

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА — ДЕТСКИЙ САД № 17
ГОРОДА ЕВПАТОРИИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ»



Утверждаю
Директор МБОУ
«СОШ детский сад № 17»
Е.М.Демидова
приказом от 19.03.2026г. № 10-14/18

КОРПОРАТИВНАЯ ПРОГРАММА
«Здоровье на рабочем месте
на 2026 – 2030 г.г.»

2026 год

1. Актуальность.

Программа укрепления здоровья и благополучия сотрудников МБОУ «СОШ – детский сад № 17» создает и предусматривает организацию условий, которые соответствуют современной концепции охраны здоровья и выходит далеко за пределы традиционного понимания исключительно профессиональных заболеваний. Сегодня ставится важная задача — обеспечить условия, которые позволят минимизировать риски не только профессиональных нарушений здоровья, но и широкого спектра социально значимых хронических заболеваний. Последние представляют серьезную угрозу для трудоспособного населения и экономики в целом, поскольку зачастую развиваются незаметно и постепенно ухудшают качество жизни.

Среди наиболее опасных факторов риска выделяются:

- Нерациональное питание, приводящее к нарушениям обмена веществ, ожирению и сопутствующим заболеваниям, таким как сахарный диабет второго типа и метаболический синдром;
- Недостаточный уровень физической активности, провоцирующий ослабление мышечного корсета, ухудшение кровообращения и повышенный риск сердечно-сосудистых катастроф;
- Хронические производственные стрессы, способные стать причиной депрессии, неврозов и снижения когнитивной функции;
- Вредные привычки, такие как курение и злоупотребление алкогольными напитками, увеличивающие вероятность онкологических заболеваний, поражений органов дыхания и цирроза печени.

Стратегический и тактический посыл дан в Указе Президента Российской Федерации от 08.12.2025 № 896 «О стратегии развития здравоохранения в Российской Федерации на период до 2030 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.

Личная заинтересованность сотрудников — необходимое условие для успешного внедрения и устойчивого функционирования любой корпоративной программы.

Именно поэтому эффективная программа «Здоровье на рабочем месте сотрудников» строится на основе холистического подхода, рассматривающего здоровье сотрудника как единство физического, психоэмоционального и социального благополучия.

2. Цель программы

Корпоративная программа по укреплению здоровья на рабочем месте для работников МБОУ «СОШ – детский сад № 17» разработана с целью продвижения здорового образа жизни в коллективе учреждения, сохранения здоровья персонала на рабочем месте.

Основными целями программы являются:

2.1 Поддержание и улучшение состояния здоровья сотрудников путём стимулирования ведения здорового образа жизни, усиления профилактической работы, формирования благоприятной для здоровья атмосферы в трудовом коллективе и повышения продуктивности деятельности всего персонала. Позитивное изменение отношения работников к собственному здоровью, преобразование гигиенических знаний в конкретные действия и убеждения.

2.2 Профилактика заболеваний и предупреждение болезней, факторами риска которых являются низкая физическая активность, избыточный вес, курение, несбалансированное питание, повышенное артериальное давление.

2.3 Минимизация негативных последствий, обусловленных временным отсутствием сотрудников по состоянию здоровья.

2.4 Повышение качества межличностных взаимоотношений среди сотрудников. Создание благоприятной психологической атмосферы в МБОУ «СОШ – детский сад № 17» имеет ключевое значение для общего благополучия и удовлетворенности персонала своей работой. Данный аспект охватывает широкий спектр направлений, включающих развитие культуры уважения и доверия друг к другу, устранение конфликтов и недопонимания, а также содействие открытому и конструктивному общению между коллегами. Важнейшими инструментами достижения положительного психологического климата выступают регулярное проведение командообразующих мероприятий, обучение методам эффективного взаимодействия и разрешения конфликтных ситуаций, а также внедрение практик эмоциональной поддержки и обратной связи. Благоприятная обстановка способствует снижению стресса и тревожности среди сотрудников, повышает уровень вовлеченности и лояльности, положительно влияя на общую производительность и успешность деятельности всей организации.

