

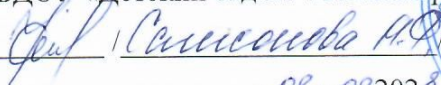
муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида № 4»
городского округа Самара

443032. г.Самара ул. Осетинская, д.16А; Осетинская, д. 29
e-mail: 4mbdou@mail.ru ИНН 6317127455 КПП 631701001
ОГРН 1186313071119 БИК 043601001

СОГЛАСОВАНО

Председатель профкома

МБДОУ «Детский сад № 4 г.о.Самара»



« 08 » 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий

МБДОУ «Детский сад № 4 г.о.Самара»

 / Л.А.Пятилетова /

Приказ № 118 от " 08 " 08 2023 г.



Корпоративная программа по укреплению
здоровья сотрудников
«Здоровье, молодость , успех»
МБДОУ «Детский сад № 4» г.о.Самара
2023-2024 уч.год

г.Самара

Содержание

| | |
|--|----|
| 1. Паспорт программа | 3 |
| 2. Пояснительная записка | 6 |
| 2.1. Обоснование актуальности | 6 |
| 2.2. Целевая группа | 7 |
| 2.3. Цель программы | 7 |
| 2.4. Задачи программы | 7 |
| 2.5. Ожидаемые результаты и методы их оценки | 8 |
| 3. Механизм реализации программы | 10 |
| 3.1. Этапы и сроки реализации программы | 10 |
| 3.2. Формы и методы работы | 10 |
| 3.3. Ресурсы | 11 |
| 3.4. План реализации программы | 11 |

1. Паспорт программы

| | |
|--|---|
| Наименование программы | Корпоративная программа по укреплению здоровья сотрудников МБДОУ «Детский сад № 4» г.о. Самара «Здоровье, молодость, успех!» |
| Автор программы | Пятилетова Л.А., Ромашина А.В., Комалдинова К.Ю., Сафронкин Д.Ю. |
| Учреждение, реализующее программу | МБДОУ «Детский сад № 4» г.о. Самара |
| Руководитель программы | Пятилетова Л.А., заведующий МБДОУ «Детский сад № 4» г.о. Самара |
| Актуальность проблемы | На современном этапе развития России приоритетными направлениями являются образование и укрепление здоровья населения. Это обусловлено демографическим спадом и ухудшением здоровья населения, что делает реальной угрозой сохранения и воспроизводства человеческого ресурса как важнейшего фактора национальной безопасности государства, его интеллектуального и экономического потенциала, дальнейшего развития общества. |
| Целевая группа | Руководство и сотрудники МБДОУ «Детский сад № 4» г.о. Самара |
| Цель программы | Продвижение здорового образа жизни среди сотрудников МБДОУ, сохранение и укрепление их здоровья на рабочем месте, профилактика заболеваний и потери трудоспособности. |
| Задачи программы | 1. Разработать систему мотивации работников организации к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек; 2. Создать благоприятную рабочую среду для |

| | |
|------------------------------------|--|
| | <p>укрепления здоровья и эмоционального благополучия сотрудников организации;</p> <p>3. Формировать чувство ответственности за индивидуальное здоровье и приверженность к здоровому образу жизни у работников и членов их семей.</p> <p>4. Создать благоприятные условия в организации для ведения здорового и активного образа жизни.</p> <p>5. Содействовать прохождению работниками профилактических осмотров и диспансеризации.</p> <p>6. Организовать для работников профилактические мероприятия.</p> <p>7. Создать оптимальные гигиенические, экологические и эргономические условия деятельности работников на их рабочих местах.</p> <p>8. Формировать установки на отказ от вредных привычек, повышение двигательной активности, стрессоустойчивости, сохранение психологического здоровья и благополучия.</p> |
| <p>Ожидаемые результаты</p> | <p><i>Для работников:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • изменение отношения к состоянию своего здоровья; • укрепление здоровья и улучшение самочувствия; • приверженность к ЗОЖ; • выявление заболеваний на ранней стадии; • возможность получения социального поощрения; • сокращение затрат на медицинское обслуживание; • улучшение условий труда; • улучшение качества жизни. <p><i>Для работодателя:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • сохранение на длительное время здоровых трудовых ресурсов; • повышение производительности труда; • сокращение трудопотерь по болезни; • снижение текучести кадров; |

