

Принято на общем собрании

трудового коллектива

Протокол №1

От 31 августа 2022 года

Утверждаю

И.о.заведующего «МБДОУ

«Детский сад «Дюймовочка»

г.Вуктыл

Приказ №123/1 от 31 августа 2022г.

Корпоративная программа

укрепления здоровья сотрудников

МБДОУ «Детский сад «Дюймовочка» г.Вуктыл

Содержание

1. Актуальность
2. Цель программы
3. Задачи программы
4. Ожидаемые результаты эффективности программы
5. План мероприятий

1. Актуальность

Программа укрепления здоровья и благополучия сотрудников ДОО подразумевает под собой комплекс мероприятий, предпринимаемых работодателем для улучшения состояния здоровья работников, улучшения микроклимата в коллективе, в целях профилактики заболеваний, повышения безопасности, производительности и эффективности труда работников. Залогом успешности программы является целостный подход, основанный на определении здоровья не только как отсутствие болезней, но и состояние полного физического, эмоционального, интеллектуального, социального благополучия. Здоровье работающего населения определяется производственными, социальными и индивидуальными рисками, доступом к медико-санитарным услугам. Ценность физического, психического и социального здоровья каждого сотрудника ДОО многократно возрастает. Рабочее место - оптимальная организационная форма охраны и поддержания здоровья, профилактики заболеваний (определение ВОЗ). По данным исследователей почти 60% общего бремени болезней обусловлено семью ведущими факторами: • повышенное артериальное давление, • потребление табака, • чрезмерное употребление алкоголя, • повышенное содержание холестерина в крови, • избыточная масса тела, • низкий уровень потребления фруктов и овощей, • малоподвижный образ жизни. Система укрепления здоровья сотрудников на рабочем месте включает создание условий, снижающих не только риск профессионально обусловленных заболеваний, но и риск развития социально значимых хронических заболеваний. Он повышается при нерациональном питании, недостаточной физической активности, стрессах на рабочем месте, наличии вредных привычек (курение, злоупотребление алкоголем). Стратегический и тактический посыл дан в Указе Президента Российской Федерации от 06.06.2019 № 254 «О стратегии развития здравоохранения в Российской Федерации на период до 2025 г.». Указ предусматривает организацию и развитие системы профилактики профессиональных рисков, которая ориентирована на качественное и своевременное выполнение лечебнопрофилактических

мероприятий, позволяющих вернуть работников к активной трудовой и социальной деятельности с минимальными повреждениями здоровья, формирование системы мотивации граждан к ведению здорового образа жизни. Формирование навыков ведения здорового образа жизни начинается с воспитания мотивации к здоровому образу жизни и осуществляется через целенаправленную деятельность организации в рамках здоровьесформирующей программы, посредством создания здоровьесберегающей среды или территорий здорового образа жизни. Личная заинтересованность сотрудников – ключевое условие эффективного внедрения корпоративной программы.

2. Цель программы

Корпоративная программа по укреплению здоровья на рабочем месте для работников организации разработана с целью продвижения здорового образа жизни в коллективе организации, сохранения здоровья персонала на рабочем месте. Основная цель программы: сохранение и укрепление здоровья сотрудников организации, профилактика заболеваний и потери трудоспособности.

3. Задачи программы

Основными задачами корпоративной программы по укреплению здоровья сотрудников организации являются:

- Формирование системы мотивации работников организации к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек.
- Создание благоприятной рабочей среды (сплочение коллектива) для укрепления здоровья и благополучия сотрудников организации.
- Повышение ответственности за индивидуальное здоровье и приверженности к здоровому образу жизни работников и членов их семей.
- Создание благоприятных условий в организации для ведения здорового и активного образа жизни.
- Содействие прохождению работниками профилактических осмотров и диспансеризации.
- Проведение для работников профилактических мероприятий.
- Создание оптимальных гигиенических, экологических и эргономических условий деятельности работников на их рабочих местах.
- Формирование установки на отказ от вредных привычек.
- Формирование мотивации на повышение двигательной активности.
- Формирование стрессоустойчивости.
- Сохранение психологического здоровья и благополучия.

4. Ожидаемые результаты эффективности программы

В результате реализации корпоративной программы по укреплению здоровья сотрудников предполагаются следующие результаты:

Для работников:

- Изменение отношения к состоянию своего здоровья.
- Укрепление здоровья и улучшение самочувствия.
- Приверженность к ЗОЖ.
- Улучшение качества жизни.

Для работодателей:

- Сохранение на

длительное время здоровых трудовых ресурсов. • Повышение производительности труда. • Сокращение трудопотерь по болезни. • Снижение текучести кадров. • Повышение имиджа организации. • Внедрение приоритета здорового образа жизни среди работников; изменение отношения работников к состоянию своего здоровья. • Снижение заболеваемости и инвалидизации работников. • Повышение численности работников, ведущих здоровый образ жизни.

5. План мероприятий

№	Наименование мероприятия	Цель мероприятия	Форма мероприятия	Сроки реализации и мероприятия	Ответственные
1	«Голос-рабочий инструмент»	Создание устойчивой мотивации и потребностей в правильном использовании голоса, его восстановлении и сохранении своего здоровья и окружающих	1.Разработка информационных буклетов на тему - «Здоровье голосовых связок» 2.Круглый стол с педагогами на тему – «Народные методы профилактики и лечения ЛОР заболеваний»	1 раз в год	Учитель-логопед Молчанова А.В.
2.	Профилактика простудных заболеваний или как жить без ОРВИ и ОРЗ	Оздоровление организма посредством ЗОЖ. Обучение технике массажа для улучшения работы ЛОР органов. Приобретение навыка здорового дыхания.	Разработка памятки «Витамины во благо». Оформление стенда «Осторожно! Грипп!»	2 раза в год	Медицинская сестра Божок М.К. И.о. заведующего Тукова И.С.
3.	Социально – психологическая помощь в конфликтных ситуациях	Снятие психо-эмоционального напряжения . Создание благоприятных условий для	Индивидуальная - Подгрупповая Проведение консультаций по запросу. - Разработка , организация и проведение	1 раз в квартал	Педагог-психолог Шуйская Э.В.

		педагогов в управлении своими поступками и эмоциями.	мероприятий с целью профилактики эмоционального выгорания, сохранения психического здоровья педагогов.		
4.	«Здоровая спина»	Провести анкетирование сотрудников для выявления наиболее острых проблем. Подбор комплексов упражнений для профилактики и укрепления опорно-двигательного аппарата.	Специально организованные занятия в ДОУ на растяжку и укрепление мышечного корсета	1 раз в квартал	Инструктор по физической культуре Осташева К.В.
5.	«Психогимнастика или методы групповой терапии»	Создание положительного микроклимата в коллективе и снятие мышечного напряжения.	Коммуникативные игры. Музыкотерапия.	2 раза в год	Педагог-психолог Шуйская Э.В.
6.	Активный отдых на природе	Оздоровление внутренней эмоциональной атмосферы в коллективе и получение положительных эмоций и чувства мышечной радости .	Лыжные походы; - Посещение бассейна.	В течении всего года	И.о. заведующего Тукова И.С.
7.	ГТО или «Самая, самая»	Стимулирование желания быть здоровым, спортивной	Спортивный зал; - Спортивная площадка	2 раза в год	Инструктор по физической культуре

		дружеской конкуренции между коллегами и желание гордиться своими достижениям и. Нести здоровую привычку в обыденную жизнь, как одну из главных задач.			Осташева К.В.
--	--	---	--	--	---------------