



**Российская Федерация
Новгородская область**

АДМИНИСТРАЦИЯ ПОДДОРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА

ПОСТАНОВЛЕНИЕ

от 29.12.2023 № 602
с.Поддорье

Об утверждении Комплекса мероприятий, направленных на развитие корпоративного спорта в Поддорском муниципальном районе

Администрация Поддорского муниципального района
ПОСТАНОВЛЯЕТ:

1. Утвердить Комплекс мероприятий, направленных на развитие корпоративного спорта в Поддорском муниципальном районе, согласно приложению 1.

2. Опубликовать Постановление в муниципальной газете «Вестник Поддорского муниципального района» и на официальном сайте Администрации муниципального района в информационно - телекоммуникационной сети «Интернет» (<https://admpoddore.gosuslugi.ru/>).

**Глава
муниципального района**



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Серийный номер сертификата:
2C36AFADDF62E2B0C5CC58893C3BAF57
Владелец: Панина Елена Викторовна
Дата подписания: 29.12.2023 16:36
Срок действия: с 27.12.2022 по 21.03.2024

Е.В.Панина

Комплекс мероприятий, направленных на развитие корпоративного спорта в Поддорском муниципальном районе

Актуальность

Комплекс мероприятий, направленных на развитие корпоративного спорта в Поддорском муниципальном районе (далее - Комплекс) подразумевает под собой цикл мероприятий, предпринимаемых руководителями учреждений и организаций Поддорского района (далее - работодатели), для улучшения состояния здоровья работников организаций им учреждений (далее - работники), улучшения микроклимата в коллективах, в целях профилактики заболеваний, повышения безопасности, производительности и эффективности труда работников.

Залогом успешности Комплекса 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 многократно возрастает. Рабочее место - оптимальная организационная форма охраны и поддержания здоровья, профилактики заболеваний (определение ВОЗ).

По данным исследователей почти 60% общего бремени 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.

Система укрепления здоровья работников 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).

Существует большое количество эмпирических исследований, доказывающих, что в результате внедрения программ на рабочем месте у работников повышается физическая активность, снижается индекс массы тела, улучшаются показатели здоровья и т.д. Есть доказательства, что у работников также растет удовлетворенность от работы, увеличивается производительность труда, снижается стресс. Повышение эффективности труда работников, невозможно без приверженности их к здоровому образу жизни, который должен стать фундаментом их собственного здоровья.

Стратегический и тактический посыл дан в Указе Президента Российской Федерации от 06.06.2019 № 254 «О стратегии развития здравоохранения в Российской Федерации на период до 2025 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 работников - ключевое условие эффективного внедрения корпоративной программы.

Цель

Комплекс разработан с целью продвижения здорового образа жизни в коллективах организаций и учреждений, сохранения здоровья персонала на рабочем месте, создание и поддержание благоприятного климата в коллективах.

Основная цель: сохранение и укрепление здоровья работников, профилактика заболеваний и потери трудоспособности.

Задачи

Основными задачами Комплекса являются:

- Формирование системы мотивации работников к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек.
- Создание благоприятной рабочей среды (сплочение коллектива) для укрепления здоровья и благополучия работников.
- Повышение информированности работников о пользе физической активности.
- Повышение ответственности за индивидуальное здоровье и приверженности к здоровому образу жизни работников и членов их семей.
- Создание благоприятных условий в организациях и учреждениях для ведения здорового и активного образа жизни.
- Содействие прохождению работниками профилактических осмотров и диспансеризации.
- Проведение для работников профилактических мероприятий.
- Создание оптимальных гигиенических, экологических и эргономических условий деятельности работников на их рабочих местах.
- Формирование установки на отказ от вредных привычек.
- Формирование мотивации на повышение двигательной активности.
- Формирование стрессоустойчивости.
- Снижение потребления алкоголя.
- Сохранение психологического здоровья и благополучия.

Нормативно - правовая база.

Указ Президента Российской Федерации от 09.10.2007 № 1351 «Об утверждении Концепции демографической политики Российской Федерации

на период до 2025 года».

Указа Президента РФ от 09.05.2017 № 203 «О Стратегии развития информационного общества в Российской Федерации на 2017 - 2030 годы». -

Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 № 204 (ред. от 19.07.2018 № 444) «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года».

Паспорт федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» Утверждён 24 декабря 2018 года на заседании президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам.

Паспорт национального проекта «Демография» утверждён 24 декабря 2018 года на заседании президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам.

Паспорт федерального проекта «Спорт - норма жизни» утверждён 24 декабря 2018 года на заседании президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам.

Трудовой Кодекс Российской Федерации, статья 213 - Федеральный закон от 30 марта 1999 г. № 52-ФЗ "О санитарно - эпидемиологическом благополучии населения" (с изменениями и дополнениями), статья 11 и статья 32.

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 26.04.2019 № 833-р «Об утверждении комплекса мер по стимулированию работодателей и работников к улучшению условий труда и сохранению здоровья работников, а также по мотивированию граждан к ведению здорового образа жизни».

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. Воспитание у работников более ответственного отношения к своему здоровью с использованием различных подходов: системы контроля, обучения, поддержания навыков и проверки знаний, взаимодействия с представителями профсоюзной организации, организации соревнований между трудовыми коллективами.