| | |
|--|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> • повышение имиджа организации; • внедрение приоритета здорового образа жизни среди работников; • снижение заболеваемости и инвалидизации работников; <p>повышение численности работников, ведущих здоровый образ жизни.</p> <p><i>Для государства:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • снижение уровня заболеваемости; • сокращение дней нетрудоспособности; • сокращение смертности; • снижение расходов, связанных с медицинской помощью и инвалидностью. • увеличение национального дохода. |
| <p>Этапы реализации программы</p> | <p>I этап – организационный (подготовительный). Изучение нормативных актов для разработки и реализации программы. Проведение анализа текущей ситуации для выявления проблем на рабочем месте, связанных со здоровьем работников. Определение ресурсов учреждения, потребностей и мотивации для участников программы. Разработка плана мероприятий на текущий год. Разработка индикаторов оценки процесса и результата, критериев их оценки и определение механизма мониторинга, сроков (периодичности) оценки. Назначение ответственных за координацию, контроль и выполнение мероприятий программы. (Январь)</p> <p>II этап – практический (основной). Реализация плана мероприятий корпоративной программы «Здоровье, молодость, успех!». (Февраль – декабрь)</p> <p>III этап – итоговый (аналитический). Подведение итогов реализации программы. Оценка эффективности программы по разработанным критериям. (Декабрь)</p> |
| <p>Ресурсы</p> | <p>Кадровые, материально-технические, нормативно-правовые документы, информационные.</p> |

2. Пояснительная записка

2.1. Обоснование актуальности

Сохранение и укрепление здоровья сотрудников путем формирования в коллективе детского сада 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.

На современном этапе развития России приоритетными направлениями являются образование и укрепление здоровья населения. Это обусловлено демографическим спадом и ухудшением здоровья населения, что делает реальной угрозой сохранения и воспроизводства человеческого ресурса как важнейшего фактора национальной безопасности государства, его интеллектуального и экономического потенциала, дальнейшего развития общества.

Программа укрепления здоровья работников 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). Формирование навыков ведения здорового образа жизни начинается с воспитания мотивации к здоровому образу жизни и осуществляется через целенаправленную деятельность учреждения в рамках здоровьесформирующей программы, посредством создания здоровьесберегающей среды или территорий здорового образа жизни.

Нормативно-правовая база:

- Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 года N 204 "О национальных

целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года".

- Федеральный закон от 21.11.2011 N 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в

Российской Федерации".

- Федеральный закон N 15-ФЗ от 23 февраля 2013 года "Об охране здоровья граждан от

воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака".

- Паспорт национального проекта "Демография", утвержденный президиумом Совета при

Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным

проектам, протокол от 24.12.2018 N 16

- Приказ Министерства здравоохранения РФ от 15 января 2020 года N 8 "Об утверждении Стратегии формирования здорового образа жизни населения, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний на период до 2025 года".

2.2. Целевая группа

Программа разработана для укрепления здоровья руководства и сотрудников МБДОУ «Детский сад № 4» г.о. Самара.

2.3. Цель программы

Корпоративная программа по укреплению здоровья сотрудников МБДОУ «Детский сад № 4» г.о. Самара «Здоровье, молодость, успех!» разработана с целью продвижения здорового образа жизни среди сотрудников МБДОУ, сохранения и укрепления их здоровья на рабочем месте, профилактики заболеваний и потери трудоспособности.

2.4. Задачи программы

Для реализации данной цели были поставлены следующие задачи:

1. Разработать систему мотивации работников организации к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек;
2. Создать благоприятную рабочую среду для укрепления здоровья и эмоционального благополучия сотрудников организации;
3. Формировать чувство ответственности за индивидуальное здоровье и приверженность к здоровому образу жизни у работников и членов их семей.
4. Создать благоприятные условия в организации для ведения здорового и активного образа жизни.
5. Содействовать прохождению работниками профилактических осмотров и диспансеризации.
6. Организовать для работников профилактические мероприятия.
7. Создать оптимальные гигиенические, экологические и эргономические условия деятельности работников на их рабочих местах.
8. Формировать установки на отказ от вредных привычек, повышение двигательной активности, стрессоустойчивости, сохранение психологического здоровья и благополучия.

