СОГЛАСОВАНО:
Общим собранием работников МАДОУ «Детский сад № 3 общеразвивающего вида» г. Печора
Протокол № 2 от 10.11.2023

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАДОУ
«Детский сад №3 общеразвивающего вида»
г. Печора
_____И.И.Периг
« 10» ноября 2023 г

Подписано цифровой подписью: Периг Ирина Ивановна
Дата: 2023.11.10 13:32:58 +03'00'

КОРПОРАТИВНАЯ ПРОГРАММА УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ СОТРУДНИКОВ

муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №3 общеразвивающего вида» г. Печора

на 2023-2026 год

г. Печора
2023

Введение:

Корпоративная программа укрепления здоровья и благополучия сотрудников МАДОУ «Детский сад № 3 общеразвивающего вида» г. Печора (далее – Программа) подразумевает под собой комплекс мероприятий, предпринимаемых 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.
Рабочее место - оптимальная организационная форма охраны и поддержания здоровья, профилактики заболеваний. 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. Формирование навыков ведения здорового образа жизни начинается с воспитания мотивации к здоровому образу жизни и осуществляется через целенаправленную деятельность организации в рамках здоровьеформирующей программы, посредством создания здоровьесберегающей среды или территории здорового образа жизни. Личная заинтересованность сотрудников – ключевое условие эффективного внедрения Программы.

Основная цель Программы: сохранение и укрепление здоровья сотрудников МАДОУ «Детский сад №3 общеразвивающего вида» г. Печора (далее – ДОУ) путем поощрения здорового образа жизни, расширения мер профилактики заболеваний, формирование здорового климата в коллективе.

Задачи программы:

- формирование среды, способствующей ведению сотрудниками ДОУ здорового образа жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек;
- снижение уровня заболеваемости сотрудников ДОУ, повышение качества жизни; увеличение доли сотрудников, систематически занимающихся физической культурой и спортом;
- мотивация сотрудников ДОУ к ведению здорового образа жизни.

Ожидаемые результаты:

- внедрение приоритета здорового образа жизни среди сотрудников ДОУ, изменение отношения педагогов к своему здоровью;
- высокий уровень информированности сотрудников ДОУ об основах здорового образа жизни и здорового питания;
- увеличение количества сотрудников, ведущих активный образ жизни;
- формирование благоприятных межличностных отношений в трудовом коллективе.

Механизмы реализации Программы

Реализация корпоративной программы предусмотрена по 5 направлениям (проектным линиям):

- «Жизнь - это движение!»;
- «Здоровое питание - это легко!»;
- «Территория без табака»;
- «Управляй стрессом»;
- «Здоровый образ жизни для меня - это ...».

Этапы реализации Программы

1. Принятие и внедрение корпоративной программы сохранения здоровья сотрудников, назначение ответственных лиц в каждом корпусе дошкольного учреждения за внедрение корпоративной программы сохранения здоровья сотрудников на рабочем месте.
2. Проведение анкетирования, анализа результатов профосмотра и диспансеризации педагогических работников с целью выявления факторов, влияющих на их здоровье.
3. Разработка плана реализации мероприятий с 2023 по 2026г.г.
4. Проведение с сотрудниками инструктажа по охране труда и технике безопасности на рабочем месте с целью предупреждения случаев производственного травматизма; специальной оценки условий труда.
5. Организация и проведение диспансеризации, профилактического медицинского осмотра сотрудников, их иммунизации.
6. Организация группового консультирования, обучение сотрудников методам сохранения здоровья, профилактики заболеваний.
7. Разработка системы поощрений за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практической деятельности по изменению образа жизни (в том числе с привлечением профсоюзной организации).

Проектная линия «Жизнь - это движение!»

Цель - продвижение здорового образа жизни, укрепление спортивных традиций и формирование единой команды.

№	Мероприятие	Срок	Ответственные
1.	Участие в сдаче нормативов ГТО	В течение года	Инструктор по ФИЗО Шастина Е.С
2.	Участие в городских спортивных мероприятиях	В течение года	
3.	Флешмоб «Шаг вперёд, шаг назад, танцует весь детский сад!»	Апрель	
4.	Проведение на рабочем месте производственной гимнастики	Ежедневно	
5.	Анкетирование «Оценка уровня физической активности»	Ноябрь	Старший воспитатель Гуц С.С.
6.	Разработка и размещение информационных материалов по продвижению здорового образа жизни(на стендах, официальном сайте ДОУ, ВК).	В течение года	Старший воспитатель Гуц С.С.

