

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Колокольчик» г.Катав-Ивановска»
Катав – Ивановского муниципального района

ПРИНЯТО
Педагогическим советом учреждения
Номер протокола 2
От «21» 09 2023г.



Корпоративная программа
«Укрепление здоровья работников»
Муниципального дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад «Колокольчик» г.Катав-Ивановска»
Катав-Ивановского муниципального района

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Колокольчик» г.Катав-Ивановска»
Катав – Ивановского муниципального района

ПРИНЯТО

Педагогическим советом учреждения

Номер протокола _____

От «__» _____ 2023г.

УТВЕРЖДЕНО

И.о. заведующей ДОУ

_____ Давыдовой Н.С.

(дата, подпись, номер приказа)

Корпоративная программа
«Укрепление здоровья работников»
Муниципального дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад «Колокольчик» г.Катав-Ивановска»
Катав-Ивановского муниципального района

I. Введение

Корпоративная программа «Укрепление здоровья работников» (далее именуется – Программа) создана в целях реализации мероприятий программы «Укрепление общественного здоровья на территории Челябинской области», утвержденной распоряжением Правительства Челябинской области № 57-рп от 31.01.2020 года, в рамках задач региональной составляющей национального проекта «Демография», утвержденного протоколом от 13.12.2018 г. Регионального стратегического комитета в соответствии с перечнем поручений Губернатора Челябинской области.

Корпоративная программа «Укрепление здоровья работников» (далее - Программа) представляет собой комплекс мер, направленных на:

обеспечение безопасной физической производственной среды, охраны труда;

профилактику не только профессиональных, но основных хронических заболеваний работников;

оздоровление психосоциальной среды в Доу, повышение личного потенциала работников, уменьшение вреда от нездорового поведения, повышение активности и стремления к сохранению здоровья;

повышение социальной ответственности руководства Доу для создания условий, способствующих и обеспечивающих возможность укрепления и сохранения здоровья работников.

II. Общая характеристика организации.

1) Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад «Колокольчик» г.Катав-Ивановска» Катав-Ивановского района.

456110, Челябинская область г.Катав-Ивановск, ул.Ленина д.15

Режим работы: с 6.30. до 18.30.

В ДОУ функционирует 14 возрастных групп: 2 компенсирующие группы для детей с тяжелым недоразвитием речи, 2 группы комбинированного вида; 10 групп – общего развития.

Организационно-правовая форма: учреждение.

Тип учреждения: бюджетное учреждение.

Тип образовательной организации: дошкольная образовательная организация.

Вид образовательной организации: детский сад.

И.о. Заведующего ДОУ Давыдова Наталья Сергеевна

- старший воспитатель Давыдова Ирина Алексеевна, Егоршина Ирина Владимировна

Контактная информация: e-mail: mdou-kolokolchik@mail.ru, тел.:8(35147)20012.

2. На 30 августа 2023 г. общая численность работников Доу составляет 60 человек, из них мужчин - 6 (4 %) , женщин - 54 (96 %).

Таблица 1. Квалификация работников ДШИ

Направления профессионального образования	Доля работников (% от общего числа)
Образование	33.3
Иные	66.6

Средний возраст работников ДШИ - 43 года.

Таблица 2. Возрастной ценз работников

Возрастные группы	Доля работников (% от общего числа)
До 30 лет	10
31-40 лет	25
41-50 лет	31,6
51-60 лет	26,6
Свыше 60 лет	6,6

Анализ количественного и качественного состава Доу свидетельствуют о соответствии степени компетентности и уровне профессионализма.

