

Приложение  
к приказу  
от 20.10.22. № Р-4.

**ПРОГРАММА  
РАЗВИТИЯ КОРПОРАТИВНОГО СПОРТА  
В МУНИЦИПАЛЬНОМ БЮДЖЕТНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ  
УЧРЕЖДЕНИИ ШАРЫПОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА  
ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР  
«ЗДОРОВЫЙ КОЛЛЕКТИВ ЗАЛОГ УСПЕШНОЙ РАБОТЫ»**

1. Паспорт программы

Наименование программы	«Развитие корпоративного спорта в образовательных учреждениях Шарыповского муниципального округа «Здоровый коллектив залог успешной работы» (далее – программа)
Основания для разработки программы	Указ Президента Российской Федерации от 06.06.2019 № 254 «О стратегии развития здравоохранения в Российской Федерации на период до 2025 г.».
Ответственный исполнитель программы	Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования Шарыповского муниципального округа детско – юношеский центр
Соисполнители программы	Отсутствуют
Цель программы	Создание условий для формирования и продвижение здорового образа жизни в образовательных учреждениях Шарыповского муниципального округа, сохранения здоровья персонала на рабочем месте
Задачи программы	1.Создание благоприятной рабочей среды (сплочение коллектива) для укрепления здоровья и благополучия сотрудников учреждения. 2.Повышение ответственности за индивидуальное здоровье и приверженности к здоровому образу жизни работников и членов их семей. 3. Создание благоприятных условий в учреждении для ведения здорового и активного образа жизни. 4.Содействие прохождению работниками профилактических осмотров и диспансеризации. 5.Формирование стрессоустойчивости.

	6.Формирование системы мотивации работников учреждения к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек.
Этапы и сроки реализации программы	2023 года без разделения на этапы
Перечень целевых показателей программы	приведен в приложении № 2 к паспорту программы
Разработчик программы	Даниленко Елена Юрьевна

## 2. Актуальность

Программа укрепления здоровья и благополучия сотрудников подразумевает под собой комплекс мероприятий, предпринимаемых работодателем для улучшения состояния здоровья работников, улучшения микроклимата в коллективе, в целях профилактики заболеваний, повышения безопасности, производительности и эффективности труда работников.

Залогом успешности программы является целостный подход, основанный на определении здоровья не только как отсутствие болезней, но и состояние полного физического, эмоционального, интеллектуального, социального благополучия.

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

По данным исследователей почти 60% общего бремени болезней обусловлено семью ведущими факторами:

- повышенное артериальное давление,
- потребление табака,
- чрезмерное употребление алкоголя,
- повышенное содержание холестерина в крови,
- избыточная масса тела,
- низкий уровень потребления фруктов и овощей,
- малоподвижный образ жизни.

Система укрепления здоровья сотрудников на рабочем месте 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).

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, формирование системы мотивации граждан к ведению здорового образа жизни.

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

Личная заинтересованность сотрудников – ключевое условие эффективного внедрения корпоративной программы.

### **3. Цель развития Программы корпоративного спорта, задачи программы**

Основной целью Программы являются:

- создание условий для формирования и продвижения здорового образа жизни в образовательных учреждениях Шарыповского муниципального округа, сохранение здоровья персонала на рабочем месте.

Достижение поставленных целей программы будет осуществляться путем решения следующих задач:

1.Создание благоприятной рабочей среды (сплочение коллектива) для укрепления здоровья и благополучия сотрудников учреждения.

2.Повышение ответственности за индивидуальное здоровье и приверженности к здоровому образу жизни работников и членов их семей.

3. Создание благоприятных условий в учреждении для ведения здорового и активного образа жизни.

4.Содействие прохождению работниками профилактических осмотров и диспансеризации.

5.Формирование стрессоустойчивости.

6.Формирование системы мотивации работников учреждения к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек.

### **4. Информация по отдельным мероприятиям программы**

#### **4.1. Организационные мероприятия.**

**Задача:** создание благоприятной рабочей среды (сплочение коллектива) для укрепления здоровья и благополучия сотрудников учреждения.



