

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение города
Новосибирска «Детский сад № 414 «Чебурашка»
630004, г. Новосибирск, ул. Челюскинцев, 18 а
Тел./факс: 221-79-76
E-mail: ds_414@edu54.ru

ПРИНЯТО:
на Педагогическом совете
МКДОУ д/с № 414
Протокол № 23
от «31» мая 2022 года



**Корпоративная программа по сохранению и укреплению здоровья
работников МКДОУ д/с № 414**

г. Новосибирск

1. Актуальность

Здоровье работающего населения определяется производственными, социальными и индивидуальными рисками, доступом к медико-санитарным услугам. Ценность физического, психического и социального здоровья каждого сотрудника, многократно возрастает. Рабочее место - оптимальная организационная форма охраны и поддержания здоровья, профилактики заболеваний.

Корпоративная программа по сохранению и укреплению здоровья работников МКДОУ д/с № 414 на рабочем месте (далее – Программа) 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).

Формирование навыков ведения здорового образа жизни начинается с воспитания мотивации к здоровому образу жизни и осуществляется через целенаправленную деятельность учреждения в рамках здоровьесберегающей программы, посредством создания здоровьесберегающей среды или территорий здорового образа жизни.

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.

Одной из задач национального проекта «Демография», а также входящих в него федерального и региональных проектов «Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек» является разработка, утверждение в установленном порядке, и реализация корпоративных программ по общественному здоровью, содержащих наилучшие практики по укреплению здоровья работников.

Формирование навыков ведения здорового образа жизни начинается с воспитания мотивации к здоровому образу жизни и осуществляется через целенаправленную деятельность учреждения в рамках здоровьесберегающей программы, посредством создания здоровьесберегающей среды или территорий здорового образа жизни.

2. Нормативно-правовая база

- Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 года N 204 "О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года".
- Федеральный закон от 21.11.2011 N 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации".
- Федеральный закон N 15-ФЗ от 23 февраля 2013 года "Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака".
- Паспорт национального проекта "Демография", утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 N 16.
- Паспорт федерального проекта "Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек", утвержденный протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 24 декабря 2018 года N 16.
- Приказ Министерства здравоохранения РФ от 15 января 2020 года N 8 "Об утверждении Стратегии формирования здорового образа жизни населения, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний на период до 2025 года".

3. Объективность программы

Профессия «педагог» - состоит в группе риска по восприимчивости к синдрому эмоционального выгорания.

ДОУ несет ответственность за создание условий, обеспечивающих сохранение здоровья сотрудников. Но кроме этого сами сотрудники учреждения обязаны владеть теоретическими и практическими знаниями в области здоровьесбережения, т.к. опосредовано они также участвуют в решении проблем общественного здоровья.

Руководство МКДОУ д/с № 414 поддерживает идею здорового образа жизни и заинтересовано в развитии диалога с сотрудниками, через их вовлечение в мероприятия, поддерживающие их физический тонус, развитие двигательной активности, а также направленных на укрепление корпоративных связей и сплочение коллектива.

Трудовой коллектив МКДОУ д/с № 414 состоит из сотрудников, каждый из которых является личностью с определенным образовательным уровнем,

жизненным опытом и личностными ценностями.

Средний возраст сотрудников 45-50 лет, 80% сотрудников имеют хронические заболевания разной этиологии.

Совместно с медицинским персоналом детского сада были выявлены потенциальные факторы риска (эмоциональное выгорание, низкая физическая активность и прочее), разработаны целенаправленные рекомендации по здоровьесбережению сотрудников, что и нашло свое отражение в программе.

Программа разработана в силу особой актуальности проблемы сохранения здоровья взрослых. Отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления сотрудников. Она определяет основные направления, задачи, а также план действий и реализацию.

4. Охват программы

Программа реализуется для сотрудников МКДОУ д/с № 414:

- Руководитель- 1 человек.
- Старший воспитатель -1 человек.
- Воспитатели - 22 человека.
- Специалисты (учителя-логопеды, педагог-психолог, музыкальные руководители, инструктор по физической культуре) – 7 человек.
- Младшие воспитатели - 11 человек.
- Вспомогательный персонал - 10 человек.