Таблица 3. Показатели отсутствия работников на рабочих местах по болезни за 2022-2023 год

№ п/п	Показатель	Значение
1.	Количество больничных листов, ед.	12
2.	Количество работников, взявших больничный лист, чел.	12
	- из них число работников, взявших больничные листы по уходу за больным ребенком, чел.	2
3.	Общее количество больничных дней	135
	- из них больничных дней по уходу за больным ребенком	25
4.	Фонд рабочего времени в 2022 году на одного человека, дней	247
5.	Фонд рабочего времени в 2022 году для работников, взявших больничный лист (247x19), дней	2694
6.	Фонд рабочего времени в 2019 году для работников, взявших больничный лист по уходу за больным ребенком (247x4), дней	494
7.	Доля потерянного времени для работников, взявших больничный лист (374/4693x100), процент	2,9%
8.	Доля потерянного времени для работников, взявших больничный лист по уходу за больным ребенком (50/988x100), процент	5,1%
9.	Доля потерянного времени для работников, взявших больничный лист без учета работников, взявших больничный лист по уходу за больным ребенком (374-50)/(4693-988)x100, процент	5%

В опросе по проблеме табакокурения среди работников Доу участвовало также 54 сотрудника. Анализ ответов показал, что все работники Доу – не курильщики и ведут исключительно здоровый образ жизни.

Опрошенные респонденты считают, что курение опасно для здоровья, и нужно проводить профилактические мероприятия, направленные на популяризацию здорового образа жизни.

Анализ проводится на основании:

- анкетирования сотрудников предприятия
- результатов диспансеризации и периодических медицинских осмотров

III. Ответственные исполнители корпоративной программы.

Давыдова Наталья Сергеевна – и.о. заведующего

Давыдова Ирина Алексеевна – старший воспитатель.

Егоршина Ирина Владимировна – старший воспитатель.

Хадыева Оксана Викторовна - Инструктор по физической культуре

Максимова Наталья Владимировна - Зав.хоз

Исмагилова Ирина Викторовна - Зав.хоз

IV. Основные цели и задачи программы.

Целями корпоративной программы являются:

1. Сохранение и укрепление здоровья сотрудников МДОУ «ДС «Колокольчик» г.Катав-Ивановска путем поощрения здорового образа жизни, расширения мер профилактики заболеваний, формирование здорового климата в коллективе.

2. Увеличение доли сотрудников, приверженных здоровому образу жизни: отказавшихся от курения, употребления алкоголя с пагубными последствиями, нерационального питания, недостаточной двигательной активности.

3. Снижение потерь, связанных с временной нетрудоспособностью сотрудников по причине хронических неинфекционных заболеваний и острых инфекционных заболеваний.

Для достижения поставленных целей необходимо решение следующих задач.

Задачи для достижения первой цели:

1. Формирование среды, способствующей ведению сотрудниками МДОУ «ДС «Колокольчик» здорового образа жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек;

2. Снижение уровня заболеваемости сотрудников ДОУ, повышение качества жизни; увеличение доли сотрудников, систематически занимающихся физической культурой и спортом;

3. Мотивация сотрудников МДОУ «ДС «Колокольчик» к ведению здорового образа жизни, в т.ч. посредством информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

Задачи для достижения второй цели:

1. Информирование работников о факторах риска хронических неинфекционных заболеваний (курение, употребление алкоголя с пагубными последствиями, нерациональное питание, недостаточная двигательная активность).

2. Мотивирование работников к ведению здорового образа жизни.

3. Создание условий, способствующих повышению физической активности, рациональному питанию сотрудников, отказу сотрудников от курения и употребления алкоголя с пагубными последствиями.

Задачи для достижения третьей цели:

1. Информирование работников о факторах риска хронических неинфекционных заболеваний (курение, употребление алкоголя с пагубными последствиями, нерациональное питание, недостаточная двигательная активность).
2. Мотивирование работников к ведению здорового образа жизни.
3. Создание условий, способствующих повышению физической активности, рациональному питанию сотрудников, отказу сотрудников от курения и употребления алкоголя с пагубными последствиями.
4. Сохранение психологического здоровья сотрудников.
5. Организация санаторно-курортного лечения сотрудников.
6. Организация санитарно-противоэпидемических мероприятий на предприятии.

V. Показатели эффективности Программы (индикативные показатели)

Основными показателями, оценивающими эффективность Программы, являются:

Анализ анкет сотрудников Доу по вопросам здоровья и здорового образа жизни, проведенный в августе 2023 г., показал следующее.

В опросе участвовало 54 сотрудника, из них: 5 мужчин и 49 женщин.

