


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Новосибирска
«Детский сад № 215 «Кораблик детства»
630003, г. Новосибирск, ул. Владимировский спуск, дом 3а
Тел./факс 229-36-28
e-mail: ds_215@edu54.ru

ПРИНЯТО:
на Педагогическом совете
МБДОУ д/с № 215
Протокол № 1
От «24» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ д/с № 215

С.М. Волкова
приказ № 127-од от 24 августа.2023 г.



**Корпоративная программа по сохранению и укреплению здоровья
работников МБДОУ д/с № 215**

г. Новосибирск

1. Актуальность

Проблемы сохранения здоровья трудового коллектива детского сада, привитие навыков здорового образа жизни являются актуальными.

Существенно возросла распространенность нервно-психических и сердечно-сосудистых функциональных расстройств, нарушений органов пищеварения и зрения сотрудников.

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 МБДОУ д/с № 215 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 здоровьесформирующей 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 здоровьесформирующей 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

На сегодняшний день весьма актуальными является создание условий, направленных на укрепление сохранения физического, психического и духовного здоровья. Следует обеспечить педагогу возможность сохранения здоровья за период работы в детском саду, сформировать у него потребность в ведении ЗОЖ.

Администрация 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 № 215 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 № 215 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 МБДОУ д/с № 215:

- Руководитель - 1 человек.
- Старший воспитатель - 1 человек.
- Воспитатели - 12 человека.
- Специалисты:
 - учитель-логопед,
 - музыкальный руководитель,
 - инструктор по физической культуре,
 - педагог-психолог.
- Младшие воспитатели - 6 человек.
- Вспомогательный персонал - 10 человек.

5. Цель и задачи программы

Цель и задачи деятельности по сохранению и укреплению здоровья работников ДОУ определены на основании полученных сведений о фактическом состоянии здоровья трудового коллектива детского сада.

Цель: создание здоровьесберегающей среды в МБДОУ д/с № 215, направленной на формирование, сохранение и укрепление культуры здоровья работников детского сада, снижение распространенности факторов риска.

Задачи:

1. Провести для работников профилактические мероприятия.
2. Создать благоприятную рабочую среду для укрепления здоровья и профилактики заболеваний.
3. Повысить ответственность за индивидуальное здоровье и приверженность к здоровому образу жизни работников и членов их семей.

6. 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
1	Сентябрь 2023	Терморегуляция и здоровье. Профилактика простудных и простудноинфекционных заболеваний.
2	Октябрь 2023	Вегетарианство – польза или вред
3	Ноябрь 2023	Профилактика заболеваний суставов https://www.youtube.com/watch?v=D1T76KKCpdw
4	Декабрь 2023	Рациональное питание
5	Январь 2024	Профилактика ожирения https://www.youtube.com/watch?v=zchaW8MOPfo
6	Февраль 2024	Первая помощь при сосудистых катастрофах
7	Март 2024	Компьютер и здоровье https://www.youtube.com/watch?v=R51W5IA4XUw
7	Апрель 2024	Первая помощь при ДТП

Тематический план мероприятий по сохранению и укреплению здоровья сотрудников МКДОУ д/с № 215

№ п/п	Дата	Тема	Реализация
1	Сентябрь 2023	Физическая активность на рабочем месте	Создание клуба «Я за ЗОЖ». Утверждение расписания и видов занятий.
2	Октябрь 2023	Вегетарианство - польза или вред?	Мастер-класс по приготовлению блюд
3	Ноябрь 2023	Телесная перкуссия	Творческий вечер с подготовкой номеров на выбор коллектива.
4	Декабрь 2023	В новый год без вредных привычек	Презентация семейных традиций
5	Январь 2024	Профилактика синдрома эмоционального выгорания	Участие в сезонном мероприятии города (лыжные гонки, плавание).
6	Февраль 2024	Спорт и здоровье едины	Участие в городском мероприятии «Лыжня России».
7	Март 2024	Рациональное питание	Смотр конкурс на тему «Правильное питание».
8	Апрель 2024	Профилактика заболеваний суставов	Лекция
9	Май 2024	Управление стрессом	Тренинг

7. 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.