

Раздел «Физическая активность»

программы корпоративного
здоровья для работников сферы
образования



АКТУАЛЬНОСТЬ

Согласно данным Всемирной организации здравоохранения отсутствие физической активности является четвертым по значимости фактором риска глобальной смертности (6% случаев смерти в мире)

40% взрослого населения России имеют низкую физическую активность на работе и в свободное время

Один из основных факторов риска работников образовательной сферы:

- преобладание в процессе трудовой деятельности статической нагрузки при незначительной общей мышечной и двигательной нагрузке.**



ЦЕЛЬ

1. Сохранение и укрепление здоровья и повышение производительности труда работников сферы образования

2. Повышение мотивации сотрудников для продолжения физической активности в нерабочее время

ЗАДАЧИ



- увеличение процента сотрудников, вовлечённых в ведение здорового образа жизни
- снижение процента работников с низким уровнем физической активности
- укрепление здоровья сотрудников
- повышение уровня физической грамотности
- освоение педагогами навыков и умений в области сохранения и укрепления физического здоровья и применения их на практике
- снижение числа случаев временной нетрудоспособности

МОТИВАЦИЯ УЧАСТИЯ

Для работников

- Улучшение состояния здоровья
- Лидер, стимулирующий к достижениям
- Нарботка навыка работы в команде
- Стимулирующая система для участников программы
- Экономия финансовых средств
- Укрепление семейных отношений посредством совместной физической деятельности

Для образовательной организации

- Увеличение трудоспособности работников
- Улучшение психологического климата
- Сохранение кадрового потенциала
- Снижение количества больничных листов
- Сплочение коллектива, объединенного одной целью

ХОД РЕАЛИЗАЦИИ РАЗДЕЛА «ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ»

ЭТАП	СОДЕРЖАНИЕ	ИНСТРУМЕНТЫ РЕАЛИЗАЦИИ
Планирование раздела «Физическая активность» корпоративной программы здоровья образовательной организации	Оценка уровня физической активности работников, определение направления корпоративного спорта работников, определение ресурсов организации	Проведение анкетирования, анализ результатов анкетирования, проведение медицинских обследований, индивидуальные беседы с узкими специалистами (медицинский работник, психолог и др.)
Внедрение и реализация мероприятий раздела «Физическая активность»	Подготовка помещений, спортивного оборудования, поиск инструкторов, оформление информационных и мотивационных уголков здоровья	Разработка программ по физической активности внутри образовательного учреждения. Увеличение просветительской работы для сотрудников по наличию физкультурно-спортивных <u>бесплатных</u> секций (организаций) в нерабочее время
Мониторинг и оценка эффективности мероприятий раздела	Оценка эффективности программы	Проведение анкетирования, анализ результатов анкетирования
Коррекция раздела «Физическая активность» корпоративной программы здоровья образовательной организации	Модифицирование программы на основе мониторинг оценки эффективности	Изменение, поиск новых подходов

МЕРОПРИЯТИЯ РАЗДЕЛА «ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ»

✓ Проведение командно-спортивных мероприятий:

1. Участие в программе ГТО
2. Создание команды для выездов на районные/городские/областные соревнования
3. Проведение семейных спортивных мероприятий сотрудников образовательных организаций велосипедные прогулки

✓ Увеличение физической грамотности работников

1. Урок физического здоровья
2. Просмотр образовательных и мотивационных спортивных видеороликов
3. Консультации специалистов по направлению ведения ЗОЖ
4. Размещение мотивационных фотографий, плакатов

✓ Корпоративный спорт

1. Еженедельные соревнования пеших прогулок (с применением современных технологий, приложений Welltok, hotseat и др.)
2. Ежемесячные посещения спортивных секций (боулинг, бассейн)
3. Улучшение материально-технической базы (помещение для занятий, тренажеры, спортивный инвентарь, массажное кресло)
4. Выбор приоритета направления корпоративного спорта

✓ Организация физкульт-брейков в организации

1. «Деловая» йога
2. Физкульт-паузы, физкультминутки
3. Создание программы, оповещающей о необходимости проведения перерыва для разминки

ФИНАНСИРОВАНИЕ МЕРОПРИЯТИЙ РАЗДЕЛА «ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ»



Бюджет, внебюджетные источники

Статья 226 трудового Кодекса Российской Федерации. Финансирование мероприятий по улучшению условий и охраны труда

Финансирование мероприятий по улучшению условий и охраны труда работодателями (за исключением государственных унитарных предприятий и федеральных учреждений) осуществляется в размере не менее 0,2 процента суммы затрат на производство продукции (работ, услуг).

Приказ Минздравсоцразвития России от 01.03.2012 № 181н «Об утверждении Типового перечня ежегодно реализуемых работодателем мероприятий по улучшению условий и охраны труда и снижению уровней профессиональных рисков»

П. 32. Реализация мероприятий, направленных на развитие физической культуры и спорта в трудовых коллективах

НЕОБХОДИМЫЕ РЕСУРСЫ

Необходимо проанализировать, какие ресурсы необходимо задействовать для реализации проекта.

- ✓ **Кадровые:** инструктор по физической культуре, психолог, медицинский работник, лидеры общественного мнения
- ✓ **Финансовые:** бюджетные, внебюджетные источники
- ✓ **Материально-технические:** методические рекомендации, тесты, плакаты, наглядные материалы, аудио, видео техника, спортивное оборудование, помещение для проведения спортивных мероприятий
- ✓ **Информационные:** электронная, телефонная связь, сеть «Интернет», мобильные приложения

РЕЗУЛЬТАТ РЕАЛИЗАЦИИ МЕРОПРИЯТИЙ

- увеличение процента сотрудников, вовлечённых в ведение здорового образа жизни на 75% (от общей численности работников)
- снижение процента работников с низким уровнем физической активности
- повышение уровня физической грамотности сотрудников до 100%
- увеличение доли работников, вовлеченных в регулярное занятие физической культурой и спортом (на 10% ежегодно)
- улучшение общего состояния здоровья работников
- сохранение кадрового потенциала и общей «текучести» кадров
- снижение числа случаев временной нетрудоспособности

Спасибо за внимание!