- Проведение анкетирования, с целью выявления факторов, влияющих на здоровье работников и получения общих сведений о состоянии здоровья работников: низкая физическая активность, избыточный вес, повышенное артериальное давление, курение, несбалансированное питание и пр.

#### **4.2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности.**

**Задача:** повышение ответственности за индивидуальное здоровье и приверженности к здоровому образу жизни работников и членов их семей.

Целевой индикатор:

- доля сотрудников, систематически занимающегося физической культурой и спортом – в 2023 г. до 60% ;

- количество сотрудников участвующих в мероприятиях, акциях – в 2023 году до 50%;

- количество организованных и проведенных мероприятий – 10 ед. в 2023 году .

- Разработка десятиминутных комплексов упражнений, которые можно проводить прямо на рабочем месте, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика.

- Участие трудовых коллективов в спортивных мероприятиях, спартакиадах, турнирах, спортивных конкурсах, велопробегах.

- Участие в программе сдачи норм ГТО.

- Дни здоровья – проведение акции «На работу пешком», «На работу – на велосипеде», «Встань с кресла», «Неделя без автомобиля» и др.

- Проведение коллективного отдыха на свежем воздухе с применением активных игр.

- Организация культурно-спортивных мероприятий для работников с участием членов их семей, в том числе зимние прогулки на лыжах, катание на коньках, велосипедах, летний отдых.

#### **4.3. Мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию.**

**Задача:** создание благоприятных условий в учреждении для ведения здорового и активного образа жизни.

Целевой индикатор:

- процент охвата сотрудников Программой (здоровым питанием) - 100%

- повышение информированности о здоровом образе жизни- 100%

- Информирование работников об основах рациона здорового питания: размещение информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки), организация образовательных семинаров, лекций, мастер-классов с участием эксперта в области питания.

- Создание для сотрудников информационных стендов с размещением информационных материалов по вопросам здорового питания и снижения веса.

- Проведение тематических Дней здорового питания, посвященных овощам и фруктам.

#### **4.4. Мероприятия, направленные на прохождение работниками профилактических осмотров и диспансеризации.**

**Задача:** содействие по прохождению работниками профилактических осмотров и диспансеризации.

Целевой индикатор:

- процент охвата сотрудников профилактическими медицинскими осмотрами - 100%;

- охват вакцинированных сотрудников в рамках Национального календаря профилактических прививок – 100%.

- Проведение инструктажей персонала с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которых является производственный травматизм и вредные факторы.

- Организация контроля над проведением периодических медицинских осмотров, диспансеризации сотрудников. Проведение вакцинации работников в рамках Национального календаря профилактических прививок.

#### **4.5. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом.**

**Задача:** формирование стрессоустойчивости.

- доля сотрудников, участвующих в тренингах, семинарах направленных на стрессоустойчивость и противодействие профессиональному выгоранию – в 2023 г. до 100 %

- Проведение тренингов, консультаций, семинаров по управлению конфликтными ситуациями.

- Разработка мероприятий, направленных на противодействие профессиональному выгоранию.

- Формирование у работников таких личностных качеств, как жизнерадостность, стрессоустойчивость, целеустремленность, уверенность в себе на основе стабилизации душевного равновесия, поддержание в коллективе атмосферы взаимной поддержки и доверия.



#### **4.6. Мероприятия, направленные на борьбу с курением и употреблением алкоголя.**

**Задача:** формирование системы мотивации работников учреждения к здоровому образу жизни, включая отказ от вредных привычек.

Целевой индикатор:

- Доля курящих сотрудников, поддерживающих инициативу заменить физкультурой – в 2023 году 70%;
- Доля курящих сотрудников, сокративших количество перекуров- в 2023 году 100%

1. Оценивается соблюдение Федерального закона от 23 февраля 2013 года № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» на предмет полного запрета курения в помещениях и на территории организации с применением штрафных санкций к сотрудникам, курящим в помещениях организации.

2. Проведение Кампании (конкурсы, соревнования) «Брось курить и победи», призванной помочь сотрудникам отказаться от курения.

3. Мотивирование к отказу от курения путем организации возможных здоровых альтернатив вместо перекуров на рабочих местах и в местах общего пользования: проведение самостоятельных занятий физическими упражнениями вместо перекуров или для разрядки во время работы.

4. Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и на территории знаками запрещающими курение (на основании приказа о запрете курения на территории предприятия).

5. Проведение мероприятий в День отказа от курения.

6. Информирование сотрудников о вредных воздействиях курения с использованием всех возможных каналов, размещение информационных бюллетеней и плакатов по вопросу вреда курения для здоровья в общественных местах.

7. Оформление мест общего пользования (туалеты, лестницы, коридоры) детекторами дыма для осуществления контроля за соблюдением запрета курения на предприятии.

#### **6. Мероприятия, направленные на борьбу с употреблением алкоголя**

8. Информирование сотрудников о влиянии алкоголя на организм и о социальных последствиях, связанных с потреблением алкоголя с привлечением медицинских работников .

9. Организация безалкогольных корпоративных мероприятий с пропагандой здорового образа жизни.



#### **4. Прогноз конечных результатов программы, характеризующих целевое состояние**

В рамках реализации Программы планируется достигнуть в 2023 году следующих конечных результатов:

- доля сотрудников, систематически занимающегося физической культурой и спортом – в 2023 г. до 60% ;
- количество сотрудников участвующих в мероприятиях, акциях – в 2023 году до 50%;
- количество организованных и проведенных мероприятий – 10 ед. в 2023 году .
- процент охвата сотрудников Программой (здоровым питанием) - 100%
- процент охвата сотрудников профилактическими медицинскими осмотрами - 100%;
- охват вакцинированных сотрудников в рамках Национального календаря профилактических прививок – 100%.
- доля сотрудников, участвующих в тренингах, семинарах направленных на стрессоустойчивость и противодействие профессиональному выгоранию – в 2023 г. до 100 %
- Доля курящих сотрудников, поддерживающих инициативу заменить физкультурой – в 2023 году 70%;
- Доля курящих сотрудников, сокративших количество перекуров- в 2023 году 100%

Приложение № 1  
к Паспорту программы

План мероприятий				
№	Наименование мероприятия	Дата проведения	Место проведения	Ответственный исполнитель
<b>1. Организационные мероприятия</b>				
1	Анкетирование, с целью выявления факторов, влияющих на здоровье работников и получение общих сведений о состоянии здоровья работников	Февраль 2023 г.	МБОУ ДО ШМО ДЮЦ	Фокина Е..А.
<b>2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности</b>				
1	Десятиминутный комплекс упражнений, который проводится прямо на рабочем месте, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика	В течение года	МБОУ ДО ШМО ДЮЦ	Третьякова К.Г.
2	Спортивные мероприятия, спортивные конкурсы, сплавы, туристические походы, велопробеги, сп	В течение года	МБОУ ДО ШМО ДЮЦ, СОК Кордон	Мащенко С.Г., Третьякова К.Г.
3	Сдача норм ГТО	В течение года	МБУ «СП Шарьповского МО»	Мащенко С.Г., Третьякова К.Г.
4	Дни здоровья – проведение акции «На работу пешком», «На работу – на велосипеде», «Встань с кресла», «Неделя без автомобиля».	В течение года	МБОУ ДО ШМО ДЮЦ	Мащенко С.Г., Третьякова К.Г.
5	Коллективный отдых на свежем воздухе с применением активных игр.	В течение года	МБОУ ДО ШМО ДЮЦ	Мащенко С.Г., Третьякова К.Г.

