

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование****Программы** | Корпоративная программа укрепления здоровьясотрудников МБОУ СОШ с.Осиновка |
| **Наименование учреждения- разработчика** | муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа с.Осиновка» Михайловского муниципального района |
| **Юридический адрес учреждения** | Приморский край Михайловский район село Осиновка улица Комсомольская дом 3 |
| **Номер телефона** | 84234671135 |
| **E-mail** | osinovka2@yandex/ru |
| **Адрес сайта** | http://школа-осиновка.михобр.рф/ |
| **Авторы Программы** | управленческая команда школы. |
| **Сроки реализации** | Программа реализуется в течение 5 лет (2021-2026 г.г.) |
| **Обоснование разработки программы** | Корпоративная программа по укреплению здоровья сотрудников МБОУ СОШ с.Осиновка разработана в рамках реализации мероприятии Федерального проекта по «Укреплению общественного здоровья».По определению Всемирной организации здравоохранения здоровьем считается состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.Так же по данным Всемирной организацииздравоохранения, ведение корпоративных программ, стимулирующих здоровый образ жизни, позволяет Учреждению 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%. |
| **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 программы** | 1. Создать условия для физического, психологического и социального благополучия сотрудников. Формировать ответственное отношение к своему здоровью.
2. Проводить информационную кампанию

по формированию представления здорового образа жизни.1. Принимать активное участие в мероприятиях и акциях, направленных на здоровый образ жизни
 |
| **Численность** | Сотрудники Учреждения - (25 чел.) |

|  |  |
| --- | --- |
| **Описание программы** | **Организационно-методическая работа**1. Утверждение программы по оздоровлению сотрудников, ее обсуждение в коллективе, размещение на официальном сайте Учреждения.2. Проведение мониторинга отношения сотрудников к здоровому образу жизни.3. Подготовка информациидля стенда «Охрана труда».**Информационно-просветительская работа**1.. Организация цикла бесед о профилактике различных заболеваний.2. Организация работы по профилактики вредных привычек социально опасных заболеваний.3. Выступления психолога на различных совещаниях коллектива по вопросам профессионального выгорания, профилактике утомляемости, использования методик управления своими эмоциями и др..4. Организация встреч с медицинскими работниками по вопросам профилактики профессиональных заболеваний, вирусных инфекций и иных заболеваний.**Охрана труда и создание безопасных условий труда**1. Создание условий работы, отвечающих требованиям безопасности для здоровья и жизни всех сотрудников Учреждения, в т.ч.:- создание необходимых условий для сотрудников с заболеваниями;- создание условий, отвечающих санитарно-гигиеническим нормам, для полноценного отдыха и работы.2. В рамках борьбы с туберкулезом ежегодное флюорографическое обследование сотрудников.3. Ежегодное заключение соглашения между профсоюзным комитетом школы и администрацией школы о мероприятиях, направленных на улучшение условий труда (приложение к Коллективному договору).4.Осуществление производственного контроля за соблюдением санитарных правил и выполнением санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий.5.Контроль за состоянием противопожарной, антитеррористический безопасности школы.6. Проведение специальной оценки условий труда.7.Поведение плановых инструктажей по антитеррористической, противопожарной безопасности, по охране труда на рабочем месте.**Массовая работа по оздоровлению сотрудников**1. Диспансеризация сотрудников.2. Прохождение периодичных медицинских осмотров всех сотрудников школы.3. Проведение цикла лекций, круглых столов, семинаров, направленных на приобретение сотрудниками знаний по сохранению и укреплению здоровья.4. Проведение ежегодных учебных семинаров |
|  |  электробезопасности, охране труда, оказанию первой медицинской помощи.5. Тренинги по навыкам ЗОЖ.**Спортивно-массовая работа**1. Организация работы по различным направлениям: командные спортивные игры, производственная гимнастика, сдача нормативов ГТО.
2. Организация активного досуга сотрудников: пешие экскурсии, походы, продолжительные прогулки.
3. Организация Дня здоровья (в ходе месячника ОТ).
4. Участие в массовых спортивных районных мероприятиях (спартакиада) по возможности.

**Индивидуальная работа**1. Проведение инструктажа по охране труда и технике безопасности для вновь принятых сотрудников.
2. Консультирование по различным вопросам, возникающим у сотрудников, касающихся данного направления деятельности
 |
| **Ожидаемые результаты** | **Количественные:**1.Значительное увеличение доли лиц с физической активностью.1. Увеличение доли сотрудников, ведущих здоровый образ жизни.

