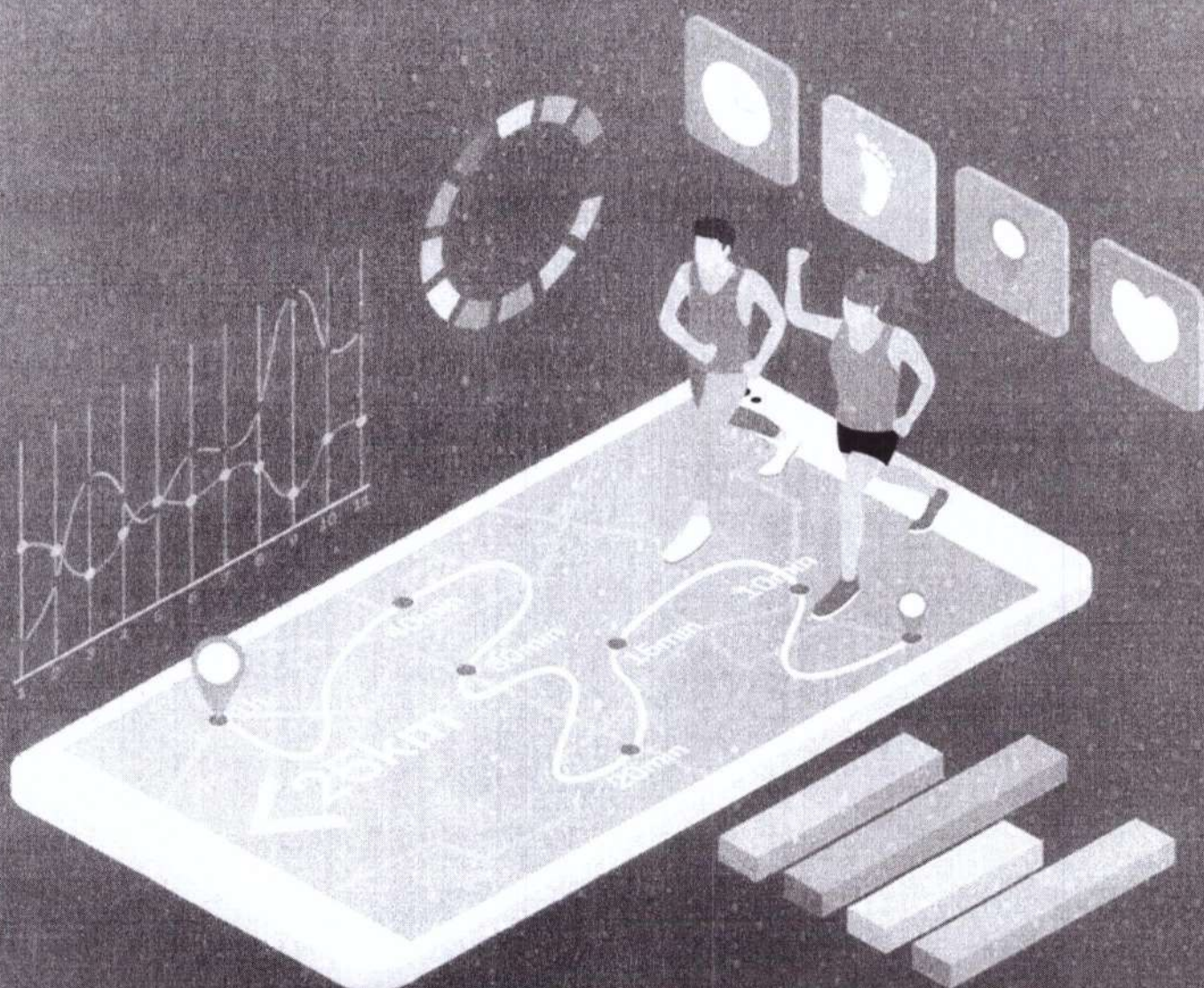


Утверждаю:  
Директор КГКУ  
«Дудинский детский дом»  
Ю. В. Шамрай  
«27» 12 2023г.

# ОТЧЁТ

за 1 полугодие 2023-2024 учебный год  
программы корпоративного спорта  
«Жить физически активно!»





Корпоративная программа Дудинского детского дома разработана по формированию здорового образа жизни работников трудового коллектива «Жить физически активно!» (далее Программа).

Программа предусматривает 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.

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.

### **ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:**

Корпоративная программа по укреплению здоровья на рабочем месте для работников КГКУ «Дудинский детский дом» разработана с целью продвижения здорового образа жизни в коллективе организации, сохранения здоровья персонала на рабочем месте.

