

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МДОУ № 95 «Сказка»



/ Т.С. Коновалова

Приказ № 48 от « 15 » 01 2020 г.

Корпоративная программа оздоровления сотрудников и формирования установок на здоровый образ жизни

Муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад общеразвивающего вида № 95 «Сказка»

Введение

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.

В связи с этим актуальным является поиск эффективных путей оздоровления сотрудников и приобщения к здоровому образу жизни. Одним из путей решения этой проблемы является реализация комплексной программы оздоровления сотрудников.

В основу программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни положены принципы:

- актуальности. Он отражает насущные проблемы, связанные со здоровьем работников МДОУ №95 «Сказка», гигиеническими, культурными, социальными нормами и ценностями;
- доступности. В соответствии с этим принципом сотрудникам предлагается оптимальный для усвоения объем информации, предусматривает использование ситуационных задач с необходимостью выбора и принятия решения, ролевых игр, информационного поиска;
- положительного ориентирования. В соответствии с этим принципом уделяется значительное внимание позитивным, с точки зрения здоровья, стилям жизни, их благотворному влиянию на здоровье. Реализация данного принципа, т.е. показ положительных примеров, более эффективна, чем показ отрицательных последствий негативного в отношении здоровья и поведения;
- последовательности. Он предусматривает выделение основных этапов и блоков, а

- также их логическую преемственность в процессе его осуществления;
- системности. Он определяет постоянный, регулярный характер его осуществления, что позволяет усвоить знания, имеющие отношения к здоровью, в виде целостной системы;
- сознательности и активности. Направлен на повышение активности педагогов в вопросах здоровья, что возможно только при осознании ответственности за свое здоровье и здоровье окружающих.

Цели и задачи программы:

Цель: 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.

Основными задачами программы являются:

- формирование у сотрудников понимания того, что бережное отношение к своему здоровью — залог их успеха на протяжении всей последующей жизни;
- внедрение цикла образовательно-просветительских мероприятий, направленных на приобретение сотрудниками знаний, умений и навыков сохранения и укрепления здоровья, формирование культуры здоровья;
- обеспечение сотрудникам условий работы, отвечающих санитарно-гигиеническим требованиям, оптимальному распределению трудовой нагрузки;
- обеспечение комплекса организационно-профилактических мероприятий, направленных на оздоровление сотрудников;
- внедрение системы мер, связанных с улучшением организации здорового досуга и отдыха.

Направления работы:

I. Организационно-методическая работа

1. Организация работы с целью создания необходимых условий и графика занятий для сотрудников с заболеваниями.
2. Утверждение программы по оздоровлению сотрудников.
3. Проведение мониторинга отношения сотрудников к здоровому образу жизни.
4. Проведение дней здоровья в МДОУ.
5. Тренинги по навыкам ЗОЖ.

II. Информационно-просветительская работа

1. Организация выставок по ЗОЖ.
2. Организация цикла бесед о профилактике различных заболеваний.
3. Организация работы по профилактики вредных привычек социально опасных заболеваний.

III. Обеспечение безопасных для здоровья условий

1. Создание условий работы, отвечающих требованиям безопасности для здоровья и жизни.
2. Создание условий, отвечающих санитарно-гигиеническим нормам, для полноценного отдыха и работы.
3. В рамках борьбы с туберкулезом ежегодное флюорографическое обследование сотрудников.

IV. Массовая работа по оздоровлению сотрудников

1. Диспансеризация сотрудников детского сада.
2. Проведение цикла лекций, круглых столов, семинаров, направленных на приобретение сотрудниками знаний по сохранению и укреплению здоровья.

3. Проведение комплекса культурно-массовых, спортивных и физкультурнооздоровительных мероприятий.

V. Индивидуальная работа

1. Ежегодный медицинский осмотр и проведение инструктажа по охране труда и технике безопасности для вновь принятых сотрудников.
2. Индивидуальные занятия по ЛФК.

VI. Охрана труда и создание безопасных условий труда

1. Проведение мероприятий по улучшению условий труда сотрудников.
2. Контроль над состоянием охраны труда и выполнением мероприятий по охране труда, технике безопасности и пожарной безопасности.
3. Осуществление периодического медицинского осмотра работников.
4. Проведение специальной оценки условий труда.

VII. Спортивно-массовая работа

1. Организация работы, по различным направлениям (фитнес, аэробика, командные спортивные игры).
2. Организация досуга сотрудников.
3. Участие в массовых спортивных городских мероприятиях.

VIII. Условия для занятий физической культурой

№	Наименование	Площадь	Время занятий	Виды
1.	Спортивный зал	36,3 м	с 18.00 до 19.00	Фитнес, аэробика

IX. Предполагаемые результаты

1. Отсутствие отрицательной динамики состояния физического, психического и духовно-нравственного здоровья сотрудников МДОУ №95 «Сказка».
2. Минимизация отклонений от санитарно-гигиенических норм и требований, обеспечивающих безопасность и комфортность образовательной среды детского сада.
3. Сформированность у сотрудников отношения к своему здоровью как общечеловеческой ценности и привитие навыков здорового образа жизни.
4. Проявление у педагогов активности, инициативы и творчества в организации и проведении мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста.
5. Повышение авторитета и конкурентоспособности образовательного учреждения в социуме города.

План оздоровления сотрудников:

№	Мероприятие	Время проведения	Ответственный
п/ п			
1	Профессиональные	В течение года, в	Заместитель заведующего по

	медицинские осмотры работников	зависимости срока прохождения каждого сотрудника	АХР
2	Вакцинирование сотрудников	По графику вакцинации	Заместитель заведующего по АХР Старший воспитатель
3	Обеспечение соответствия режима работы детского сада санитарным правилам и нормам весь период	Ежедневно	Заведующий
4	Проведения дня здоровья в МДОУ №95 «Сказка»	1 раз в квартал	Старший воспитатель Инструктор по физкультуре
5	Психологические тренинги: «Предупреждение эмоционального выгорания педагогов», «Умеете ли вы преодолевать трудности в жизни».	Май, январь	Старший воспитатель Педагог - психолог
6	Диагностика состояния здоровья	Ежедневно	Заместитель заведующего по АХР Старший воспитатель
7	Подведение итогов уровня заболеваемости сотрудников	2 раза в год	Заместитель заведующего по АХР Старший воспитатель
8	Массовые оздоровительные мероприятия	1 раз в квартал	Старший воспитатель Инструктор по физкультуре
9	Конкурс: «Зимние забавы»; «Летняя спартакиада»	Декабрь, июнь	Старший воспитатель Инструктор по физкультуре

Ожидаемые результаты:

Количественные:

1. Значительное увеличение доли лиц с физической активностью;
2. Увеличение доли сотрудников, ведущих здоровый образ жизни;
3. Увеличение индекса здоровья сотрудников.

Качественные:

1. Укрепление социального и психического здоровья сотрудников;
2. Увеличение работоспособности сотрудников.