**Качественные:**1. Формирование правильного рациона питания.
2. Уменьшение количества вредных привычек.
3. Укрепление социального и психического здоровья сотрудников.
4. Увеличение работоспособности сотрудников.
 |

1. **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Здоровье является высшей ценностью общества, чем выше ценится здоровье человека в коллективном сознании общества, тем выше ресурс и потенциал развития самого общества.

Первостепенные задачи любого учреждения - укрепление здоровья и физическое развитие работников, функциональное совершенствование и повышение работоспособности их организма.

Оценить значимость здоровья педагога при таком подходе нетрудно: больной учитель не может учить здоровых детей. Таким образом, здоровье педагога необходимо рассматривать не только как образовательную ценность, но и как необходимое условие для устойчивого и гармоничного развития современного общества.

Здоровье педагога - это не только его личное здоровье. Здоровый педагог становится для своих воспитанников ещё и учителем здорового образа жизни.

Корпоративная программа по укреплению здоровья сотрудников МБОУ СОШ с.Осиновка - это комплексная система сохранения и укрепления здоровья педагогов, направленная на формирование у педагогов умения и желания заботиться о своем здоровье, потребности в здоровом образе жизни и эмоциональном благополучии как залоге успешности в педагогической деятельности.

В программе разработан комплекс мероприятий, направленный на все стороны профессионального здоровья педагогов ОУ, а именно физического, психического, социального, который осуществляется на основе дифференцированного подхода к разным категориям групп педагогов:

* Сотрудники и педагоги со стажем менее одного года, которые подвержены проблеме адаптации молодых педагогов (1 группа);
* Сотрудники и педагоги со стажем более 15-20 лет. Данная категория педагогов наиболее подвержена синдрому эмоционального выгорания (2 группа);
* Сотрудники и педагоги в возрасте старше 50 лет, педагоги этой категории помимо синдрома эмоционального выгорания имеют проблемы со здоровьем в силу своего возраста (3 группа).

Программа предполагает возможность самостоятельного отбора содержания работы по формированию профессионального здоровья.

Участниками программы являются все работники школы.

1. **Цели и задачи ПРОГРАММЫ**

**Цель:** формирование у сотрудников школыумения и желание заботиться о своем здоровье, потребность в здоровом образе жизни и эмоциональном благополучии как залоге успешности в педагогической деятельности.

**Задачи:**

* сохранить и укрепить профессионального здоровья педагогов и других работников школы;
* мотивировать сотрудников школы на созидание собственного здоровья;
* сформировать валеологическую компетентности педагогов;
* обучить навыкам самооздоровления.
1. **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

*Диагностический модуль* включает исследования психосоматического здоровья педагогов, их представлений о ценности здоровья, здорового образа жизни на основе комплексной диагностики. В рамках данного модуля педагогам предлагается заполнить анкеты и тесты:

* тест «Эмоциональное выгорание» В. Бойко;
* анкета оценки знаний и умений педагога по теме здоровья Г.А. Воронина;
* анкета для педагогов «Самооценка педагогом образа жизни» адаптированный вариант анкеты В.П. Петленко, Д.Н. Давиденко;
* диагностика уровня саморазвития и профессионально- педагогической деятельности Л.Н. Бережнова.

Для всех сотрудников школы предусмотрен мониторинг отношения к ЗОЖ.

В рамках *информационно-познавательного модуля,* формируя у педагогов ценностное отношение к собственному здоровью делается акцент на когнитивные и мотивационно-побудительные аспекты структуры личности. Содержание данного модуля включает в себя формирование у педагогов валеологической компетентности, информирование педагогов ОУ о проблемах в состоянии здоровья педагогических работников, раскрытии роли их собственного примера в организации ЗОЖ как образца для воспитанников, вооружение педагогов знаниями и способами здоровьесберегающей деятельности через встречи с медицинскими работниками.

Для других сотрудников школы также предусмотрены разъяснительные беседы, семинары, мастер-классы по данному направлению деятельности.

*Оздоровительный модуль* объединяет психопрофилактические, психогигиенические и психотерапевтические мероприятия по снятию эмоционального напряжения сотрудников школы посредством тренингов, мастер-классов. Профилактика вирусных и сезонных заболеваний. В содержании данного модуля представлены мероприятия по организации двигательной активности сотрудников через спортивные досуги.

**Принципы реализации программы:**

*Аксиологический принцип* предопределяет рассмотрение здоровья личности в качестве высшей человеческой ценности.

*Гуманистический принцип* предопределяет переоценку всех компонентов образовательной деятельности, признавая ценностью не только обучающегося как личности и его права на здоровье, но и педагога, сотрудника Учреждения, состояния его телесного, душевного и духовного здоровья.

*Культурологический принцип* реализует признание педагога как носителя культурных норм, лучших традиций человечества, в том числе в вопросах культуры здоровья как основы оптимального психофизического состояния обучающихся.