Сроки внедрения программы - один учебный год.

5. План реализации программы

Программа реализуется по направлениям:

- Профилактические мероприятия (лекции, вебинары, инструктажи).
- Мероприятия по созданию комфортной эмоционально-психологической среды.
- Совместные мероприятия по оздоровлению коллектива (спортивные, досуговые мероприятия).
- Участие в городских мероприятиях.

Разработан календарный план и презентован на педагогическом совете. Выбраны ответственные лица, утверждены сроки реализации.

План тематических лекций

№ п/п	Дата	Тема лекции	Лектор
1	Сентябрь 2022	Психологический климат в коллективе как фактор сохранения психологического здоровья	Нестеренко Татьяна Владимировна, педагог-психолог ГКУЗ НСО «РЦОЗ и МП»
2	Октябрь 2022	Как сохранить здоровье в мегаполисе	Фомичева Марина Леонидовна, главный внештатный специалист по медицинской профилактике МЗ НСО, к.м.н.
3	Ноябрь 2022	Профилактика заболеваний суставов	Сарычева Лариса Владимировна, врач-методист ГКУЗ НСО «РЦОЗ и МП»
4	Декабрь 2022	Рациональное питание	Безпрозванная Елена Анатольевна, заведующий ООМОПР ГКУЗ НСО «РЦОЗ и МП», врач-диетолог, к.м.н.
5	Январь 2023	Профилактика ожирения	
6	Февраль 2023	Первая помощь при сосудистых катастрофах	Королева Ольга Викторовна – к.м.н., заведующая ОП и ТМИМ ГКУЗ НСО «РЦОЗ и МП»
7	Март 2023	Компьютер и здоровье	Жиленко Елена Леонидовна, заведующая отделом, врач-методист, к. м. н.
7	Апрель 2023	Первая помощь при ДТП	Морозова Евгения Александровна, врач-методист ГКУЗ НСО «РЦОЗ и МП»

Тематический план мероприятий по сохранению и укреплению здоровья сотрудников МКДОУ д/с № 414

№ п/п	Дата	Тема	Реализация
1	Июнь 2022	Формирование психологической устойчивости в стрессовых ситуациях	Организация кабинета психологической разгрузки (кабинет оснащен разным видом освещения, мягкой мебелью, медиа системой с подобранным материалом для прослушивания, зоной «кофе брейк»). В кабинете несколько видов атрибутов для смены деятельности (вязание, пазлы, алмазная вышивка).

2	Июль 2022	Физическая активность на рабочем месте	Создание клуба «Я за ЗОЖ». Утверждение расписания и видов занятий.
3	Август 2022	Сплоченность коллектива	Выезд на природу, базу отдыха.
4	Сентябрь 2022	Психологический климат в коллективе как фактор сохранения психологического здоровья	Проведение совместных мероприятий. Участие в мероприятиях учреждений округа.
5	Октябрь 2022	Как сохранить здоровье в мегаполисе	Фотовыставка «Мои здоровый выходной»
6	Ноябрь 2022	Формирование положительной обстановки в коллективе	Творческий вечер с подготовкой номеров на выбор коллектива.
7	Декабрь 2022	Рациональное питание	Смотр конкурс на тему «Правильное питание».
8	Январь 2023	Профилактика ожирения	Участие в городском мероприятии «Лыжня России».
9	Февраль 2023	Профилактика синдрома эмоционального выгорания	Участие в сезонном мероприятии города (лыжные гонки, плавание).
10	Март 2023	Подведение итогов за год	Показательное выступление клуба «Я за ЗОЖ»
11	Апрель 2023	Мероприятие на свежем воздухе	Организация забега на дистанцию.
12	Май 2023	Профилактика заболеваний суставов	Санаторно-курортное лечение. Отпуск сотрудников

6. Ожидаемый результат

- Улучшение соматических показателей здоровья.
- Обеспечение комфортного пребывания в коллективе.
- Реализация потребностей в здоровом образе жизни.
- Осмысленное преобразовательное отношение к собственному физическому и психическому здоровью как единому целому.