2.5. Ожидаемые результаты и методы их оценки

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

для работников:

- изменение отношения к состоянию своего здоровья;
- укрепление здоровья и улучшение самочувствия;
- приверженность к ЗОЖ;
- выявление заболеваний на ранней стадии;
- возможность получения социального поощрения;
- сокращение затрат на медицинское обслуживание;
- улучшение условий труда;
- улучшение качества жизни.

Для работодателя:

- 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;
- снижение заболеваемости и инвалидизации работников;

повышение численности работников, ведущих здоровый образ жизни.

Для государства:

- снижение уровня заболеваемости;
- сокращение дней нетрудоспособности;
- сокращение смертности;
- снижение расходов, связанных с медицинской помощью и инвалидностью.
- увеличение национального дохода.

В ходе реализации программы необходимо проводить мониторинг с целью своевременной коррекции в случае неудовлетворенности сотрудников программой, а также низким охватом сотрудников мероприятиями программы.

Мониторинг проводится по следующим параметрам:

1 проведение анкетирования с целью выявления динамики факторов, влияющих на здоровье работников и получения общих сведений об изменении состояния здоровья персонала, в процессе реализации программы. Повторное анкетирование рекомендуется проводить через 6 месяцев после начала реализации программы;

2 организация контроля над проведением периодических медицинских осмотров, профилактических медицинских осмотров, диспансеризации с целью выявления динамики заболеваний и факторов риска их развития в процессе реализации программы;

3 оценка охвата сотрудников и удовлетворенности программой.

3. Механизм реализации программы

3.1 Этапы и сроки реализации

Процесс реализации программы состоит из трех этапов, представленных в Таблице

| Этап реализации программы | Мероприятия | Срок |
|---|--|-------------|
| I этап – организационный (подготовительный) | Изучение нормативных актов для разработки и реализации программы. Проведение анализа текущей ситуации для выявления проблем на рабочем месте, связанных со здоровьем работников. Определение ресурсов учреждения, потребностей и мотивации для участников программы. Разработка плана мероприятий на текущий год. Разработка индикаторов оценки процесса и результата, критериев их оценки и определение механизма мониторинга, сроков (периодичности) оценки. Назначение ответственных за координацию, контроль и выполнение мероприятий программы. | Сентябрь |
| II этап – практический (основной). | Реализация плана мероприятий корпоративной программы «Здоровье, молодость, успех!». | Октябрь-май |
| III этап – итоговый (аналитический). | Подведение итогов реализации программы. Оценка эффективности программы по разработанным критериям. | Май |

3.2. Формы и методы работы

Формы работы: групповая, подгрупповая и индивидуальная.

Методы работы:

1. Исследовательские: анкетирование, диагностика, опрос, тестирование, наблюдение.

2. Практические: беседы, консультации, лекции, конкурсы, утренняя гимнастика, дыхательная гимнастика, тренинги, встречи со специалистами медицинских учреждений, спортивные соревнования, медицинские осмотры.

3. Аналитические: анализ и оценка результатов опросов, обследований, диагностики.

3.3 Ресурсы

Для реализации Программы в МБДОУ «Детский сад № 4» г.о. Самара имеются ресурсы, обеспечивающие основные (базовые) потребности сотрудников, необходимые для сохранения здоровья, в т.ч. проводится вакцинация и обязательные медицинские осмотры, оборудованы: комната психологической разгрузки, спортивный зал, кабинет врача, процедурный кабинет. Для обеспечения сотрудников горячим питанием оборудована столовая, установлены кулеры с чистой питьевой водой.

Для педагогов организованы занятия с психологом и возможность релаксации в сенсорной комнате.

Кадровые: специалисты, которые будут задействованы в работе над программой.

Материально-технические условия: актовый зал, спортивный зал, сенсорная комната, столовая, буклеты, памятки и т.д.

