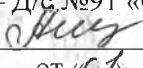


СОГЛАСОВАНО

Председатель профкома

МАДОУ «ЦРР – Д/с №91 «Строитель»

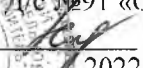
г. Улан-Удэ»  Ануфриева Л.Б.

Протокол № _____ от «07» 09 2022г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующая

МАДОУ «ЦРР – Д/с №91 «Строитель»

г. Улан-Удэ»  Киселева О. В.

«01» 09 2022г.

Корпоративная программа
«Укрепление здоровья на рабочем месте»
МАДОУ «ЦРР-Детский сад №91 «Строитель»
на 2022-2024 г.г.

По определению Всемирной организации здравоохранения здоровьем считается - состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов. Так же по данным Всемирной организации здравоохранения, ведение корпоративных программ, стимулирующих здоровый образ жизни, позволяет компании на 30% минимизировать потери от болезней сотрудников. При этом число пропусков работы по болезни сокращается на 20%, а эффективность работы сотрудника вырастает почти на 10%. Человеческий капитал является одним из ведущих факторов социально-экономического развития, и сохранение здоровья сотрудника является актуальным приоритетом для государства и отдельного работодателя.

Внедрение корпоративной программы укрепления здоровья на рабочем месте является частью государственной политики в рамках проекта «Демография», направленного на увеличение ожидаемой средней продолжительности жизни населения России до 78 лет к 2024 году, и позволяет охватить профилактическими мероприятиями основную целевую группу, имеющую все поведенческие факторы риска, а именно трудоспособную организованную часть населения.

Цели Программы:

Сохранение укрепления жизни и здоровья работников путем поощрения здорового образа жизни, расширения мер профилактики профессиональных заболеваний, формирование здорового климата в коллективе.

Задачи Программы:

1. Формирование среды, способствующей ведению сотрудниками МАДОУ «ЦРР-Детский сад №91 «Строитель» г. Улан-Удэ здорового образа жизни;
2. Повышение качества жизни, увеличение доли сотрудников, систематически занимающихся физической культурой и спортом;
3. Мотивация сотрудников к ведению здорового образа жизни.

Принципы реализации Программы:

1. Принцип научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически апробированными методиками.
2. Принцип целостности, комплексности педагогических процессов выражается в непрерывности процесса оздоровления и предполагает тесное взаимодействие сотрудников и медицинских работников.
3. Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.
4. Принцип комплексности и интегративности - включает решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.
5. Принцип связи теории с практикой формирует умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

6. Принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма в результате завышенных требований и физических нагрузок.
7. Принцип коммуникативности помогает воспитать потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.
8. Принцип непрерывности оздоровительного воспитания включает в себя постоянное совершенствование личности в различных аспектах жизнедеятельности.

II. Содержательный раздел

2.1. Основные направления деятельности Программа по поддержке здорового образа жизни сотрудников детского сада ЦРР определяется целью, и включает блоки, направленные на работу с сотрудниками, и блоки, направленные на создание и развитие соответствующей инфраструктуры. Блоки, направленные на работу с сотрудниками.

— поощрение и поддержка работников с целью приобщения их к здоровому образу жизни.

Срок реализации Программы 2 года. В нее входят 4 блока, состоящих из теоретических и практических занятий с сотрудниками.

Механизмы реализации Программы:

Реализация корпоративной программы предусмотрена по 4 блокам:

- «Твое здоровье – в твоих руках!»
- «Движение – это жизнь!»
- «Здоровый образ жизни –это...»
- «Управление стрессом!»

Этапы реализации Программы:

1. Принятие и внедрение кооперативной программы укрепление здоровья сотрудников, назначение ответственных лиц за внедрение программы.
2. Проведение анкетирования, анализ результатов просмотров и диспансеризации работников с целью выявления факторов влияющих на здоровье работника.
3. Разработка плана реализации мероприятий с 2022-2024г.г.
4. Проведение с сотрудниками инструктажа по охране труда и технике безопасности на рабочем месте с целью предупреждения производственного травматизма: специальной оценки условий труда.
5. Организация диспансеризации, медицинских осмотров сотрудников и их иммунизация.
6. Организация группового консультирования, обучения методам сохранения и укрепления здоровья, профилактики заболеваний.

План мероприятий на 2022-2024 г.г.

