

Муниципальное общеобразовательное учреждение

Тимшерская средняя общеобразовательная школа

Утверждаю

Директор школы Н.А.Паршукова

Принято педсоветом

Протокол №5 от «18» декабря 2023 г.

### Корпоративная программа по укреплению здоровья сотрудников

МОУ Тимшерской СОШ на рабочем месте на 2024-2026 г.

#### ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Корпоративная программа по укреплению здоровья сотрудников МОУ Тимшерской СОШ на рабочем месте
Разработчик программы	Муниципальное общеобразовательное учреждение Тимшерская средняя общеобразовательная школа
Нормативно правовая база	<p>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».</p> <p>Федеральный закон от 21.11.2011 N 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».</p> <p>Паспорт национального проекта «Демография», утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 N 16.</p> <p>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».</p> <p>Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО).</p>

<p>Обоснование разработки программы</p>	<p>Корпоративная программа по укреплению здоровья сотрудников МОУ Тимшерской СОШ (далее ОУ) разработана в рамках реализации мероприятий Федерального проекта «Укрепление общественного здоровья».</p> <p>По определению Всемирной организации здравоохранения здоровьем считается - состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.</p> <p>Так же, по данным Всемирной организации здравоохранения, ведение корпоративных программ, стимулирующих здоровый образ жизни, позволяет на 30% минимизировать потери от болезней сотрудников. При этом число пропусков работы по болезни сокращается на 20%, а эффективность работы сотрудника вырастает почти на 10%.</p> <p>Человеческий капитал является одним из ведущих факторов социально-экономического развития, и сохранение здоровья сотрудника является актуальным приоритетом для государства и отдельного работодателя.</p>
<p>Цель программы</p>	<p>Формирование у сотрудников ОУ понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни.</p> <p>Разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья сотрудников ОУ, снижение распространенности факторов риска.</p> <p>Создание материально-технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению коллектива к здоровому образу жизни.</p>
<p>Задачи программы</p>	<p>Создание социально-психологических условий в школе, способствующих формированию здорового морально психологического климата в коллективе, эмоциональной гармонии.</p> <p>Формирование системы выявления уровня здоровья сотрудников ОУ и его целенаправленного отслеживания в течение каждого года .</p> <p>Усиление контроля за медицинским обслуживанием сотрудников ОУ.</p> <p>Формирование валеологической грамотности педагогов и сотрудников ОУ.</p> <p>Внедрение здоровьесберегающих образовательных технологий и условий преподавания, комплекса мер по поддержанию здоровья сотрудников ОУ.</p> <p>Организация оздоровительной работы в учебное и внеурочное время, в часы досуга.</p>
<p>Численность</p>	<p>Сотрудники учреждения (43 чел.)</p>

<p>Описание программы</p>	<p>Проведение мониторинга отношения сотрудников к здоровому образу жизни.</p> <p>Проведение дней здоровья в ОУ. Тренинги по навыкам ЗОЖ.</p> <p>Организация цикла бесед о профилактике различных заболеваний.</p> <p>Создание условий работы, отвечающих требованиям безопасности для здоровья и жизни</p> <p>Создание условий, отвечающих санитарно-гигиеническим нормам, для полноценного отдыха и работы.</p> <p>Проведение инструктажа по охране труда и технике безопасности сотрудников.</p> <p>Проведение мероприятий по улучшению условий труда сотрудников.</p> <p>Контроль над состоянием охраны труда и выполнением мероприятий по охране труда, технике безопасности и пожарной безопасности.</p> <p>Осуществление периодического медицинского осмотра работников.</p> <p>Проведение специальной оценки условий труда.</p> <p>Организация работы по различным направлениям (аэробика, командные спортивные игры).</p> <p>Участие в массовых спортивных мероприятиях ОУ и района</p>
<p>Сроки реализации программы</p>	<p>2024-2026 гг.</p>
<p>Источники финансирования</p>	<p>Бюджетные, внебюджетные и спонсорские деньги</p>
<p>Ожидаемые результаты</p>	<p>Положительная динамика численности работников, занимающихся физкультурой и спортом в спортивных залах ОУ.</p> <p>Успешность выступлений учителей ОУ в спортивных мероприятиях, конкурсах ОУ и района.</p> <p>Отсутствие отрицательной динамики состояния физического, психического и духовно-нравственного здоровья сотрудников ОУ.</p> <p>Сформированность у сотрудников отношения к своему здоровью как общечеловеческой ценности и привитие навыков здорового образа жизни.</p> <p>Проявление у педагогов активности, инициативы и творчества в организации и проведении мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей и подростков, обучающихся в школе.</p> <p>Повышение конкурентоспособности и авторитета ОУ в социуме.</p>