3. Задачи программы

- 3.1 Увеличение продолжительности жизни работников;
- 3.2 Увеличение трудового долголетия работников;
- 3.3 Укрепление здоровья работников;
- 3.4 Обеспечение безопасных и комфортных условий труда;
- 3.5 Предупреждение травматизма и профессиональных заболеваний;
- 3.6 Снижение уровня заболеваемости, восстановление трудового потенциала работников;
- 3.7 Организация отдыха работников;

- 3.8 Формирование приверженности работников здоровому образу жизни;
- 3.9 Повышение мотивации к формированию потребности в здоровом образе жизни, физической активности и правильном питании;
- 3.10 Создание благоприятного социально-психологического климата в коллективе;
- 3.11 Обеспечение психологической и физической устойчивости работников, профилактика эмоционального выгорания;
- 3.12 Повышение производительности труда и конкурентоспособности предприятия;
- 3.13 Совершенствование работы спортивно-оздоровительных мероприятий;
- 3.14 Содействие прохождению работниками профилактических осмотров и диспансеризации.

4. Организационные мероприятия.

1. Проведение анкетирования целью проведения которого является получение объективной и актуальной информации о состоянии здоровья сотрудников и выявление ключевых факторов риска, таких как:

- низкая физическая активность;
- избыточный вес;
- повышенное артериальное давление;
- вредные привычки (курение);
- несбалансированное питание;
- хронический стресс и переутомляемость;
- наличие хронических заболеваний;
- неудовлетворительная рабочая среда.

Эти сведения необходимы для последующего планирования и реализации эффективных мероприятий по укреплению здоровья и профилактике заболеваний.

2. Воспитание у сотрудников осознания ценности собственного здоровья и ответственности за него — важнейший компонент любой эффективной программы «Здоровье на рабочем месте». Такой подход обеспечивает долговременные положительные изменения в поведении работников и способствует общему оздоровлению коллектива. Рассмотрим детально основные инструменты и методы, позволяющие достичь этой важной цели.

3. Организация и проведение регулярных инструктажей для сотрудников, направленных на повышение уровня осведомлённости о правилах техники безопасности, методах предотвращения травматизма на рабочем месте, а также способах минимизации воздействия вредных и опасных производственных факторов. В рамках таких инструктажей разъясняются основные риски, связанные с выполнением трудовых обязанностей, даются рекомендации по

безопасному использованию оборудования, правильному применению средств индивидуальной защиты и действиям в экстренных ситуациях. Особое внимание уделяется формированию у работников ответственного отношения к соблюдению установленных норм и стандартов охраны труда, что способствует снижению вероятности несчастных случаев и профессиональных заболеваний.

4. Организация и осуществление систематического контроля за своевременным проведением обязательных медицинских осмотров и диспансеризации сотрудников, направленных на раннее выявление профессиональных заболеваний, оценку состояния здоровья работников и предотвращение развития возможных заболеваний. В рамках этой деятельности обеспечивается взаимодействие с медицинскими учреждениями, ведётся учёт и мониторинг прохождения обследований каждым сотрудником, а также анализируются результаты для принятия необходимых профилактических мер.

Кроме того, реализуется организация и проведение вакцинации сотрудников в соответствии с национальным календарём профилактических прививок. Это включает планирование вакцинаций, информирование персонала о важности иммунизации, согласование графиков с медицинскими организациями, а также контроль за соблюдением всех санитарно-эпидемиологических требований. Данные мероприятия способствуют формированию коллективного иммунитета, снижению заболеваемости инфекциями и созданию безопасных условий труда.

