

СОГЛАСОВАНО

Председатель Совета трудового
коллектива

 А.А. Рудопысов
13 февраля 2025 года

УТВЕРЖДАЮ

Директор КОУ «Средняя школа № 4
(очно-заочная)»

 Т.П. Рыковская
Приказ от 14 февраля 2025 года № 17



**КОРПОРАТИВНАЯ ПРОГРАММА УКРЕПЛЕНИЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ
«ЗДОРОВЬЕ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ»
казенного общеобразовательного учреждения
Омской области
«Средняя школа № 4 (очно - заочная)»
на 2025 – 2030 годы**

Принято на общем собрании работников
КОУ «Средняя школа № 4 (очно-заочная)»
Протокол от 13 февраля 2025 года № 1

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование Программы	Корпоративная программа укрепления профессионального здоровья «Здоровье на рабочем месте»
Наименование учреждения-разработчика	казенное общеобразовательное учреждение Омской области «Средняя школа № 4 (очно-заочная)»
Юридический адрес учреждения	644546, Омская область, город Омск, ул. Ноябрьская, 8
Номер телефона	(3812) 43-20-90
E-mail	post@ostash-direktor.omskportal.ru
Адрес сайта	https://sh-4-omsk-r52.gosweb.gosuslugi.ru/
Сроки реализации	2025-2030
Обоснование разработки программы	<p>Корпоративная программа по укреплению профессионального здоровья «Здоровье на рабочем месте» КОУ «Средняя школа № 4 (очно-заочная)» разработана в рамках реализации мероприятий Федерального проекта «Укрепление общественного здоровья», Федерального проекта «Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек», в соответствии с постановлением Правительства Омской области от 12 октября 2022 года № 543-п «О Стратегии социально-экономического развития Омской области до 2030 года».</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>Также 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>
Цели программы	<p>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.</p>
Задачи программы	<ul style="list-style-type: none"> - Создание условий для физического, психологического и социального благополучия сотрудников; - формирование ответственного отношения к своему здоровью; - создание информационно-просветительского пространства здорового образа жизни; - воспитание потребности в здоровом образе жизни, активном участии в мероприятиях и акциях, направленных на здоровый образ жизни.

<p>Описание программы</p>	<p>Организационно-методическая работа</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Утверждение корпоративной программы по укреплению профессионального здоровья «Здоровье на рабочем месте» КОУ «Средняя школа № 4 (очно-заочная)», ее обсуждение в коллективе, размещение на официальном сайте КОУ «Средняя школа № 4 (очно-заочная)». 2. Проведение мониторинга отношения сотрудников к здоровому образу жизни. 3. Разработка буклетов, подготовка информации для стенда «Охрана труда». <p>Информационно-просветительская работа</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Организация выставок по ЗОЖ. 2. Организация цикла бесед о профилактике различных заболеваний. 3. Организация работы по профилактике вредных привычек социально опасных заболеваний. 4. Выступления педагога-психолога на различных совещаниях коллектива по вопросам профессионального выгорания, профилактике утомляемости, использования методик управления своими эмоциями. 5. Организация встреч с медицинскими работниками по вопросам профилактики профессиональных заболеваний, вирусных инфекций и иных заболеваний. <p>Охрана труда и создание безопасных условий труда</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Создание условий работы, отвечающих требованиям безопасности для здоровья и жизни всех сотрудников КОУ «Средняя школа № 4 (очно-заочная)», в т.ч.: <ul style="list-style-type: none"> - создание необходимых условий для сотрудников с заболеваниями; - создание условий, отвечающих санитарно-гигиеническим нормам, для полноценного отдыха и работы. 2. В рамках борьбы с туберкулезом флюорографическое обследование сотрудников 2 раза в год. 3. Осуществление производственного контроля за соблюдением санитарных правил и выполнением санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий. 4. Контроль за состоянием противопожарной, антитеррористической безопасности КОУ «Средняя школа № 4 (очно-заочная)». 5. Проведение специальной оценки условий труда. 6. Проведение плановых инструктажей по антитеррористической, противопожарной безопасности, по охране труда на рабочем месте. <p>Массовая работа по оздоровлению сотрудников</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Прохождение медицинских осмотров вновь принятых сотрудников КОУ «Средняя школа № 4 (очно-заочная)». 2. Проведение цикла лекций, круглых столов, семинаров, направленных на приобретение сотрудниками знаний по сохранению и укреплению здоровья. 3. Проведение ежегодных учебных семинаров по электробезопасности, охране труда, оказанию первой медицинской помощи. 4. Тренинги по навыкам ЗОЖ.
----------------------------------	--

