

Принято на общем собрании
трудоого коллектива
Протокол № _____
от _____ 202__ г.

Утверждаю:
директор
_____ Кулешова В.В.

Приказ № _____
от _____ 202__ г.

Согласовано:
председатель первичной
профсоюзной организации
_____ Ширенко А.С.
« ____ » _____ 202__ г.

**КОРПОРАТИВНАЯ ПРОГРАММА
«УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ»
муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
Быстрянской средней общеобразовательной школы №15**

Содержание

1. Актуальность
2. Цель программы
3. Задачи программы
4. Основные мероприятия программы
5. Ожидаемые результаты эффективности программы
6. План мероприятий

1. Актуальность

Программа укрепления здоровья и благополучия сотрудников подразумевает под собой комплекс мероприятий, предпринимаемых директором МБОУ Быстрянской СОШ №15 (далее Школа) 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.

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.

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 Школы разработана с целью продвижения здорового образа жизни в коллективе Школы, сохранения здоровья персонала на рабочем месте.

Основная **цель** программы: сохранение и укрепление здоровья сотрудников Школы, профилактика заболеваний и потери трудоспособности.

3. Задачи программы

Основными задачами корпоративной программы по укреплению здоровья сотрудников Школы являются:

- формирование системы мотивации работников Школы к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек.
- создание благоприятной рабочей среды (сплочение коллектива) для укрепления здоровья и благополучия сотрудников Школы.
- 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.
- снижение потребления алкоголя.
- сохранение психологического здоровья и благополучия.

4. Основные мероприятия

Блок 1. Организационные мероприятия

1. Проведение анкетирования, с целью выявления факторов, влияющих на здоровье работников и получения общих сведений о состоянии здоровья работников: низкая физическая активность, избыточный вес, повышенное артериальное давление, несбалансированное питание и пр.

2. Воспитание у работников более ответственного отношения к своему здоровью с использованием различных подходов: системы контроля, обучения, поддержания навыков и проверки знаний, взаимодействия с представителями профсоюзной организации, организации соревнований между трудовыми коллективами и пр.

3. Проведение инструктажей персонала с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которых является производственный травматизм и вредные факторы.

4. Организация контроля над проведением периодических медицинских осмотров, диспансеризации сотрудников. Проведение вакцинации работников в рамках Национального календаря профилактических прививок.

5. Организация системы поощрений за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практической деятельности по укреплению здорового образа жизни. (отгулы)

6. Организация культурного досуга сотрудников: посещение музеев, театров, выставок и пр.

Блок 2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности

1. Разработка десятиминутных комплексов упражнений, которые можно проводить прямо на рабочем месте, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика.

2. Участие трудовых коллективов в спортивных мероприятиях, спартакиадах, турнирах, спортивных конкурсах, велопробегах.

3. Проведение соревнований с использованием гаджета «шагомер» для сотрудников на постоянной основе.

4. Участие в программе сдачи норм ГТО.

5. Дни здоровья – проведение акции «На работу пешком», «На работу – на велосипеде», «Встань с кресла» и др.

6. Проведение коллективного отдыха на свежем воздухе с применением активных игр.

7. Организация культурно-спортивных мероприятий для работников с участием членов их семей, в том числе зимние прогулки на лыжах, катание на коньках, велосипедах, летний отдых.

8. Участие работников в спортивных соревнованиях – «Папа, мама, я – спортивная семья».

10. Организация соревнований в обеденное время «Попали в десятку» – дартс.

11. Занятие настольным теннисом и другими видами спорта.

Блок 3. Мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию

1. Информирование работников об основах рациона здорового питания: размещение информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки), организация образовательных семинаров, лекций, мастер-классов с участием эксперта в области питания.

2. Создание для сотрудников специально оборудованных мест для приема пищи с размещением информационных материалов по вопросам здорового питания и снижения веса.

3. Проведение конкурса здоровых рецептов (сотрудники отправляют куратору рецепты блюд из овощей и фруктов, авторы самых удачных поощряются призами).

4. Проведение конкурсов информационных бюллетеней на тему «Здоровый перекус», «Правильная тарелка» и пр.

5. Проведение тематических Дней здорового питания, посвященных овощам и фруктам.

Блок 4. Мероприятия, направленные на борьбу с курением

1. Оценивается соблюдение Федерального закона от 23 февраля 2013 года № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» на предмет полного запрета курения в помещениях и на территории организации с применением штрафных санкций к сотрудникам, курящим в помещениях организации.

2. Проведение Кампании (конкурсы, соревнования) «Брось курить и победи», призванной помочь сотрудникам отказаться от курения, с определением победителя и награждением.

3. Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и на территории знаками запрещающими курение (на основании приказа о запрете курения на территории предприятия).

4. Информирование сотрудников о вредных воздействиях курения с использованием всех возможных каналов, размещение информационных бюллетеней и плакатов по вопросу вреда курения для здоровья в общественных местах.

Блок 5. Мероприятия, направленные на борьбу с употреблением алкоголя

1. Информирование сотрудников о влиянии алкоголя на организм и о социальных последствиях, связанных с потреблением алкоголя.

2. Организация консультативной помощи по вопросам, связанным с пагубным потреблением алкоголя.

