

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 20 «Белочка» общеразвивающего вида

«УРПИ» «Челядьбс сөвмөдэн 20 №-а видзанін»  
школадз велөдэн муниципальной сьөмкүд учреждение

ПРИНЯТА:

Педагогическим советом  
протокол № 2  
от «09» декабря 2021 года

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ «Детский  
сад № 20 «Белочка»  
\_\_\_\_\_ Н.А. Шилова  
приказ № 586  
от «10» декабря 2021 г.

КОРПОРАТИВНАЯ ПРОГРАММА  
по укреплению здоровья сотрудников на  
рабочем месте

## **ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ**

<b>НАИМЕНОВАНИЕ ПРОГРАММЫ</b>	<i>Корпоративная программа по укреплению здоровья сотрудников на рабочем месте</i>
<b>ЗАКАЗЧИК ПРОГРАММЫ</b>	Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 20 «Белочка» общеразвивающего вида
<b>ОБОСНОВАНИЕ РАЗРАБОТКИ ПРОГРАММЫ</b>	<p>Корпоративная программа по укреплению здоровья сотрудников МБДОУ «Детский сад № 20 «Белочка» разработана в рамках реализации Плана мероприятий региональной программы «Укрепление общественного здоровья».</p> <p>По определению Всемирной организации здравоохранения здоровьем считается - состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.</p> <p>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%.</p> <p>Человеческий капитал является одним из ведущих факторов социально-экономического развития, и сохранение здоровья сотрудника является актуальным приоритетом для государства и отдельного работодателя.</p>
<b>ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ</b>	Сохранение и укрепление здоровья сотрудников путем формирования в коллективе установки на здоровый образ жизни, посредством создания условий для укрепления и сохранения здоровья в процессе работы, формирования культуры здоровья на основе осознания здоровья как ценности, обучения сотрудников знаниям, умениям и навыкам здорового образа жизни.
<b>ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ</b>	1. Создать условия для физического, психологического и социального благополучия сотрудников;

2. Формировать ответственное отношение к своему здоровью
3. Проведение информационной кампании по формированию представления здорового образа жизни в компании
4. Воспитать потребность в здоровом образе жизни, принимать активное участие в мероприятиях и акциях, направленных на здоровый образ жизни

## **ЧИСЛЕННОСТЬ**

- сотрудники учреждения (110 чел.)

## **ОПИСАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### ***Организационно-методическая работа***

1. Организация работы с целью создания необходимых условий и графика занятий для сотрудников с заболеваниями.
2. Утверждение программы по оздоровлению сотрудников.
3. Проведение мониторинга отношения сотрудников к здоровому образу жизни.
4. Проведение дней здоровья в учреждении.
5. Тренинги по навыкам ЗОЖ.

### ***Информационно-просветительская работа***

1. Организация выставок по ЗОЖ.
2. Организация цикла бесед о профилактике различных заболеваний.
3. Организация работы по профилактики вредных привычек социально опасных заболеваний.

### ***Обеспечение безопасных для здоровья условий***

1. Создание условий работы, отвечающих требованиям безопасности для здоровья и жизни
2. Создание условий, отвечающих санитарно-гигиеническим нормам, для полноценного отдыха и работы.
3. В рамках борьбы с туберкулезом ежегодное флюорографическое обследование сотрудников.

### ***Массовая работа по оздоровлению сотрудников***

1. Диспансеризация сотрудников.
2. Проведение цикла лекций, круглых столов, семинаров, направленных на приобретение сотрудниками знаний по сохранению и укреплению здоровья.
3. Проведение комплекса культурно-массовых, спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий.

## Индивидуальная работа

1. Ежегодный медицинский осмотр и проведение инструктажа по охране труда и технике безопасности для вновь принятых сотрудников

### ***Охрана труда и создание безопасных условий труда***

1. Проведение мероприятий по улучшению условий труда сотрудников.
2. Контроль над состоянием охраны труда и выполнением мероприятий по охране труда, технике безопасности и пожарной безопасности.
3. Осуществление периодического медицинского осмотра работников.
4. Проведение специальной оценки условий труда.

### ***Спортивно-массовая работа***

1. Просветительская работа по организации работы по различным направлениям (фитнесс, аэробика, командные спортивные игры, велопрогулки).
2. Организация досуга сотрудников.
3. Участие в массовых спортивных городских мероприятиях.