	<p>Спортивно-массовая работа</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Организация производственной гимнастики. 2. Организация активного досуга сотрудников. 3. Организация Дня здоровья. <p>Индивидуальная работа</p> <ol style="list-style-type: none"> 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.
<p>Ожидаемые результаты</p>	<p>Количественные:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Снижение количества дней временной нетрудоспособности работников трудового коллектива. 2. Значительное увеличение доли лиц с физической активностью. 3. Увеличение доли сотрудников, ведущих здоровый образ жизни. 4. Увеличение индекса здоровья сотрудников. <p>Качественные:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Формирование правильного рациона питания сотрудников. 2. Уменьшение количества вредных привычек у членов коллектива. 3. Укрепление социального и психического здоровья сотрудников. 4. Повышение работоспособности работников школы.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Корпоративная программа укрепления профессионального здоровья «Здоровье на рабочем месте» казенного общеобразовательного учреждения Омской области «Средняя школа № 4 (очно-заочная)» на 2025 – 2030 годы (далее – Программа) – это комплексная система сохранения и укрепления здоровья педагогов, направленная на формирование у сотрудников умения и желания заботиться о своем здоровье, потребности в здоровом образе жизни и эмоциональном благополучии как залого успешности в любом виде деятельности.

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 (определение ВОЗ).

По данным исследователей, почти 60% 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, повышенное психоэмоциональное напряжение.

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).

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.

КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Цель: 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:

- создание условий для физического, психологического и социального благополучия сотрудников;
- формирование ответственного отношения к своему здоровью;
- создание информационно-просветительского пространства здорового образа жизни;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни, активном участии в мероприятиях и акциях, направленных на здоровый образ жизни.

ОСНОВНЫЕ МОДУЛИ ПРОГРАММЫ

1. Диагностический модуль.
2. Информационно-познавательный модуль.
3. Оздоровительный модуль.
4. Мониторинг и оценка.
5. Улучшение и коррекция мероприятий.

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.

Информационно-познавательный модуль формирует у сотрудников ценностное отношение к собственному здоровью, делается акцент на когнитивные и мотивационно-побудительные аспекты структуры личности. Содержание данного модуля включает в себя формирование у сотрудников валеологической компетентности, информирование сотрудников о проблемах в состоянии здоровья, раскрытие роли их собственного примера в организации ЗОЖ как образца для обучающихся, вооружение сотрудников знаниями и способами здоровьесберегающей деятельности через встречи с медицинскими работниками.

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

Мониторинг и оценка подразумевает измерение и оценку разнообразных санитарно-гигиенических, физических, психофизиологических и психологических параметров, которые могут быть количественно измерены. Мониторинг реализации Программы – это целенаправленное отслеживание и анализ отдельных показателей работы школы по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

Критериями эффективности реализации Программы является динамика основных показателей состояния здоровья сотрудников и их стремление к здоровому образу жизни.

Улучшение и коррекция мероприятий подразумевает анализ эффективности программы мероприятий, отзывы сотрудников по реализации корпоративной программы укрепления профессионального здоровья «Здоровье на рабочем месте», рассмотрение предложений, коррекция мероприятий.

ПРИНЦИПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ:

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

Гуманистический принцип предопределяет переоценку всех компонентов образовательной деятельности, признавая ценностью состояние телесного, душевного и духовного здоровья сотрудников.

Культурологический принцип реализует признание работников школы как носителей культурных норм, лучших традиций человечества, в том числе в вопросах культуры здоровья как основы оптимального психофизического состояния.

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

ПОКАЗАТЕЛИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ

1. Физический компонент здоровья – благодаря ведению здорового образа жизни происходит уменьшение количества пропусков по болезни сотрудников, повышение мотивации сотрудников к самооздоровлению и профессиональному совершенствованию, улучшение качества образовательной деятельности.

2. Психологический компонент здоровья – улучшение психологического климата в коллективе, снижение уровня эмоционального выгорания, обеспечение психологического комфорта и безопасности условий пребывания сотрудников в учреждении.

3. Нравственный компонент здоровья – осознание ценности и принятие ответственности за свое здоровье, повышение профессиональной компетентности сотрудников по основам культуры здоровья, ЗОЖ.

Реализация корпоративной программы укрепления профессионального здоровья «Здоровье на рабочем месте» КОУ «Средняя школа № 4 (очно-заочная)» призвана оказать положительное влияние на состояние сотрудников, создать фундамент для более эффективной работы, улучшить образовательные результаты, достичь устойчивости, уменьшения текучести кадров, повышения имиджа школы.

**ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ
КОРПОРАТИВНОЙ ПРОГРАММЫ УКРЕПЛЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ
«ЗДОРОВЬЕ НА РАБОЧЕМ МЕСТЕ»
КОУ «Средняя школа № 4 (очно-заочная)»**