10	Культурно-спортивные мероприятия для работников с участием членов их семей, в том числе зимние прогулки на лыжах, катание на коньках, велосипедах, летний отдых.	В течение года	Образовательные учреждения	Мащенко С.Г., Третьякова К.Г.
<b>3. Мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию</b>				
1	Информирование работников об основах рационального питания: размещение информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки), организация образовательных семинаров, лекций, мастер-классов с участием эксперта в области питания	В течение года	МБОУ ДО ШМО ДЮЦ	Якушева Е.В.
2	День здорового питания, посвященный овощам и фруктам	В течение года	МБОУ ДО ШМО ДЮЦ	Якушева Е.В.
3	Размещение информационных стендов по вопросам здорового питания	В течение года	МБОУ ДО ШМО ДЮЦ	Якушева Е.В.
<b>4. Мероприятия, направленные на прохождение работниками профилактических осмотров и диспансеризаций</b>				
1	Проведение инструктаж персонала с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которых является производственный травматизм и вредные факторы.	Февраль 2023 г.	МБОУ ДО ШМО ДЮЦ	Якушева Е.В.
2	Проведение периодических медицинских осмотров, диспансеризации сотрудников.	Май 2023 г.	МБОУ ДО ШМО ДЮЦ	Фокина Е.А. Пресняк Л.А.
3	Проведение вакцинации работников в рамках Национального календаря профилактических прививок	В течение года	МБОУ ДО ШМО ДЮЦ	Фокина Е.А. Пресняк Л.А.
<b>5. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом</b>				



1	Тренинги, консультации, семинары по управлению конфликтными ситуациями.	В течение года	МБОУ ДО ШМО ДЮЦ	Фокина Е.А.
<b>5.Образовательные учреждения</b>				
1	Кампания «Брось курить и победи»	Май 2023	МБОУ ДО ШМО ДЮЦ	Третьякова К.Г.
2	Размещение информационных бюллетеней по вопросу вреда курения для здоровья в местах, оборудованных для курения, трансляция видеороликов на данную тематику	В течение года	МБОУ ДО ШМО ДЮЦ	Якушева Е.В.
3	Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и на территории знаками запрещающими курение.	В течение года	МБОУ ДО ШМО ДЮЦ	Якушева Е.В.
<b>7. Мероприятия, направленные на борьбу с употреблением алкоголя</b>				
1	Информирование сотрудников о влиянии на организм алкоголя и о социальных последствиях, связанных с потреблением алкоголя.	В течение года	МБОУ ДО ШМО ДЮЦ	Фокина Е.А.
3	Безалкогольные корпоративные мероприятия с пропагандой здорового образа жизни.	В течение года	МБОУ ДО ШМО ДЮЦ	Фокина Е.А.

Приложение № 2  
к Паспорту программы

**Перечень целевых показателей программы, с указанием планируемых к достижению значений в результате реализации программы**

№ п/п	Цели, задачи целевые показатели	Единица измерения	2022		2023	
			Факт	План	Факт	План
1	2	3	4	5	5	
1	<b>Цель: создание условий для формирования и продвижение здорового образа жизни в образовательных учреждениях Шарыповского муниципального округа, сохранения здоровья персонала на рабочем месте</b>					
1	<b>Задача : повышение ответственности за индивидуальное здоровье и приверженности к здоровому образу жизни работников и членов их семей.</b>					
1.1	доля сотрудников систематически занимающегося физической культурой и спортом	%	20,00	60,00		
1.2	количество сотрудников участвующих в мероприятиях, акциях	%	12,00	50,00		
1.3.	количество организованных и проведенных мероприятий	Ед.	5,00	10,00		
2.	<b>Задача: создание благоприятных условий в учреждении для ведения здорового и активного образа жизни.</b>					
2.1.	процент охвата сотрудников Программой (здоровым питанием)	%	00,00	100,00		
3.	<b>Задача: содействие по прохождению работниками профилактических осмотров и диспансеризации.</b>					
3.1.	процент охвата сотрудников профилактическими медицинскими осмотрами	%	100,00	100,00		
3.2.	охват вакцинированных сотрудников в рамках Национального календаря профилактических прививок	%	50,00	100,00		
4	<b>Задача: формирование стрессоустойчивости.</b>					
4.1.	доля сотрудников, участвующих в тренингах, семинарах направленных на стрессоустойчивость и противодействие профессиональному выгоранию	%	0,00	100,00		
5	<b>Задача: формирование системы мотивации работников учреждения к здоровому образу жизни, включая отказ от вредных привычек</b>					

№ п/п	Цели, задачи целевые показатели	Единица измерения	2022		2023	
			Факт	План	Факт	План
5.1.	Доля курящих сотрудников, поддерживающих инициативу заменить физкультурой	%	0,00	70,00		
3.1	Доля курящих сотрудников, сокративших количество перекуров	%	0,00	100,00		