I блок медицинский «Твое здоровье - в твоих руках»

1. Проведение анкетирования, с целью выявления факторов, влияющих на здоровье работников и получения общих сведений о состоянии здоровья работников: низкая физическая активность, избыточный вес, повышенное артериальное давление, курение, несбалансированное питание и пр.
2. Воспитание у работников более ответственного отношения к своему здоровью с использованием различных подходов: системы контроля, обучения, поддержания навыков и проверки знаний.
3. Проведение инструктажей персонала с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которых является производственный травматизм и вредные факторы.
4. Организация контроля над проведением периодических медицинских осмотров, диспансеризации сотрудников. Проведение вакцинации работников в рамках Национального календаря профилактических прививок.

Направление работы	Содержание блока	Сроки проведения	Ответственные
Нормативно-правовое	Разработка перспективного плана медицинского блока «Твое здоровье - в твоих руках»	Август 2022г.	Творческая группа
	Заключение договоров о сотрудничестве с социумом	Сентябрь 2022г.	Заведующий ЦРР
	Анкетирование, опрос работников по формированию здорового образа жизни работников	На протяжении 2022-2024г.	Специалист по ОТ, медицинский работник
Информационное	Памятки о мерах профилактики гриппа, ОРВИ и COVID-19 в период подъёма заболеваемости; Профилактика рака груди	1 раз в квартал	Медицинский работник
Практическое	Диспансеризация сотрудников	На протяжении 2022-2024г.	Медицинский работник
	Проведение вакцинации работников в рамках Национального календаря профилактических прививок	1 раз в год	Медицинский работник
	Периодический медицинский осмотр	1 раз в год	Медицинский работник
	Участие в Спартакиаде работников образования: -веселые старты, волейбол, настольный теннис и др.	На протяжении 2022-2024г.	Инструктор по физической культуре
	Кислородный коктейль, фитотерапия	На протяжении 2022-2024г.	Медицинский работник

II блок спортивный «Движение – это жизнь»

1. Участие трудовых коллективов в спортивных мероприятиях, спартакиадах, турнирах, спортивных конкурсах.
2. Участие в программе сдачи норм ГТО.
3. Организация Дней здоровья, акций.
4. Организация культурно-спортивных мероприятий для работников с участием членов их семей.
5. Проведение коллективного отдыха на свежем воздухе с применением активных игр.

Направление работы	Содержание блока	Сроки проведения	Ответственные
Нормативно-правовое	Разработка перспективного плана спортивного блока	август 2022г.	Творческая группа

	«Движение – это жизнь»		
	Заключение договоров о сотрудничестве с социумом	Сентябрь 2022г.	Заведующий ЦРР
	Анкетирование, опрос работников по физической культуре работников МАДОУ ЦРР	На протяжении 2022-2024г.	Специалист по ОТ, медицинский работник
Информационное	Обзор и выставки новинок литературы по вопросам физической активности	1 раз в квартал	Медицинский работник
	Лекции: «Жизнь-это движение»; «Почему нужна утренняя зарядка?»	На протяжении 2022-2024г.	Медицинский работник
	Разработка памяток: «10 шагов к здоровью»; «Культура здоровья»; «Выбирай спортивный образ жизни»	На протяжении 2022-2024 г.	Медицинский работник
Практическое	Еженедельная производственная зарядка для сотрудников	Еженедельно на протяжении 2022-2024г.	Медицинский работник
	Марафон « Считай шаги и будь здоров!»	На протяжении 2022-2024г.	Инструктор по физической культуре

III блок пропаганды здорового образа жизни «Здоровый образ жизни –это...»

1. Информирование работников об основах рациона здорового питания: размещение информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки), организация образовательных семинаров, лекций, мастер-классов.
2. Проведение тематических Дней отказа от вредных привычек.
3. Проведение конкурсов плакатов и фотографий, призванных помочь сотрудникам приобщаться к здоровому образу жизни.
4. Информирование сотрудников о вредных воздействиях пагубных привычек с использованием всех возможных каналов, размещение информационных бюллетеней и плакатов по вопросу вреда курения для здоровья.

Направление работы	Содержание блока	Сроки проведения	Ответственные
Нормативно-правовое	Разработка перспективного плана медицинского блока «Здоровый образ жизни – это...»	август 2022г.	Творческая группа
	Заключение договоров о сотрудничестве с социумом	Сентябрь 2022г.	Заведующий ЦРР

	Анкетирование, опрос работников по формированию здорового образа жизни работников	На протяжении 2022-2024г.	Специалист по ОТ, медицинский работник
Информационное	Анкеты: «Разговор о правильном питании»; «Курение и здоровье»	1 раз в квартал	Медицинский работник
	Памятка: «Почему здоровье кишечника так важно?»	1 раз в квартал	Медицинский работник
Практическое	Просмотр видеофильмов, социальных роликов по пропаганде здорового образа жизни	На протяжении 2022-2024г.	Медицинский работник
	Конкурс плакатов «Витамины –наши друзья и помощники»	Апрель 2023г.	Медицинский работник
	Конкурс фотографий «Мы за ЗОЖ!»	Май 2023г.	Инструктор по физической культуре
	Познавательно-развлекательная игра «Вредные и полезные привычки»	Июнь 2023г.	Специалист по ОТ