№	Направление мероприятий	Цель мероприятий	Форма мероприятий	Сроки реализации мероприятий
Диагностический модуль				
1	Проведение мониторинга отношения сотрудников к здоровому образу жизни	Цель: исследование психосоматического здоровья сотрудников, их представлений о ценности здоровья, здорового образа жизни	Анкета и тесты по выявлению потребностей в вопросах здоровья и здорового образа жизни у сотрудников	1 раз в год
2	Организация контроля над проведением медицинских осмотров вновь принятых сотрудников, иммунизации сотрудников, флюорографическое обследование 2 раза в год	Цель: раннее выявление болезней и их профилактика	Сбор данных, организация медосмотров, анализ проведенных предварительных и периодических медицинских осмотров, диспансеризации, иммунизации сотрудников	1 раз в год
3	Наблюдение за состоянием сотрудников во время сезонного подъема заболеваемости, карантинных мероприятий	Цель: проведение мониторинга состояния здоровья сотрудников	Измерение температуры тела, обработка рук, ежедневный отчет о заболеваемости среди сотрудников	В течение года
Информационно-познавательный модуль				
1	Профилактика вредных привычек	Цель: формирование негативного отношения к вредным привычкам у сотрудников	Информирование работников о правилах здорового образа жизни, запрете курения, употреблении алкоголя на территории учреждения	В течение года

2	Культурный досуг сотрудников	Цель: налаживание отношений между коллегами, повышение мотивационного уровня сотрудников и формирование благоприятного климата коллектива в целом.	Организация и проведение мероприятий для сотрудников (Новый год, День учителя, 8 марта, 23 февраля посещение выставок, кинотеатров, совместные творческие и спортивные мероприятия)	В течение года
3	Проведение акций и конкурсов по ЗОЖ среди сотрудников	Цель: активная пропаганда здорового образа жизни сотрудников	Организация и проведение различных акций, повышающих эмоциональное состояние сотрудников	1 раз в год
4	Информационно-мотивационное просвещение	Цель: формирование убеждений и привычек здорового образа жизни	Подготовка и разработка различных информационных листовок, презентаций по темам здорового образа жизни.	Каждую четверть
5	Инструктаж сотрудников	Цель: предупреждение случаев производственного травматизма	Проведение инструктажа по противопожарной безопасности, антитеррористической защищенности, охране труда на рабочем месте (плановые, целевые, внеплановые)	По графику (1 раз в полгода)
6	Реализация программы производственного контроля за соблюдением СанПиН и выполнением профилактических мероприятий	Цель: обеспечение безопасности всех участников образовательных отношений	Реализация плановых мероприятий, заключение договоров, дезобработки помещений, контроль выполнения плановых мероприятий и еженедельная проверка состояния ОТ в КОУ «Средняя школа № 4 (очно-заочная)»	В течение года
Оздоровительный модуль				
1	Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом и профессиональным выгоранием сотрудников	Цель: создание условий для сохранения физического и психологического здоровья сотрудников	Тренинги, консультации, семинары по управлению конфликтными ситуациями. Выступления педагога-психолога на различных совещаниях коллектива по вопросам профессионального выгорания, профилактике утомляемости.	В течение года

2	Культурно-спортивные мероприятия	Цель: пропаганда здорового образа жизни, популяризация физической культуры и спорта среди сотрудников	Культурно-спортивные мероприятия для работников с участием членов их семей, в том числе зимние прогулки на лыжах, катание на коньках, велосипедах, летний отдых	Постоянно
3	Организация производственной гимнастики	Цель: повышение работоспособности, укрепление здоровья и предупреждение утомления сотрудников	Организация перерывов в рабочее время с использованием различных методик оздоровления	Ежедневно
4	Школа рационального питания	Цель: определение взаимосвязи рационального питания и качества жизни человека	Организация мероприятий по темам: «Нормализация веса – путь к здоровью», «Здоровый перекус», «Правильная тарелка». Конкурс рецептов здорового питания: «Питание для долголетия», «Стройнее и вкуснее», «Продукты, повышающие холестерин»	Постоянно
5	Школа профилактики инфекционных заболеваний	Цель: предупреждение распространения инфекционных болезней	Проведение бесед по темам: «Вакцины приносят результат», «С-витаминизация блюд», «Дыхательная гимнастика», «Чесочно-луковая ионизация воздуха», «Овощи и фрукты пять раз в день и чаще»	Постоянно
6	Мероприятия по профилактике алкогольной и табачной зависимостей	Цель: информирование сотрудников о влиянии курения и алкоголя на организм человека	Проведение бесед о вреде курения и алкоголя на здоровье человека	В течение года
Мониторинг и оценка				
1	Мониторинг и оценка реализации программы	Цель: оценивание эффективности проводимых мероприятий	Мониторинг состояния заболеваемости сотрудников по итогам реализации программы, уровня профессионального выгорания, психологического климата в коллективе, оценка сотрудников удовлетворенностью Программой	1 раз в год

2	Итоговый мониторинг и оценка реализации программ	Цель: изучение динамики показателей и эффективности реализации Программы	Итоговая диагностика (анкетирование) сотрудников	По истечении срока реализации Программы
Улучшение и коррекция мероприятий				
1	Улучшение и коррекция мероприятий	Цель: корректировать корпоративную программу с учетом достигнутых результатов	Анализ эффективности программы мероприятий, отзывы сотрудников по реализации корпоративной программы профессионального здоровья «Здоровье на рабочем месте», рассмотрение предложений, коррекция мероприятий	1 раз в год