

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 незначительной общей мышечной и двигательной нагрузки.**



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

- Стимулирующая система для участников программы
- Появление лидера, стимулирующего к достижениям
- Нарботка навыка работы в команде
- Экономия финансовых средств
- Укрепление семейных отношений посредством совместной физической деятельности
- Определение лучшего спортивного работника среди всех работников

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»

1. Консультации специалистов по направлению ведения ЗОЖ
2. Просмотр образовательных и мотивационных спортивных видеороликов
3. Размещение мотивационных фотографий, плакатов
4. Участие в программе ГТО
5. Создание команды для выездов на районные/городские/областные соревнования
6. Проведение семейных спортивных мероприятий сотрудников образовательных организаций велосипедные прогулки, «Деловая» йога, физкульт-паузы, физкультминутки, создание программы, оповещающей о необходимости проведения перерыва для разминки
7. Ежемесячные посещения спортивных секций (боулинг, бассейн)
8. Еженедельные соревнования пеших прогулок (с применением современных технологий, приложений Welltok, hotseat и др.)
9. Улучшение материально-технической базы (помещение для занятий, тренажеры, спортивный инвентарь, массажное кресло)
10. Проведение корпоративных, спортивно-массовых оздоровительных мероприятий
11. Проведение спартакиады среди сотрудников образовательных организаций (шахматы , волейбол , теннис и др.)
12. Сокращение рабочего времени для проведения спортивных мероприятий

ФИНАНСИРОВАНИЕ МЕРОПРИЯТИЙ

РАЗДЕЛА «ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ»

Бюджет, внебюджетные источники (спонсорская помощь, Гранты)

НЕОБХОДИМЫЕ РЕСУРСЫ

Необходимо проанализировать, какие ресурсы необходимо задействовать для реализации проекта.

- ✓ **Кадровые:** специалист 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, размещение информации о проводимых мероприятиях на сайте учреждения, инстаграмм

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 педагогов 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!