IV блок психологическое здоровье «Управление стрессом»

1. Продолжить организацию проведения тренингов, консультаций, семинаров по управлению конфликтными ситуациями.
2. Продолжать разрабатывать мероприятия, направленных на противодействие профессиональному выгоранию.
3. Положительная оценка руководителем результатов труда работников, выраженные благодарности за успешно выполненные задачи.
4. Продолжать внедрение нетрадиционных методов улучшения здоровья: ароматерапия, музыкотерапия.
5. Формирование у работников таких личностных качеств, как жизнерадостность, стрессоустойчивость, целеустремленность, уверенность в себе на основе стабилизации душевного равновесия, поддержание в коллективе атмосферы взаимной поддержки и доверия.

Направление работы	Содержание блока	Сроки проведения	Ответственные
Нормативно-правовое	Разработка перспективного плана медицинского блока «Управляй стрессом»	август 2022г.	Творческая группа
	Заключение договоров о сотрудничестве с социумом	Сентябрь 2022г.	Заведующий ЦРР
	Анкетирование, опрос работников по вопросам психологического состояния сотрудников	На протяжении 2022-2024г.	Специалист по ОТ, медицинский работник
Информационное	Анкеты: «Оценка	1 раз в квартал	Медицинский

	нервнопсихической устойчивости педагога»; «Определение стрессоустойчивости и социальной адаптации Холмса и Раге».		работник
Практическое	Разработка памяток: «Как улучшить настроение?»; «Сильнее всех владеющий собой»; «Как защитить себя от депрессии».	На протяжении 2022-2024г.	Медицинский работник
	Познавательно-развлекательная игра «Вредные и полезные привычки»	Июнь 2023г.	Медицинский работник
	Психологический тренинг «Что такое эмоциональное выгорание и как с ним бороться!»	декабрь 2022г.	Специалист по ОТ
	Просмотр видеофильмов, социальных роликов о психическом здоровье	На протяжении 2022-2024г.	Специалист по ОТ
	Мастер-класс с элементами практикума «Арт-терапия»	Май 2022г.	Музыкальный руководитель
	Организация экскурсии на базу отдыха	Ежегодно	Профсоюзный комитет МАДОУ ЦРР

III. Организационный раздел

3.1. Ресурсы, обеспечивающие выполнение Программы

Материально-технические условия для оздоровления сотрудников: физкультурный зал, спортплощадка, спортивные уголки в группах, оборудованные 13 игровых участков на территории с учетом сезонных и погодных изменений в природе, облучатель ультрафиолетовый кварцевый. В ДОО оборудован медицинский блок.

Условия для приема пищи сотрудниками ДОО созданы следующим образом:

- в групповом помещении
- для педагогов и учебно-вспомогательного персонала
- в отдельном помещении пищеблока

Кадровые условия:

-профилактические и оздоровительные мероприятия Программы осуществляют специалисты ЦРР, реализующие творческие и инновационные подходы к организации образовательной деятельности по физическому развитию и оздоровлению всех участников образовательных отношений: старший воспитатель; педагог-психолог, инструктор по физической культуре, учитель-логопед; музыкальный руководитель; медицинская сестра.

3.2. Оценка эффективности реализации мероприятий Программы

Для оценки эффективности Программы разработаны критерии эффективности:

- отзывы сотрудников, внедрение социальных технологий/ моделей/ методик;
- развитие взаимодействия с партнерами Городским Центром Здоровья г. Улан-Удэ, ГБУЗ «Поликлиника №3» г. Улан-Удэ;

- динамика участия сотрудников в оздоровительных и корпоративных мероприятиях, направленных на формирование ЗОЖ;

- доступность и актуальность информирования сотрудников.

Программа указывает основные стратегические направления становления здорового образа жизни, обеспечивающие позитивную динамику развития здоровьесберегающей среды учреждения, положительную динамику отказа от вредных привычек. Программа может подвергаться корректировке в соответствии с конкретной ситуацией, достигнутыми результатами.

3.3. Ожидаемые результаты Программы:

1. Повышение информированности сотрудников о здоровом образе жизни.
2. Повышение мотивации сотрудников к ведению здорового образа жизни.
3. Снижение временной нетрудоспособности сотрудников.
4. Выявление заболеваний на ранней стадии.
5. Возможность получения материального и социального поощрения.
6. Улучшение условий труда.
7. Улучшение

качества

жизни