

Принято на общем собрании  
Работников  
Протокол №4  
От «05» сентября 2022г.

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ «Детский  
Сад №26 «Теремок» г.Назарово  
Ровенская А.С.  
Приказ №188-04 от 28.08.2022г.



Корпоративная программа  
укрепления здоровья сотрудников  
МБДОУ «Детский сад №26 «Теремок»  
г.Назарово Красноярского края

**«Крепок телом – богат и делом»**

2022г.

## 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 ДОУ 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 ДОУ 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 лечебно-профилактических 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 на 2022-2025 учебный год

№	Наименование мероприятий	Цель мероприятия	Форма мероприятия	Сроки реализации	Ответственные
1	«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	Агапченко Л.П.
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.	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 врача - иммунолога .	2раза в год	Курова Н.В. Клейко Е.Н.
3	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	Цветкова Т.Ю.- педагог- психолог
4	«Здоровая спина»	Провести анкетирование сотрудников для выявления	Специально организованные занятия в ДОУ на растяжку и укрепление	1 раз в месяц	Агапченко Л.П. Инструктор по

изкультуре

веткова Т.Ю.  
педагог -  
психолог

министрация,  
информком

Мейко Е.В.  
инструктор по  
культуре,  
Корова Н.В.,

Попченко Л.П.,  
Мейко ЕВ  
инструкторы  
воспитания,  
Корова НВ  
педагог  
образования