Возрастные категории участников опроса:

до 40 лет - 16 (29.6%) сотрудников (мужчин - 1, женщин - 15);

от 41 до 50 лет - 19 (35.1%) сотрудников (женщин - 19);

51 год и старше - 19 (35.1%) сотрудников (мужчин - 6, женщин - 13).

Повышенное артериальное давление бывает:

редко - у 45% опрошенных;

постоянно - у 3% опрошенных;

никогда - у 42% опрошенных;

затруднились в ответе - 10% опрошенных.

Ответы на вопрос о других заболеваниях распределились следующим образом:

болезни сердца - 18 %;

болезни легких - 1%;

женские болезни - 12%;

болезни органов пищеварения - 20%;

другие - 12%;

нет заболеваний - 30%.

Знают свой уровень холестерина в крови 42% опрошенных, не интересуются своим уровнем холестерина 58% опрошенных.

Знают свой уровень сахара в крови 47% опрошенных, не интересуются своим уровнем сахара в крови 53% опрошенных.

Ответы на вопрос «Какими видами физической активности Вы занимаетесь» распределились следующим образом:

зарядка - 30%;

пешие прогулки - 40%;

затрудняются ответить - 30%.

Физической активностью занимаются не менее 30 минут:

5 раз в неделю - 25% опрошенных;

4-3 раза в неделю - 28% опрошенных;

2-1 раз в неделю - 25% опрошенных;

редко или никогда - 22% опрошенных.

Отвечая на вопрос о соотношении своего веса и роста, 50% сотрудников сочли, что их вес находится в пределах нормы, избыточным свой вес признали 37% опрошенных; 10% опрошенных считают, что у них пониженный вес, 3% опрошенных затруднились ответить на этот вопрос.

Сильные психоэмоциональные нагрузки в семье:

испытывают - 3% опрошенных;

не испытывают - 80%;

затруднились ответить - 17%.

Сильные психоэмоциональные нагрузки на работе:

испытывают - 89% опрошенных;

не испытывают - 11%;

затруднились ответить - 0%.

Ответы на вопросы о необходимости мероприятий по здоровому образу жизни, представляющих интерес для работников, распределились следующим образом:

занятия по здоровому питанию и консультации с врачами специалистами - 80%;

помощь при сильных психоэмоциональных напряжениях (стрессах)- 4%;

информационные стенды, листовки, брошюры, интерактивные беседы - 11%;

школа «Похудеть - поздороветь» - 2%;

измерение индивидуальных факторов риска и консультации по этим вопросам- 2%;

занятия в школе артериальной гипертензии- 1%.

На вопрос «Как Вы считаете, достаточно ли внимания уделяется вопросам укрепления здоровья и профилактике заболеваний в вашей организации» - 65% опрошенных ответили положительно, 20% опрошенных ответили отрицательно, затруднились в ответе 15% опрошенных.

Удовлетворены условиями труда 85% опрошенных, не удовлетворены условиями труда - 5%, затруднились ответить - 10%.

Из всего спектра ответов на вопросы о здоровье и здоровом образе жизни можно сделать следующие выводы:

1) не все участники опроса знают о состоянии своего здоровья, мало времени уделяют физической активности и, как следствие, многие признали свой вес избыточным;

2) участники опроса имеют желание, чтобы с ними проводили занятия по здоровому питанию и организовали консультации с врачами-специалистами;

3) уровень здоровья работников невысок, требуется разработка комплекса мероприятий по улучшению здоровья.

VI. Сроки и этапы реализации Программы

Программа реализуется в 2023-2027 годах в 5 этапов:

1 этап – 2023 год;

2 этап – 2024 год;

3 этап – 2025 год;

4 этап – 2026 год;

5 этап – 2027 год.

VII. Программные мероприятия (приложение 1).

Проектная линия «Жизнь – это движение!»

