

ЗДОРОВЫМ БЫТЬ - В ТРЕНДЕ ЖИТЬ

Корпоративная программа по оздоровлению и здоровьесбережению сотрудников
МБДОУ №62 "Малинка" г. Симферополя

Актуальность программы

Современная тенденция к ухудшению состояния здоровья работников. Здоровье – это не только отсутствие болезней, но и полное физическое, душевное и социальное благополучие (по ВОЗ). Ключевые факторы риска (низкая активность, нерациональное питание, вредные привычки, стресс) поддаются управлению.



Цели и задачи программы

Наша цель: Здоровый и активный коллектив.

Основная цель: Формирование устойчивой системы ценностных ориентаций и установок активной жизненной позиции сотрудников, заинтересованности в поддержке здорового образа жизни.

Задачи: Развитие потребности в здоровом образе жизни.



Нормативная база



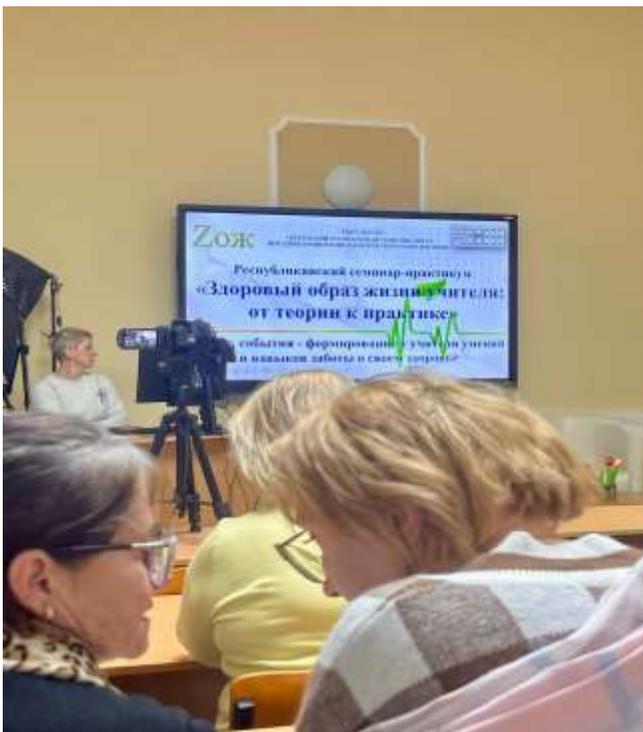
Документ	Конституция Российской Федерации	Указы Президента РФ (о демографии)	Трудовой кодекс РФ	Федеральный закон «Об ограничении курения табака»	Приказ Минздрава о профилактических осмотрах
Дата принятия/утверждения	действующая редакция	разные даты	действующая редакция	принят в XX веке	принят в XX веке
Ключевые положения	основные права и свободы	цели демографической политики	регулирование трудовых отношений	ограничение курения табака	регламентация профилактических мероприятий
Ссылка на официальный документ	https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_28399/	https://www.kremlin.ru/	https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_34683/	https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_105275/	https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_135693/
Форма акта	основной закон государства	указы Президента	кодекс	федеральный закон	приказ
Цель включения в правовую основу программы	закрепление прав и свобод	определение целей и направлений	регулирование трудовых отношений	ограничение курения табака	организация профилактических осмотров

Для разработки корпоративной программы «ЗДОРОВЫМ БЫТЬ - В ТРЕНДЕ ЖИТЬ» МБДОУ № 62 «Малинка» г. Симферополя важно учитывать законодательство РФ. Программа опирается на Конституцию РФ, закрепляющую права и свободы граждан, Трудовой кодекс, регулирующий трудовые отношения, а также Федеральный закон «Об ограничении курения табака» и Приказ Минздрава о профилактических осмотрах, способствующие улучшению здоровья сотрудников.



Формы и методы работы

Как мы будем достигать цели? Формы работы: Групповая, Подгрупповая, Индивидуальная. Методы работы: Исследовательские: анкетирование, диагностика, опрос, тестирование, наблюдение.



