Л О К А Л Ь Н Ы Й А К Т
муниципального бюджетного учреждения
«Спортивная школа «Искра» г. Перми

П Р И Н Я Т:
на тренерском совете
МБУ «СШ «Искра» г. Перми
Протокол № 2 от 23.04.2021 г.

У Т В Е Р Ж Д Е Н:
и.о. директора МБУ «СШ «Искра»
г. Перми
Приказ № 57 от 23.04.2021 г.

_____ О.В. Шардина

Корпоративная программа
укрепления здоровья сотрудников
муниципального бюджетного учреждения
«Спортивная школа «Искра» г. Перми
«Наше здоровье в наших руках»
на 2021 год

г. Пермь
2021

Цель программы:

Сохранение и укрепление здоровья сотрудников путем формирования в коллективе установки на здоровый образ жизни, посредством создания условий для укрепления и сохранения здоровья в процессе работы, формирования культуры здоровья на основе осознания здоровья как ценности, обучения сотрудников знаниям, умениям и навыкам здорового
образа жизни.

Задачи:

1. Формирование системы мотивации работников организации к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек.
2. Создать условия для физического, психологического и социального благополучия сотрудников.
3. Содействие прохождению работниками профилактических осмотров и диспансеризации.
4. Формировать потребность в здоровом образе жизни, принимать активное участие в мероприятиях и соревнованиях, занятиях в физкультурных секциях.

Направления и мероприятия:

1. Разработка плана мероприятий по формированию системы мотивации работников организации к здоровому образу жизни в целях их оздоровления.
2. Создание условий для вовлечения работников в программы по укреплению их здоровья на рабочем месте.
3. Создание условий для улучшения индивидуального и профессионального (физического, психологического и социального здоровья) работников, повышения их работоспособности и продуктивности.
4. Формирование активной жизненной позиции работников, создание благоприятного микроклимата в коллективе, повышение сплоченности коллектива СШ «Искра»
5. Создание условий для прохождения работниками профилактических медицинских осмотров и диспансеризации.
6. Выполнение информационно-просветительской работы по пропаганде здорового образа жизни.
7. Формирование мотивации на здоровое питание.
8. Формирование установки на отказ от вредных привычек.
9. Формирование мотивации на повышение двигательной активности.
10. Формирование стрессоустойчивости.

Механизмы:

Обеспечение безопасных для здоровья условий:

– создание условий работы, отвечающих требованиям безопасности для здоровья и жизни;
– создание условий, отвечающих санитарно-гигиеническим нормам, для полноценного отдыха и работы;

– в рамках борьбы с туберкулезом ежегодное флюорографическое обследование сотрудников.

Массовая работа по оздоровлению сотрудников:

– диспансеризация, ежегодные медицинские осмотры сотрудников;

– проведение цикла лекций, круглых столов, семинаров, направленных на приобретение сотрудниками знаний по сохранению и укреплению здоровья.

– проведение комплекса спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий;

– санаторно-курортное лечение сотрудников с хроническими заболеваниями.

Организационно-методическая работа:

– проведение мониторинга отношения сотрудников к здоровому образу жизни;

– проведение дней здоровья в учреждении;

– тренинги по навыкам ЗОЖ;

– индивидуальное (персональное) консультирование по снижению избыточного веса тела, по изменению питания, питьевого режима и технике дыхания, по повышению физической активности;

– организация работы по профилактике вредных привычек.

Спортивно-массовая работа:

– организация работы по различным направлениям (фитнесс, плаванье, командные спортивные игры);

– организация досуга сотрудников;

– участие в командно-спортивных мероприятия, в эстафетах и кроссах, района и города Перми;

– проведение мероприятий, стимулирующих работников больше ходить пешком, заниматься спортом и укреплять здоровье.

Ожидаемый эффект от реализации программы:

В результате реализации корпоративной программы «Наше здоровье в наших руках» предполагаются следующие результаты для сотрудников:

1. Изменение отношения к состоянию своего здоровья.
2. Укрепление здоровья и улучшение самочувствия.
3. Увеличение продолжительности жизни.
4. Значительное увеличение доли лиц с физической активностью.
5. Увеличение доли сотрудников, ведущих здоровый образ жизни
6. Уменьшение употребления табака.
7. Укрепление социального и психического здоровья сотрудников.
8. Увеличение работоспособности сотрудников.

План корпоративной программы по укреплению здоровья сотрудников МБУ «СШ «Искра» г. Перми

№	Наименование мероприятия	Цель мероприятия	Форма проведения	Сроки реализации
1.	Организация контроля над проведением периодического медицинского осмотра, диспансеризации.	раннее выявление болезней и их профилактика	Сбор данных, анализ проведенных предварительных и периодических медицинских осмотров, диспансеризации.	1 раз в год ежегодно
2.	Наблюдение за состоянием сотрудников во время карантина по коронавирусной инфекции. Профилактика.	обеспечение мониторинга за состоянием здоровья сотрудников	Измерение температуры тела.	до особого распоряжения губернатора Пермского края
3.	Профилактика табакокурения.	снижение количества курящих сотрудников	Информирование работников о запрете курения на территории учреждения и в здании (приказ учреждения). Оформление рабочих мест, мест общего пользования и территории знаками, запрещающими курение. Проведение просветительской работы и профилактических мероприятий о пагубных последствиях потребления табака.	постоянно
4.	Культурный досуг сотрудников, организация отдыха сотрудников и их семей.	создание стабильного коллектива	Организация отдыха сотрудников и их семей на базах, лагерях. Корпоративные мероприятия.	в течение года
5.	Участие в спортивных мероприятиях	пропаганда здорового образа жизни, популяризация физической культуры и	Участие сотрудников в выполнении нормативов Всероссийского физкультурного спортивного комплекса «Готов	по планам

		спорта среди сотрудников СШ «Искра»	к труду и обороне», участие в легкоатлетической эстафете «Мотовилиха», в районных соревнованиях по волейболу, в Пермском марафоне, «Лыжне России» и других спортивных мероприятиях.	
6.	Инструктаж персонала	предупреждение случаев производственного травматизма	Проводятся обучение оказанию первой доврачебной помощи пострадавшим, инструктаж по охране труда.	постоянно
7.	Образовательные онлайн и офлайн мероприятия.	направлено на повышение информированности сотрудников о факторах риска (курение, алкоголь, нездоровое питание, низкая физическая активность, стресс)	Проведение и организация семинаров, «день здоровья», образовательные онлайн-ресурсы.	в течение года
8.	Сохранение и укрепление психологического здоровья сотрудников СШ «Искра»	Создание благоприятной социально-психологической среды в коллективе. Формирование в коллективе атмосферы взаимной поддержки и доверия.	Проведение тренинга, консультации, семинара по управлению конфликтной ситуации. Проведение анкетирования сотрудников по вопросу профессионального выгорания.	в течение года