5. Вовлечение сотрудников организации в регулярные спортивные мероприятия, направленные на укрепление здоровья, развитие командного духа и повышение общей физической активности трудового коллектива. Это включает организацию и проведение спортивных праздников и оздоровительных акций, в которых могут принять участие все желающие работники. Такие мероприятия способствуют не только физическому развитию и поддержанию хорошей спортивной формы, но и формированию благоприятного психологического климата, улучшению взаимоотношений между коллегами, развитию взаимопомощи и сотрудничества. Особое внимание уделяется созданию условий для массового участия, поддержке инициативы сотрудников, а также популяризации здорового образа жизни и активного досуга внутри коллектива.

6. Мотивация к участию в специальных мероприятиях, которые проводятся в образовательных учреждениях с целью популяризации здорового образа жизни, укрепления здоровья и профилактики заболеваний. Существует множество форм и тематик таких дней, которые могут быть адаптированы под разные возрастные группы и интересы участников.

Основные виды дней здоровья:

Спортивный день - акцент на физической активности, командных и индивидуальных видах спорта.

Тематический день - посвящён определённой теме, связанной со здоровьем или здоровым образом жизни: «Здоровое питание», «Гигиена и чистота», «Солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья», «Природа и здоровье».

Познавательный - включает лекции, беседы, викторины, направленные на повышение грамотности: уроки здоровья, беседы с медиками.

Семейный - совместные мероприятия для детей и родителей, направленные на укрепление семейных ценностей через спорт и здоровье: «Мама, папа, я — спортивная семья», семейные эстафеты, конкурсы.

Медицинский - организация диспансеризации, профилактических осмотров, консультаций специалистов, вакцинация.

Дни здоровья могут быть как разовыми акциями, так и частью месячников или недель здоровья. Они способствуют формированию у участников устойчивой мотивации к ведению здорового образа жизни, развитию физической культуры, сплочению коллектива и повышению общей осведомлённости о факторах, влияющих на здоровье.

7. Организация просветительской работы среди персонала по вопросам принципов сбалансированного и здорового питания посредством размещения наглядных информационных материалов.

8. Реализация комплекса мероприятий по профилактике табакокурения, включающих доведение до сведения сотрудников научно обоснованных данных о негативных последствиях употребления табачных изделий для здоровья, а также о рисках, связанных с пассивным курением.

9. Организация и проведение комплексной информационно-просветительской работы среди сотрудников, направленной на повышение осведомлённости о пагубном воздействии алкоголя на физическое и психическое здоровье человека, а также на формирование понимания негативных социальных последствий злоупотребления спиртными напитками для личной жизни, семейных отношений и профессиональной деятельности.

10. Организация и проведение цикла обучающих мероприятий, направленных на развитие у сотрудников навыков конструктивного разрешения конфликтов, формирование стрессоустойчивости, освоение техник эффективных переговоров и профилактики профессионального выгорания.

11. Реализация мероприятий по признанию трудовых заслуг работников, включающая своевременную оценку качества и эффективности выполненной работы, а также официальное выражение благодарности за достижение высоких показателей и образцовое исполнение должностных обязанностей.

5. Ожидаемые результаты программы

1. Обеспечение своевременного прохождения сотрудниками профилактических медицинских осмотров и диспансеризации для поддержания здоровья и профессионального долголетия.
2. Рост эффективности и продуктивности сотрудников: создание среды для поддержания высокой работоспособности и достижения выдающихся результатов.
3. Популяризация спорта и здорового образа жизни среди персонала: создание мотивирующей среды для регулярных занятий физической культурой и активного досуга.
4. Развитие культуры безопасности и здорового образа жизни: формирование в коллективе осознанного и ответственного отношения к охране труда и личному здоровью как к ключевым элементам успешной работы и профессионального долголетия.
5. Повышение качества жизни и благополучия персонала: создание условий для укрепления здоровья, поддержания хорошего самочувствия и высокой работоспособности.
6. Сохранение здоровья и трудоспособности коллектива: снижение заболеваемости и сокращение времени отсутствия сотрудников на работе по болезни.
7. Формирование культуры осознанного здоровья: предупреждение зависимостей и популяризации трезвого, активного образа жизни.
8. Улучшение имиджа учреждения.
9. Снижение потери кадров.