Без ограничений

**СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ  
ПРОГРАММЫ  
ОЖИДАЕМЫЕ  
РЕЗУЛЬТАТЫ**

#### Количественные:

1. Значительное увеличение доли лиц с физической активностью;
2. Увеличение доли сотрудников, ведущих здоровый образ жизни;
3. Увеличение индекса здоровья сотрудников.

#### Качественные:

1. Уменьшение употребления табака;
  2. Укрепление социального и психического здоровья сотрудников;
- Увеличение работоспособности сотрудников.

**Сетевой график реализации корпоративной программы по укреплению  
здоровья сотрудников МБДОУ «Детский сад № 20 «Белочка»**

<b>№</b>	<b>Направление мероприятий</b>	<b>Цель мероприятия</b>	<b>Форма мероприятия</b>	<b>Сроки реализации мероприятия</b>
<b>1.</b>	Организация контроля над проведением периодического медицинского осмотра, диспансеризации и иммунизации сотрудников	Цель: раннее выявление болезней и их профилактика	Сбор данных, анализ проведенных предварительных и периодических медицинских осмотров, диспансеризации, иммунизации сотрудников	1 раз в год Постоянно
<b>2.</b>	Профилактика табакокурения	Цель: снижение количества курящих сотрудников	Информирование работников о запрете курения на территории ДОУ и в здании (приказ учреждения). Здание оснащено детекторами дыма, что позволяет контролировать запрет на курение.	Постоянно
<b>3.</b>	Культурный досуг сотрудников	Цель: налаживания отношений между сотрудниками	Организация и проведение мероприятий для сотрудников (Новый год, День дошкольного работника, Международный женский день 8 Марта, День защитника Отечества и другие)	Согласно датам праздника
<b>4.</b>	Проведение акции и конкурсов среди сотрудников	Цель: активная пропаганда здорового образа жизни среди сотрудников ДОУ	Организация и проведение различных акции повышающее эмоциональное состояние сотрудников	Постоянно

5.	Информационно- мотивационное просвещение	Цель: формирование убеждений и привычек здорового образа жизни	Подготовка и разработка различных информационных листовок по темам здорового образа жизни.	1 раз в квартал
6.	Участие в различных спортивных мероприятиях	Цель: пропаганда здорового образа жизни, популяризация физической культуры и спорта среди сотрудников ДОУ	Участие сотрудников в спортивных мероприятиях	По мере поступления информации
7.	Организация производственной гимнастики	Цель: повышения работоспособности, укрепления здоровья и предупреждения утомления сотрудников.	Организация перерывов в рабочее время с использованием различных методик на рабочих местах	Ежедневно
8.	Инструктаж персонала	Цель: предупреждение случаев производственного травматизма	Проведение инструктажа с сотрудниками	Постоянно
9.	«Голос – рабочий инструмент»	Создание устойчивой мотивации и потребности 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
10.	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.	1.Размещение информации о гимнастике Стрельниковой в группах. 2. Фитотерапия (мастер классы сотрудников по приготовлению лечебных чаев, настоев и отваров для профилактики заболеваний. 3. «Витамины во благо» - информационная поддержка	2 раза в год

11.	Социально- психологическая помощь в конфликтных ситуациях	Снятие психо-эмоционального напряжения . Создание благоприятных условий для педагогов в управлении своими поступками и эмоциями.	-Индивидуальная -Подгрупповая Проведение консультаций по запросу. -Разработка , организация и проведение мероприятий с целью профилактики эмоционального выгорания ,сохранения психического здоровья педагогов.	1 раз в квартал
12.	«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 месяц
13.	«Психогимнастика или методы групповой терапии»	Создание положительного микроклимата в коллективе и снятие мышечного напряжения.	-Коммуникативные игры -Музыкотерапия -Фитобар	2 раза в год
14.	Активный отдых на природе	Оздоровление внутренней эмоциональной атмосферы в коллективе и получение положительных эмоций и чувства мышечной радости.	-Выезды на тур-базы; -Лыжные походы; -Посещение бассейна.	В течении всего года
15.	ГТО или «Самая, самая»	Стимулирование желания быть здоровым, спортивной дружеской конкуренции между коллегами и желание гордиться своими достижениями. Нести здоровую привычку в обыденную жизнь, как одну из главных задач.	-Спортивный зал; -Спортивная площадка	2 раза в год