## Пояснительная записка

Проблемы сохранения здоровья педагогов и других работников ОУ, привитие навыков здорового образа жизни очень актуальны сегодня. Необходимо создание условий, направленных на сохранение здоровья физического, психического и духовного. Следует сформировать у работников потребность к ведению здорового образа жизни.

Широко известно, что учительская профессия требует особого напряжения эмоциональных и физических сил. Постоянная концентрация внимания, нервное напряжение, необходимость говорить в течение нескольких часов ежедневно превратило хронические заболевания горла и гортани и астено-невротические расстройства практически в профессиональные заболевания учителей.

Охрана здоровья учителя является важным фактором укрепления здоровья ученика. Учитель обязан ответственно относиться к своему здоровью, быть примером для ученика, вести здоровый образ жизни.

Обозначая цели деятельности по здоровьесбережению, мы исходили из полученных сведений о фактическом состоянии здоровья педагогов, о неблагоприятных для здоровья факторах, о выявленных достижениях педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения.

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

*актуальности.* Он отражает насущные проблемы, связанные со здоровьем работников школы, 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 программы**

Формирование у сотрудников ОУ понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни.

Разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья сотрудников школы.

Создание материально - технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению коллектива школы к здоровому образу жизни.

## **Задачи программы**

Создание социально-психологических условий в школе, способствующих формированию здорового морально психологического климата в коллективе, эмоциональной гармонии.

Формирование системы выявления уровня здоровья сотрудников школы и его целенаправленного отслеживания в течение каждого года обучения.

Усиление контроля за медицинским обслуживанием сотрудников ОУ.

Формирование валеологической грамотности педагогов и сотрудников ОУ.

Внедрение здоровьесберегающих образовательных технологий и условий преподавания, комплекса мер по поддержанию здоровья сотрудников ОУ.

Организация оздоровительной работы в учебное и внеурочное время, в часы досуга.

## **Участники программы**

администрация школы педагоги

прочие сотрудники

социальные партнеры

## **Функции администрации при реализации программы**

общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;

организация просвещения в вопросах валеологии на семинарах, педсоветах, совещаниях;

разработка системы досуговых мероприятий по укреплению физического здоровья сотрудников и ее контроль;

организация работы психологической службы в ОУ.

## **Сроки и этапы реализации программы 1 этап**

– **2024 г - этап проектирования программы:**

анализ уровня заболеваемости, уровня сформированности динамики формирования отношения к вредным привычкам;

изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;

создание инициативной группы педагогов для системной организации или работы по формированию ЗОЖ и разработке программы; составление плана работы профилактических и спортивных мероприятий.

### **2 этап - 2024 - 2025 гг.- апробационный реализация программы:**

внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных; систематическая работа по пропаганде ЗОЖ; выполнение оздоровительных мероприятий.

### **3 этап -2026 г. - подведение итогов программы:**

сбор и анализ результатов выполнения программы; коррекция деятельности.