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

№	Мероприятие	Срок	Ответственные
1.	Участие в Спартакиадах работников образовательных учреждений (турниры по лыжной эстафете)	Февраль-март	Физ.инструктор Хадыева О.В.
2.	Участие в туристском слёте работников Доу	июль	Физ.инструктор Хадыева О.В.
3.	Участие в Общероссийской программе повышения физической активности «Человек идущий»	ежегодно	Физ.инструктор Хадыева О.В.
4.	Малые Олимпийские игры «SPORT&DANCE»	февраль	Физ.инструктор Хадыева О.В.
5.	Флешмоб «Шаг вперёд, шаг назад, танцует весь детский сад!»	апрель	Физ.инструктор Хадыева О.В.
6.	Проведение на рабочем месте производственной гимнастики	еженедельно	Физ.инструктор Хадыева О.В.

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	заведующий Давыдова Н.С.
2.	Лекции, мастер-классы и семинары с привлечением диетологов на темы: «Здоровое питание: сложно или просто?!», «Питание для долголетия», «Стройнее и вкуснее», «Продукты, повышающие холестерин» и др.	1 раз в 2 месяца	заведующий Давыдова Н.С.
3.	Организация тематических дней и акций, направленных на популяризацию	1 раз в квартал	Ст.воспитатель

	здорового питания: «Здоровый перекус», «Правильная тарелка», «Тарелка, улучшающая обмен веществ», «Тарелка для питания весной»		
4.	Организация в группе ВКонтакте конкурсов рецептов блюд для здорового питания	1 раз в 6 месяцев	Ст.воспитатель
5.	Индивидуальное (персональное) консультирование диетологами по снижению избыточного веса тела, по изменению питания, питьевого режима и технике дыхания, по повышению физической активности, по управлению персональным временем (тайминг)	по мере необходимости	заведующий Давыдова Н.С.

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 никотинсодержащей продукции», ст.12 «Запрет курения табака или потребления никотинсодержащей 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	Зав.хоз
2.	Исключение «мест для курения»	в течение года	Зав.хоз
3.	Организация поощрений за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практической деятельности по изменению образа жизни	в течение года	Ст.воспитатель

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: <ul style="list-style-type: none"> • опросник «Конфликтная ли вы личность?» • тренинг «Конфликты. Пути их решения» 	в течение года	Ст.воспитатель

	<ul style="list-style-type: none"> семинар-практикум «Предупреждение и разрешение конфликтов участников образовательного процесса» 		
2.	<p>Мероприятия, направленные на выработку эмоциональной устойчивости:</p> <ul style="list-style-type: none"> опросник «Эмоциональное выгорание педагога» тренинг «Хорошее настроение – залог успеха» тренинг «Эмоциональная устойчивость и саморегуляция в работе педагога» 	в течение года	Ст.воспитатель
3.	<p>Мероприятия, направленные на обучение способам управления стрессом:</p> <ul style="list-style-type: none"> тест «Определение стрессоустойчивости личности» круглый стол «Стресс в нашей жизни. Безопасные способы разрешения стрессовых ситуаций» тренинг «Здоровый педагог – успешный педагог» 	в течение года	Ст.воспитатель
4.	<p>Мероприятия, направленные на предупреждение синдрома профессионального выгорания:</p> <ul style="list-style-type: none"> анкетирование «Синдром профессионального выгорания» деловая игра «Как создать психологически безопасную образовательную среду в ДОУ» памятка для педагогов «Как избежать синдрома эмоционального выгорания» 	в течение года	Ст.воспитатель
5.	Проведение корпоративных мероприятий	в течение года	заведующий Давыдова Н.С.

Проектная линия «Здоровый образ жизни для меня – это ...»

Цель данного мероприятия - 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	1 раз в год	заведующий Давыдова Н.С.

2.	Обследование в Центрах здоровья	по мере необходимости	заведующий Давыдова Н.С..
3.	Вакцинация (в т.ч. от новой коронавирусной инфекции COVID-19)	ежегодно	Зав.хоз
4.	Проведение круглых столов, собеседований на темы: «Уровень рабочей нагрузки», «Возможность влияния на рабочий процесс», «Создание условий для взаимоподдержки», «Оптимальный режим труда и отдыха», «Создание благоприятного внутреннего климата»	в течение года	зам. зав. Красильникова Т.Н.
7.	Разработка и издание 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	в течение года	Ст.воспитатель