Информационные: информационно-телекоммуникационная сеть «Интернет», мессенджеры, социальные сети, корпоративная электронная почта, официальный сайт учреждения, телефонная связь.

3.4 План реализации программы

| № | Название мероприятия | Срок реализации | Ответственный |
|---|--|--------------------------------------|---------------|
| Мероприятия, направленные на профилактику заболеваний и формирование ЗОЖ | | | |
| 1 | Проведение анкетирования, с целью выявления факторов влияющих на здоровье работников и получения общих сведений о состоянии здоровья работников. | Старший воспитатель Ромашина А.В. | Сентябрь |

| | | | |
|---|---|--|--|
| 2 | Ежегодный медицинский осмотр сотрудников, вакцинация сотрудников в рамках Национального календаря профилактических прививок | Врач-педиатр Безъязыкова Е.Г. | В течении года |
| 3 | Проведение инструктажей персонала с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которых является производственный травматизм и вредные факторы. | Заведующий Пятилетова Л.А., врач-педиатр Безъязыкова Е.Г. | Раз в квартал |
| 4 | Размещение информации на стенде по тематике ЗОЖ. | Медицинская сестра Матюшкина О.В. | В течении года |
| Мероприятия, направленные на повышение физической активности | | | |
| 1 | Ежедневная утренняя гимнастика | Ежедневно | Инструктора по физической культуре Сафронкин Д.Ю., Комалдинова К.Ю. |
| 2 | Коллективный отдых на свежем воздухе. | 1 раз в квартал | Заведующий Пятилетова Л.А. |
| 3 | Участие в физкультурно-оздоровительных мероприятиях и акциях, привлечение к участию членов семей сотрудников: «Кросс наций», «Велопробег», «На работу на велосипеде», «Всероссийский День здоровья» и др. | По графику проведения мероприятий | Старший воспитатель Ромашина А.В. |
| 4 | «День здоровья» | Сентябрь, май | Инструктора по физической культуре Сафронкин Д.Ю., Комалдинова К.Ю. |
| Мероприятия, направленные на профилактику психологического стресса | | | |
| 1 | Проведение тренингов, консультаций, семинаров по управлению конфликтными ситуациями | Ежеквартально | Педагог-психолог Титова Е.А. |
| 2 | Тренинг по профилактике эмоционального выгорания | Ежеквартально | Педагог-психолог Титова Е.А. |

| | | | |
|---|---|-------------------|---|
| 3 | Посещение комнаты эмоциональной разгрузки | По желанию | Педагог-психолог Титова Е.А. |
| 4 | Индивидуальные консультации | По желанию | Педагог-психолог Титова Е.А. |
| 5 | Проведение мероприятий, направленных на эмоциональную разгрузку (совместное посещение музеев, выставок, концертов и т.д.) | Ежеквартально | Старший воспитатель Ромашина А.В. |
| Мероприятия, направленные на развитие культуры правильного питания | | | |
| 1 | Лекция по здоровому питанию с привлечением диетолога | 1 раз в год | Старший воспитатель Ромашина А.В. |
| 2 | Мастер-класс по правильному питанию «Здоровое питание по вкусу!» (обмен опытом). | Ежеквартально | Старший воспитатель Ромашина А.В. |
| 3 | Проведение конкурсов среди сотрудников: «Конкурс здоровых рецептов», «Здоровый перекус». | 1 раз в полугодие | Старший воспитатель Ромашина А.В. |
| Мероприятия, направленные на профилактику табакокурения | | | |
| 1 | Размещение информационных бюллетеней по вопросу вреда курения для здоровья, трансляция видеороликов на данную тематику. | Ежеквартально | Старший воспитатель Ромашина А.В. |
| 2 | Информирование сотрудников о влиянии на организм табака и о последствиях для организма, связанных с курением (лекция с привлечением врача пульманолога, изготовление буклетов). | 1 раз в полугодие | Врач-педиатр Безъязыкова Е.Г. |
| 3 | Мониторинг мероприятий по программе. | Ежеквартально | Заведующий Пятилетова Л.А., старший воспитатель Ромашина А.В. |