*Принцип социальной значимости* позволяет считать, что получаемый педагогом индивидуальный опыт созидания собственного здоровья приобретает общественную значимость, поскольку педагог как носитель культуры здоровья способен распространять идеи, образцы и нормы здоровьесбережения, формировать здоровьеориентированное поведение в социуме.

1. **ПОКАЗАТЕЛИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ**
2. В соматическом здоровье педагогических и иных работников школы отмечается улучшение состояния здоровья (по результатам периодических медицинских осмотров).
3. Физический компонент здоровья - благодаря использованию здоровьесберегающих технологий происходит уменьшение количества пропусков по болезни сотрудников.
4. Психическое здоровье - улучшение психологического климата в коллективе, снижение уровня эмоционального выгорания.
5. Нравственный компонент здоровья - осознание ценности и принятие ответственности за свое здоровье.
6. Повышение мотивации сотрудников Учреждения к самооздоровлению и профессиональному совершенствованию.
7. Улучшение качества образовательной деятельности.

.

*Приложение*

План мероприятий

корпоративной программы по укреплению здоровья
сотрудников МБОУ СОШ с.Осиновка

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№*** | ***Направление мероприятий*** | ***Цель******мероприятия*** | ***Форма мероприятия*** | ***Сроки реализации мероприятия*** |
| **1.** | Организация контроля над проведениемпериодического медицинского осмотра, диспансеризации и иммунизациисотрудников | Цель: раннее выявление болезней и их профилактика | Сбор данных, организация медосмотров, анализ проведенных предварительных и периодических медицинских осмотров, диспансеризации, иммунизации сотрудников. Направление на курортное лечение по медпоказателям (ПК) | 1 раз в год |
| **2.** | Наблюдениеза состояниемсотрудников во время периода распространения коронавирусной инфекции | Цель: обеспечение мониторинга за состоянием здоровья | Измерение температуры тела, обработка рук. Ежедневный отчет о заболеваемости средисотрудников Учреждения | Ежедневно |
| **3.** | Профилактика вредных привычек | Цель: сформировать негативное отношении к вредным привычкам | Информирование работниково правилах здорового образа жизни. Запрет курения, употребление алкоголя на территорииУчреждения | Постоянно |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **4.** | Культурный досугсотрудников | Цель: налаживания отношениймежду сотрудниками | Организация и проведениемероприятий для сотрудников(Новый год, День учителя, День здоровья, 8 марта, 23 февраля), в том числе поездок выходного дня в интересные места Приморского края, посещение выставок,кинотеатров, совместныетворческие и спортивныемероприятия, Дни здоровья, Дни ОТ и др. | Согласно датам праздников, в каникулярное время |
| **5.** | Проведение акции и конкурсов среди сотрудников | Цель: активная пропагандаздорового образа жизни среди сотрудников Учреждения | Организация и проведениеразличных акций, повышающее эмоциональное состояниесотрудников | Апрель(при проведении Дня ОТ) |
| **6.** | Информационно­мотивационное просвещение | Цель: формирование убеждений и привычек здорового образа жизни | Подготовка и разработкаразличных информационныхлистовок, слайд презентацийпо темам здорового образа жизни, индивидуальные тренинги,консультации психолога | Каждую четверть |
| **7.** | Участие в различных спортивных мероприятиях | Цель: пропаганда здорового образа жизни, популяризация физической культуры и спорта среди сотрудников Учреждения | Участие сотрудников в выполнении нормативов Всероссийскогофизкультурного спортивногокомплекса «Готов к труду и обороне»,  | По плану спортивной школы |
| **8.** | Инструктаж сотрудников | Цель: предупреждение случаев производственного травматизма | Проведение инструктажапо противопожарной безопасности, антитеррористической защищенности, охране труда на рабочем месте (плановые, целевые, внеплановые) | По графику (1 раз в полгода) |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |
| 9 | Реализация программы производственного контроля за соблюдениемСанПиН и выполнениемпрофилактических мероприятий | Цель: обеспечение безопасности и безвредности для всех участников образовательных отношений при функционировании Учреждения | Реализация плановых мероприятий. Заключение договоров с Центром гигиены г. Прохладного.Дезобработки помещений, контроль выполнения плановых мероприятий и еженедельная проверка состояния ОТ в Учреждении | В соответствии с планом производственного контроля |
| **10** | Учеба на рабочем месте вопросам ОТ, оказания ПМП, безопасногообращения сэлектричеством (электродопуск), антитеррористической и противопожарной безопасности | Цель: отработка действий при возникновении ЧС | Семинар, мастер-класс, учебная эвакуация, зачет | 2 раз в год -инструктажи; учеба - 1 раз в год |