Проектная линия «Здоровое питание - это легко!»

Цель - стимулирование сотрудников потреблять больше овощей и фруктов, формирование здоровых привычек питания.

№	Мероприятие	Срок	Ответственные
1.	Создание (облагораживание уже созданных) специально оборудованных мест для приема пищи сотрудниками	Постоянно	Зам. директора по АХР Егорова М.А.

2.	Оформление тематических стендов «Здоровое питание: сложно или просто?!», «Питание для долголетия», «Стройнее и вкуснее», «Продукты, повышающие холестерин» и др.	В течение года	Старший воспитатель Гуц С.С.
3.	Организация тематических дней и акций, направленных на популяризацию здорового питания: «Здоровый перекус», «Правильная тарелка», «Тарелка, улучшающая обмен веществ», «Тарелка для питания весной»	Апрель	Директор Периг И.И.
4.	Разработка памятки «Правила здорового питания»	Апрель	Старший воспитатель Гуц С.С
5.	Организация конкурсов рецептов блюд для здорового питания	1 раз в полугодие	Директор Периг И.И.

Проектная линия «Территория без табака!»

В рамках реализации данной проектной линии проводится оценка соблюдения Федерального закона от 23.02.2013г. № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма, последствий потребления табака или потребления никотиносодержащей продукции», ст. 12 «Запрет курения табака или потребления никотиносодержащей продукции на отдельных территориях, в помещениях и на объектах».

№	Мероприятие	Срок	Ответственные
1.	Оформление рабочих мест, мест общего пользования и территории знаками, запрещающими курение	В течение года	Зам. директора по АХР Егорова М.А.
2.	Разработка и размещение информационных материалов по факторам риска развития заболеваний, связанных с вредными привычками (на стендах, официальном сайте ДОУ, ВК).	В течение года	Старший воспитатель Гуц С.С.
3.	Круглый стол «Курение и здоровье»	Январь	Директор Периг И.И. Старший воспитатель Гуц С.С.

Проектная линия «Управляй стрессом»

Цель - обеспечение эффективности деятельности сотрудников, минимизация производственных издержек, связанных с негативным влиянием стресса на их здоровье, улучшение психологического климата в коллективе.

№	Мероприятие	Срок	Ответственные
1.	Мероприятия по управлению конфликтными ситуациями:		Директор Периг И.И.

	• опросник «Конфликтная ли вы личность?» • тренинг «Конфликты. Пути их решения» • семинар-практикум «Предупреждение и разрешение конфликтов участников образовательного процесса»	В течение года	Старший воспитатель Гуц С.С.
2.	Мероприятия, направленные на обучение способам управления стрессом: • тест «Определение стрессоустойчивости личности» • тренинг «Здоровый педагог - успешный педагог»		Старший воспитатель Гуц С.С.
3	Мероприятия, направленные на предупреждение синдрома профессионального выгорания: • анкетирование «Синдром профессионального выгорания» • деловая игра «Как создать психологически безопасную образовательную среду в ДОУ» • памятка для педагогов «Как избежать синдрома эмоционального выгорания»		Старший воспитатель Гуц С.С.
4.	Проведение корпоративных мероприятий	В течение года	Директор Периг И.И. Зам. директора по АХР Егорова М.А.
5.	Организация отдыха сотрудников и членов их семей		

<u>Проектная линия «Здоровый образ жизни для меня - это...»</u>

Цель - формирование культуры здорового образа жизни, продвижение приоритетов ЗОЖ, в т.ч. посредством информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

№	Мероприятие	Срок	Ответственные
1.	Проведение профилактического медицинского осмотра и диспансеризация	Ежегодно Апрель-май	Директор Периг И.И. Зам. директора по АХР Егорова М.А.
2.	Вакцинация против гриппа	Ежегодно Сентябрь-октябрь	Мед. работник
3.	Витаминизация сотрудников (фитотерапия, поливитамины и т.д.)	Постоянно	Директор Периг И.И.
4.	Разработка и размещение информационных материалов по факторам риска развития заболеваний, по мотивированию к здоровому образу жизни, по привлечению в медицинские организации для прохождения диспансеризации и профилактических медицинских осмотров (на стендах, официальном сайте ДОУ, ВК).	Постоянно	Старший воспитатель Гуц С.С.