**Основная 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:**

- ✓ Создать условия для физического, психического и социального благополучия сотрудников, для ведения и продвижения здорового образа жизни.
- ✓ Создание условий для психической разгрузки с применением физической активности (снятие напряжения, стресса, снижение утомляемости, профилактика производственного травматизма в течении рабочего дня);
- ✓ формировать ответственное отношение к своему здоровью.
- ✓ Проводить информационную кампанию по формированию представления здорового образа жизни. Повышение информированности работников о пользе физической активности.
- ✓ Повышение мотивации работников к знаниям физкультурой, спортом, повышением физической активности.
- ✓ Принимать активное участие в мероприятиях и акциях, направленных на здоровый образ жизни. Вовлечение работников в выполнение нормативов ГТО.
- ✓ Популяризация здорового образа жизни в обществе при помощи демонстрации собственного примера



## Основные мероприятия

### Блок 1. Организационные мероприятия.



1. 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.
2. Проведение инструктажей персонала с целью предупреждения случаев инвалидности, причиной которых является производственный травматизм и вредные факторы.
3. Организация контроля над проведением периодических медицинских осмотров, диспансеризации сотрудников.
4. Проведение вакцинации работников в рамках профилактических прививок.

### Блок 2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности.

1. Участие трудовых коллективов в спортивных мероприятиях, спартакиадах, турнирах, спортивных конкурсах, спортивных разминках «Сильные, смелые, ловкие, умелые», «Спорт любить-сильным и здоровым быть!», «Веселые старты».
2. Участие во Всероссийских соревнованиях по фоновой ходьбе «Человек идущий-2023», проведение соревнований с использованием «шагомер» для сотрудников по шагам один день в социальной сети ВКонтакте, трекер ВКонтакте «Неделя физической активности», «Шаги к здоровью».
3. Участие в первенстве города по стрельбе.
4. Дни здоровья – проведение акции «На работу пешком», «Неделя без лифта», «Витамины для здоровья», «Измени настроение жизни».
5. Организация культурно-спортивных мероприятий для работников «Сохрани свое здоровье», «О, спорт, ты – жизнь!», «Играя, развиваем интеллект».
6. Организация соревнований «Холодные дарты» – дартс, шашечный турнир «В гостях у шашечной дамки», настольный теннис.
7. Организация волейбольных, команд работников, занятия настольным теннисом.



### Блок 3. Мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию.

1. Информирование работников об основах рациона здорового питания: размещение информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки), лекций, мастер-классов.
2. Проведение конкурсов информационных бюллетеней на тему «Здоровый перекус».
3. Проведение тематических Дней здорового питания, посвященных овощам и фруктам.

### Блок 4. Мероприятия, направленные на борьбу с курением.

- 
1. Оценивалось 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 и на территории организации.
  2. Проведение лекций «Брось курить и победи», призванной помочь сотрудникам отказаться от курения.



#### Блок 5. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом.

1. Проведение тренингов, консультаций, по управлению конфликтными ситуациями.
2. Проведение мероприятий, направленных на профилактику

профессионального выгорания.

3. 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.

#### Блок 6. Результаты эффективности мероприятий Программы.

В результате реализации корпоративной программы по укреплению здоровья сотрудников организации имеются следующие результаты:

- ✓ Изменение отношения к состоянию своего здоровья на 87,1%
- ✓ Укрепление здоровья и улучшение самочувствия на 87,1%
- ✓ Увеличение производительности труда, работоспособности и эффективности деятельности работников.
- ✓ Повышение мотивации работников к занятиям физической культурой на 15,29%
- ✓ Увеличение доли лиц с умеренной физической активностью среди работников на 15,29%
- ✓ Формирование культуры безопасности труда, ЗОЖ среди работников на 15,29%
- ✓ Увеличение охвата работников профилактическими мероприятиями, направленными на здоровый образ жизни на 15,29%
- ✓ Укрепление здоровья и улучшение самочувствия работников на 87,1%
- ✓ Снижение риска заболеваемости работников, уменьшение среднего срока временной нетрудоспособности работников на 12,9%
- ✓ Снижение количества стрессовых и конфликтных ситуаций, повышение стрессоустойчивости работников 45,4%
- ✓ Профилактика вредных привычек 27,7%
- ✓ Снижение текучести кадров и расходов на адаптацию работников 20%

#### Блок 7. Мониторинг реализации программы.



В ходе реализации программы проведен мониторинг с целью своевременной коррекции в случае неудовлетворенности работников программой, а также низким охватом работников мероприятиями программы.

#### Блок 8. Оценка эффективности реализации программы.

Для оценки эффективности реализации программы были использованы следующие критерии:

- ✓ отзывы работников (удовлетворенность/неудовлетворенность программой);
- ✓ охват работников программой;
- ✓ оценка результатов программы по созданию условий для ведения здорового образа жизни;
- ✓ оценка достижения результатов программы.

Разумова Т. И. / *Подпись*