

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.
--	--	---	--	--	------------------