## **Контроль реализации программы**

Реализация корпоративной программы по укреплению здоровья сотрудников ОУ на рабочем месте направлена на формирование культуры отношения к своему здоровью, что включает в себя:

контроль за организацией учебного процесса;  
мониторинг состояния здоровья сотрудников ОУ и психологического климата в коллективе.

контроль за медицинским обслуживанием сотрудников ОУ.

контроль за выполнением мероприятий по охране труда, технике безопасности и пожарной безопасности.

## **Ожидаемые результаты программы**

Положительная динамика численности педагогов, занимающихся физкультурой и спортом в спортивных залах ОУ.

успешность выступлений учителей ОУ в спортивных мероприятиях, конкурсах ОУ и района.

отсутствие отрицательной динамики состояния физического, психического и духовно-нравственного здоровья сотрудников ОУ.

сформированность у сотрудников отношения к своему здоровью как общечеловеческой ценности и привитие навыков здорового образа жизни.

проявление у педагогов активности, инициативы и творчества в организации и проведении мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей и подростков, обучающихся в школе.

повышение авторитета и конкурентоспособности ОУ в социуме города. повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении как здоровья школьников, так и своего здоровья.

**План корпоративной программы по укреплению здоровья сотрудников**

**МОУ Тимшерской СОШ**

<i>№</i>	<i>Направление мероприятий</i>	<i>Цель мероприятия</i>	<i>Форма мероприятия</i>	<i>Сроки реализации мероприятия</i>
1.	Организация контроля над проведением периодического медицинского осмотра, диспансеризации и иммунизации сотрудников	Цель: раннее выявление болезней и их профилактика	Сбор данных, анализ проведенных предварительных и периодических медицинских осмотров, диспансеризации, иммунизации сотрудников	1 раз в год Постоянно
2.	Наблюдение за состоянием сотрудников во время карантина по гриппу, ОРЗ, коронавирусной инфекции	Цель: обеспечение мониторинга за состоянием здоровья	Измерение температуры тела	До особого распоряжения
3	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: проветривание; освещение; уборка.	Цель: формирование убеждений и привычек здорового образа жизни	Соблюдение норм СанПин	Администрация, учителя ежедневно
4.	Культурный досуг сотрудников	Цель: налаживания отношений между сотрудниками	Организация и проведение мероприятий для сотрудников (Новый год, День учителя и другие)	Согласно датам праздника
5.	Проведение акций и конкурсов среди сотрудников: акции: «Мы за здоровый образ жизни», «Неделя без автомобиля», «Пешком до работы», «10000 шагов? Легко!», «Спортивная семья»,	Цель: активная пропаганда здорового образа жизни среди сотрудников	Организация и проведение различных акции повышающих эмоциональное состояние сотрудников	Администрация, учитель физической культуры

	<p>«Марафон долголетия».</p> <p>«День здоровья»;</p> <p>конкурс «Если хочешь, значит сможешь!»;</p> <p>неделя психоэмоционального здоровья;</p> <p>«Неделя физической активности»;</p> <p>конкурсы с использованием социальных сетей, фотоконкурсы «Я люблю ЗОЖ!»</p>			
6.	Информационно - мотивационное просвещение	Цель: формирование убеждений и привычек здорового образа жизни	Подготовка и разработка различных информационных листовок по темам здорового образа жизни.	В течение года
7.	Участие в различных спортивных мероприятиях: Сдать нормативы ВФСК «Готов к труду и обороне»; участие в районных соревнованиях среди ОУ.	Цель: пропаганда здорового образа жизни, популяризация физической культуры	Участие сотрудников в выполнении нормативов Всероссийского физкультурного спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» и в других мероприятиях	По мере поступления информации
8.	Организация производственной гимнастики	Цель: повышения работоспособности, укрепления здоровья и предупреждения утомления сотрудников.	Организация перерывов в рабочее время с использованием различных методик на рабочих местах	В течение года
9.	Инструктаж персонала	Цель: предупреждение случаев производственного травматизма	Проведение инструктажа с персоналом	1 раз в полугодие