Направления деятельности

1

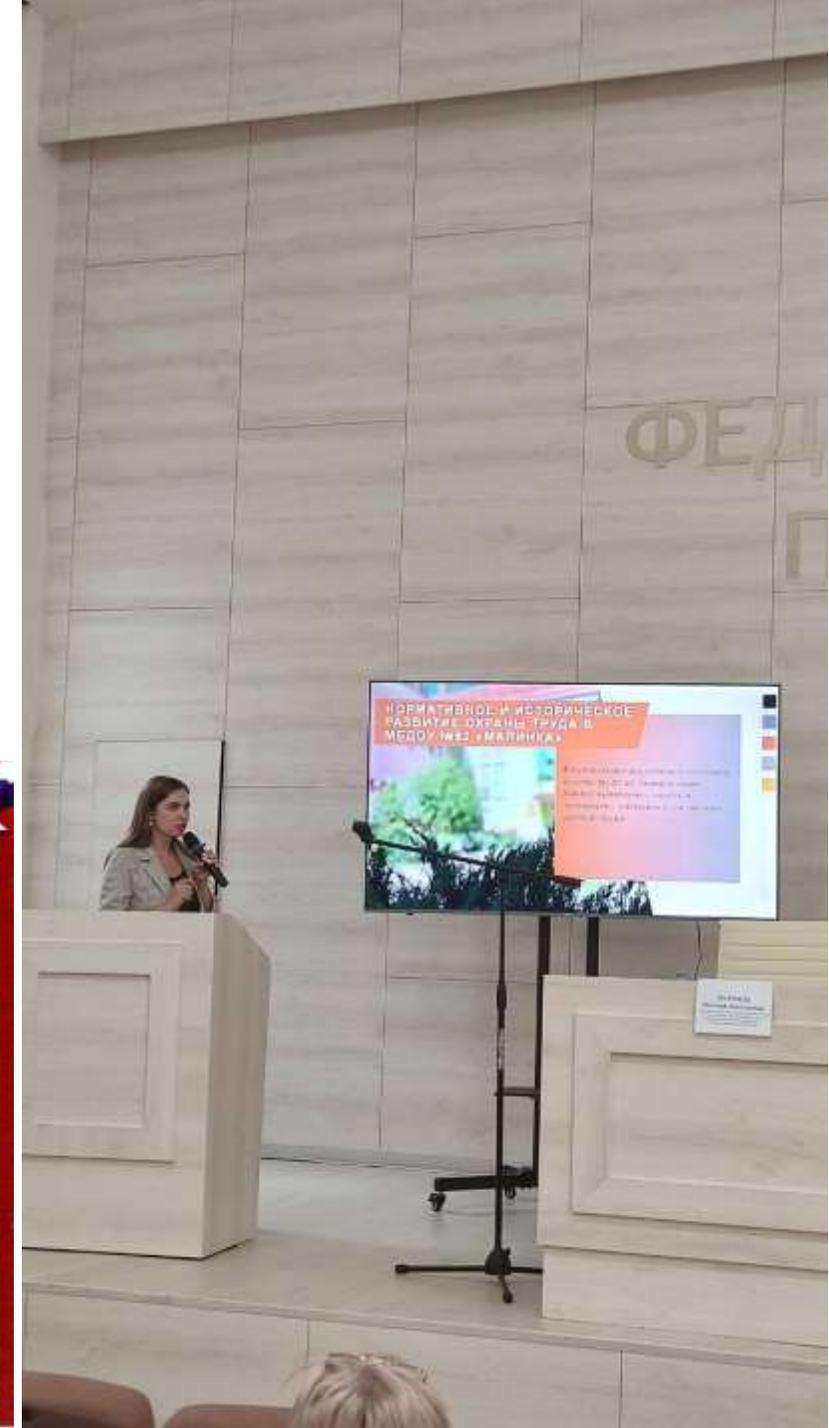
Основные направления нашей работы: проведение регулярных спортивных мероприятий для сотрудников (тренировки, зарядки, участие в спортивных мероприятиях города Симферополя)

2

Поддержка ЗОЖ: корпоративные спортивные мероприятия, информирование, активный отдых, физкультура и гимнастика.

3

Создание мотивирующей среды для сотрудников через системы поощрений за участие в спортивных активностях.

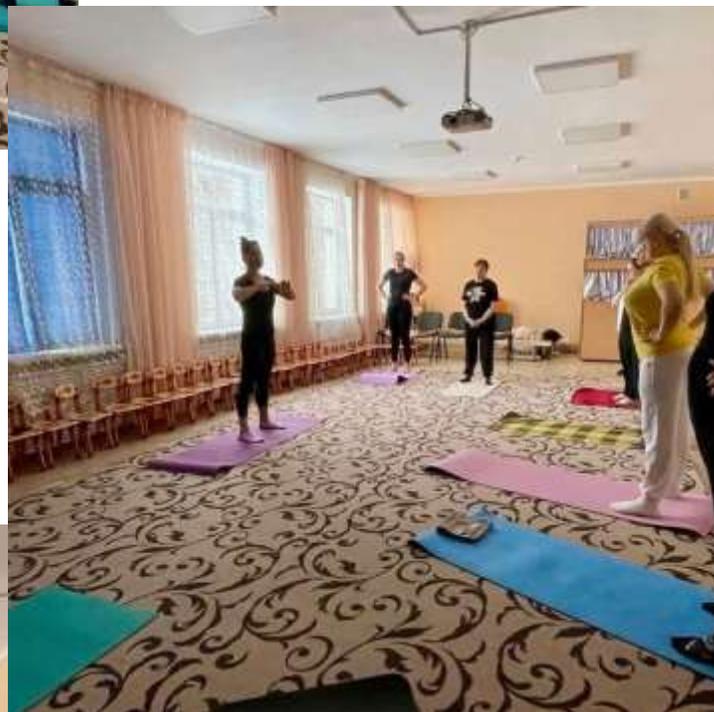


Ожидаемый эффект

Эффекты: Повышение функционального состояния организма.

