CNLĐ.

- Báo cáo kết quả triển khai thực hiện kế hoạch về Liên đoàn Lao động tỉnh (qua Ban Tuyên giáo - Nữ công), Sở Văn hóa, Thể thao và Du lịch (qua Phòng quản lý TDTT) và Sở Y tế (qua Phòng Nghiệp vụ Y) trước ngày 05/12 hàng năm.

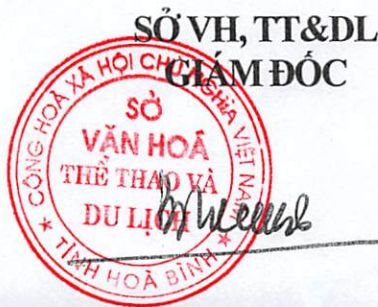
Trong quá trình triển khai, thực hiện nếu có phát sinh, vướng mắc cần thông tin kịp thời về bộ phận thường trực của các cơ quan để thống nhất thực hiện:

- Ông Trần Phương Đông, Trưởng ban Tuyên giáo - Nữ công, Liên đoàn Lao Động tỉnh, số điện thoại: 0913039200; Email: trandongldldhb@gmail.com

- Ông Nguyễn Ngọc Tân, Phó Trưởng phòng Quản lý Thể dục thể thao, Sở Văn hóa Thể thao và Du lịch, số điện thoại: 0912479971; Email: nguyenngoctan.hb@gmail.com

- Ông Vũ Quốc Hải, Chuyên viên chính phòng Nghiệp vụ Y, Sở Y tế tỉnh Hòa Bình, số điện thoại: 0983262972; Email: drvuhai@gmail.com

Trên đây là kế hoạch hướng dẫn tập luyện thể dục thể thao bảo vệ, nâng cao sức khỏe, phòng chống bệnh tật cho cán bộ, công chức, viên chức, công nhân lao động tỉnh Hòa Bình, giai đoạn 2021-2025.



Bùi Thị Niềm



Bùi Thu Hằng

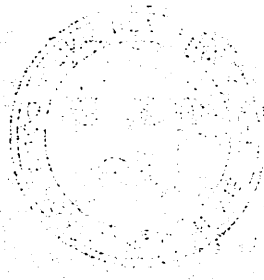
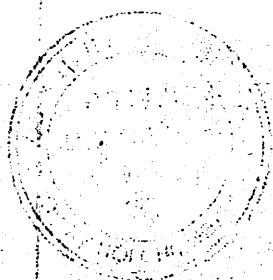


Nguyễn Mạnh Cường

Nơi nhận:

- Ban Tuyên giáo Tổng LĐLĐ Việt Nam;
 - Tổng cục TDTT;
 - Ban Tuyên giáo Tỉnh ủy;
 - TTLĐLĐ tỉnh;
 - Lãnh đạo Sở VH&TT&DL;
 - Lãnh đạo Sở Y tế;
 - LĐLĐ các huyện, TP; Công đoàn ngành;
 - Các phòng chuyên môn, đơn vị trực thuộc Sở VH&TT&DL;
 - Các phòng nghiệp vụ, đơn vị trực thuộc Sở Y tế;
 - Phòng VH&TT, Trung tâm VH, TT&TT các huyện, TP;
 - Lưu: VT LĐLĐ, SVH&TTDL, SYT (NNT 91^b).
- (Báo cáo)

THE
OFFICE
OF THE
ATTORNEY GENERAL
WASHINGTON, D.C.
JAN 10 1964



TO THE HONORABLE
THE ATTORNEY GENERAL
WASHINGTON, D.C.
FROM THE
UNITED STATES DEPARTMENT OF JUSTICE
JAN 10 1964