3. Организация безалкогольных корпоративных мероприятий с пропагандой здорового образа жизни.

Блок 6. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом

1. Проведение тренингов, консультаций, семинаров по управлению конфликтными ситуациями.
2. Разработка мероприятий, направленных на противодействие профессиональному выгоранию.
3. Положительная оценка руководителем результатов труда работников, выражение благодарности за успешно выполненные задачи, поощрение общения сотрудников друг с другом.

7. Ожидаемые результаты эффективности

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.
- Увеличение продолжительности жизни.
- Приверженность к ЗОЖ.
- Выявление заболеваний на ранней стадии.
- Возможность получения материального и социального поощрения.
- Сокращение затрат на медицинское обслуживание.
- Улучшение условий труда.
- 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.

Для государства:

- Снижение уровня заболеваемости.
- Сокращение дней нетрудоспособности.
- Сокращение смертности.
- Снижение расходов, связанных с медицинской помощью и инвалидностью.
- Увеличение национального дохода.

План мероприятий

№	Наименование мероприятия	Описание мероприятия	Дата проведения	Место проведения	Ответственный исполнитель
1. Организационные мероприятия					
1	Анкетирование, с целью выявления факторов, влияющих на здоровье работников и получение общих сведений о состоянии здоровья работников		Сентябрь, май	МБОУ Быстрянская СОШ№15	Педагог-психолог Белозорова Н.Л.
2	Проведение периодических медицинских осмотров, диспансеризации сотрудников.		ноябрь		Директор школы Кулешова В.В.
3	Проведение вакцинации работников в рамках Национального календаря профилактических прививок		Согласно графиков прививок	Мед учреждения	Директор школы Кулешова В.В.
4	Культурный досуг сотрудников (посещение музеев, выставок и др.)		В течении года		Руководить первичной профсоюзной организации Ширенко А.С.
2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности					
1	Спортивные мероприятия, спартакиады, турниры, спортивные конкурсы, велопробеги		В течении года	МБОУ Быстрянская СОШ№15	Учитель физической культуры Д.С. Скобцов
2	Сдача норм ГТО.		В течении года	МБОУ Быстрянская СОШ№15	Учитель физической культуры Д.С. Скобцов
3	Спортивное соревнование – «Папа, мама, я – спортивная семья»		Февраль	МБОУ Быстрянская	Учитель физической

				СОШ№15	культуры Д.С. Скобцов
4	Дни здоровья – проведение акции «На работу пешком», «На работу – на велосипеде», «Встань с кресла»		Сентябрь, май	МБОУ Быстрянская СОШ№15	Учитель физической культуры Д.С. Скобцов
5	Коллективный отдых на свежем воздухе с применением активных игр.		Сентябрь, май	МБОУ Быстрянская СОШ№15	Учитель физической культуры Д.С. Скобцов, руководить первичной профсоюзной организации Ширенко А.С.
6	Соревнования в обеденное время «Попали в десятку» – дартс.		Март	МБОУ Быстрянская СОШ№15	Учитель физической культуры Д.С. Скобцов
7	занятия настольным теннисом и другими видами спорта		В течении года	МБОУ Быстрянская СОШ№15	Учитель физической культуры Д.С. Скобцов
3. Мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию					
1	Информирование работников об основах рациона здорового питания: размещение информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки), организация образовательных семинаров, лекций, мастер-классов с участием эксперта в области питания		В течении года	МБОУ Быстрянская СОШ№15	Заместитель директора по ВР Калининкова О.А
2	Конкурс здоровых рецептов.		В течении года	МБОУ	Заместитель

				Быстрянская СОШ№15	директора по ВР Калинчикова О.А
3	Конкурс информационных бюллетеней на тему «Здоровый перекус», «Правильная тарелка» и пр.		Апрель	МБОУ Быстрянская СОШ№15	Заместитель директора по ВР Калинчикова О.А
4. Мероприятия, направленные на борьбу с курением					
1	Размещение информационных бюллетеней по вопросу вреда курения для здоровья в местах, оборудованных для курения, трансляция видеороликов на данную тематику		В течении года	МБОУ Быстрянская СОШ№15	Заместитель директора по ВР Калинчикова О.А
2	Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и на территории знаками запрещающими курение.		В течении года	МБОУ Быстрянская СОШ№15	Заместитель директора по ВР Калинчикова О.А
5. Мероприятия, направленные на борьбу с употреблением алкоголя					
1	Информирование сотрудников о влиянии на организм алкоголя и о социальных последствиях, связанных с потреблением алкоголя.		В течении года	МБОУ Быстрянская СОШ№15	Заместитель директора по ВР Калинчикова О.А
2	Консультативная помощь по вопросам, связанным с пагубным потреблением алкоголя.		В течении года	МБОУ Быстрянская СОШ№15	Заместитель директора по ВР Калинчикова О.А
3	Безалкогольные корпоративные мероприятия с пропагандой здорового образа жизни.		В течении года	МБОУ Быстрянская СОШ№15	Заместитель директора по ВР Калинчикова О.А
6. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом					
1	Тренинги, консультации, семинары по управлению конфликтными ситуациями.		В течении года	МБОУ Быстрянская СОШ№15	Педагог-психолог Белозорова Н.Л.