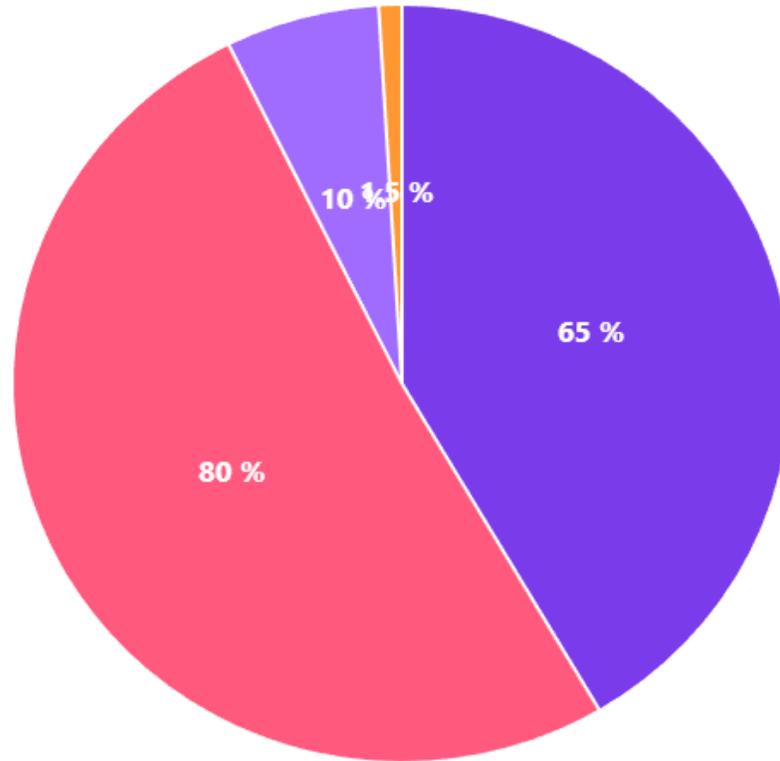
Восстановление работоспособности, предупреждение переутомления. Укрепление иммунитета.

Ссылка: https://vk.com/wall-217349958_665



Целевые индикаторы – Улучшения

- Сотрудники, ведущие ЗОЖ до программы
- Сотрудники, ведущие ЗОЖ после программы
- Снижение дней нетрудоспособности до программы
- Снижение дней нетрудоспособности после программы



Программа «ЗДОРОВЫМ БЫТЬ — В ТРЕНДЕ ЖИТЬ» способствовала увеличению доли сотрудников, ведущих ЗОЖ, с 65% до 80%, а также снижению дней нетрудоспособности с 10% до 1,5%. Параметры измеряются в процентах.

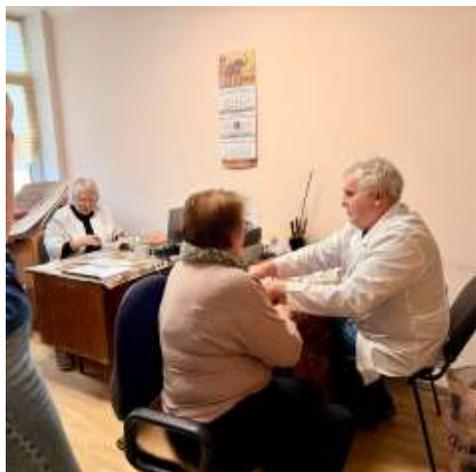


План мероприятий (часть 1)

Наши действия: профилактика и ЗОЖ. Основные мероприятия: Ежегодные медицинские осмотры, диспансеризация.

Профилактические меры.

Вакцинация от гриппа.



План мероприятий (часть 2)

Параметр	Утренняя зарядка	Занятия в спортзале	Коллективный отдых на свежем воздухе
Частота	Ежедневно	Регулярно (несколько раз в неделю)	1 раз в квартал
Продолжительность (мин)	10–15	30–60	60–90
Место проведения	Рабочее место	Спортивный зал	Места отдыха на природе
Участники	Все сотрудники	Желающие сотрудники	Все сотрудники (по возможности)
Цели	Улучшение общего состояния здоровья, повышение тонуса	Развитие физических качеств, укрепление мышц	Снижение стресса, улучшение командного духа

Утренняя зарядка помогает сотрудникам МБДОУ № 62 «Малинка» улучшить общее состояние здоровья и повысить тонус ежедневно. Занятия в спортзале способствуют развитию физических качеств и укреплению мышц несколько раз в неделю. Коллективный отдых на свежем воздухе раз в квартал помогает снизить стресс и улучшить командный дух.



Спасибо за внимание!

Спасибо за внимание. В этой презентации мы рассмотрели структуру и основные направления программы, включая её актуальность, цели и задачи, нормативную базу, целевую аудиторию и ожидаемые результаты. Мы также ознакомились с формами и методами работы, планом мероприятий и целевыми индикаторами улучшений.

Страничка ППО МБДОУ: <https://62.simds.ru/profsoyuz>
ВКонтакте: <https://vk.com/mbdoumalinka>