3. Организация контроля над проведением, периодических медицинских осмотров, диспансеризации работников. Проведение вакцинации работников.

4. Организация системы поощрений за работу по укреплению здоровья на рабочем месте и практической деятельности по укреплению здорового образа жизни.

5. Организация культурного досуга сотрудников: посещение музеев, театров, выставок и пр.

Блок 2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности.

1. Разработка десятиминутных комплексов упражнений, которые можно проводить прямо на рабочем месте, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика.

2. Участие коллектива в спортивных мероприятиях, спартакиадах, турнирах, спортивных конкурсах, велопробегах.

3. Проведение соревнований с использованием гаджета «шагомер» для сотрудников на постоянной основе.

4. Участие в программе сдачи норм ГТО.

5. Дни здоровья - проведение акции «Всемирный день здоровья», «На зарядку становись», «Встань с кресла», «Неделя без автомобиля».

6. Проведение коллективного отдыха на свежем воздухе с применением активных игр.

7. Участие в культурно-спортивных мероприятиях работников с участием членов их семей, в том числе зимние прогулки на лыжах, катание на коньках, велосипедах, летний отдых.

8. Участие работников в спортивных соревнованиях - «Папа, мама, я - спортивная семья».

9. Организация соревнований в обеденное время «Попади в десятку» - дартс.

10. Организация команд работников для занятия настольным теннисом.

11. Создание собственных спортивных объектов для занятий спортом, приобретение спортивного инвентаря.

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

1. Информирование работников об основах рациона здорового питания: размещение информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки), организация образовательных семинаров, лекций, мастер-классов с участием эксперта в области питания.

2. Обеспечение работников в течение рабочего времени свободным доступом к питьевой воде.

3. Создание для сотрудников специально оборудованных мест для приема пищи с размещением информационных материалов по вопросам здорового питания и снижения веса.

4. Участие в конкурсе здоровых рецептов (сотрудники отправляют куратору рецепты блюд из овощей и фруктов, авторы самых удачных поощряются призами).

5. Маркировка блюд и напитков из категории «здоровое питание».

6. Участие в тематических Днях здорового питания, посвященных овощам и фруктам.

Блок 4. Мероприятия, направленные на борьбу с курением.

1. Оценивается соблюдение Федерального закона от 23.02.2013 года № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» на предмет полного запрета курения в помещениях и на территориях организации и учреждений с

применением штрафных санкций к работникам, курящим в помещениях.

2. Участие в Кампании (конкурсах, соревнованиях) «Брось курить и победи», призванной помочь работникам отказаться от курения, с определением победителя и награждением.

3. Мотивирование работников к отказу от курения путем организации возможных здоровых альтернатив вместо перекуров на рабочих местах и в местах общего пользования: проведение акции «Обменяй сигареты на витамины» с обменом сигарет на фрукты (размещение тарелок с фруктами вокруг рабочих зон, в холлах, в местах общего пользования для их потребления вместо перекуров или для разрядки во время работы), оборудование в местах общего пользования, вокруг рабочих зон, в холлах зоны для самостоятельных занятий физическими упражнениями вместо перекуров или для разрядки во время работы.

4. Оформление рабочих мест, мест общего пользования в помещениях и на территории знаками запрещающими курение (на основании приказа о запрете курения на территории организаций).

5. Проведение мероприятий в День отказа от курения.

6. Информирование работников о вредных воздействиях курения с использованием всех возможных каналов, размещение информационных бюллетеней и плакатов по вопросу вреда курения для здоровья в общественных местах.

7. Оформление мест для курения вне территории организаций и учреждений: место для курения должно быть обозначено соответствующим знаком, установлена урна для окурков, размещен плакат о вреде курения, не должно быть оборудовано скамейкой, беседкой или другими атрибутами комфортного времяпровождения.

8. Оформление мест общего пользования (туалеты, лестницы, коридоры) детекторами дыма для осуществления контроля за соблюдением запрета курения в организациях и учреждениях.

9. Учредить систему экономических санкций и поощрений.

Блок 5. Мероприятия, направленные на борьбу с употреблением алкоголя.

1. Антиалкогольное просвещение работников о влиянии алкоголя на организм и о социальных последствиях, связанных с потреблением алкоголя.

2. Организация консультативной помощи по вопросам, связанным с пагубным потреблением алкоголя.

3. Вовлечение работников в программы здоровых и полезных активностей.

4. Участие работников в акции «Трезвость».

5. Организация безалкогольных корпоративных мероприятий с пропагандой здорового образа жизни.

Блок 6. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом.

1. Проведение тренингов, консультаций, семинаров по управлению конфликтными ситуациями.

2. Разработка мероприятий, направленных на противодействие профессиональному выгоранию.

3. Положительная оценка руководителем результатов труда

работников, выражение благодарности за успешно выполненные задачи, поощрение общения сотрудников друг с другом.

4. Внедрение нетрадиционных методов улучшения здоровья: фитотерапия, ароматерапия, музыкотерапия.

5. Удовлетворение базовых потребностей работника. Чем больше потребностей удовлетворено, тем ниже уровень стресса и выше продуктивность.

6. 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.

7. Оборудование комнаты психоэмоциональной разгрузки.

Ожидаемые результаты эффективности

В результате реализации Комплекса предполагаются следующие результаты:

- Увеличение производительности труда, работоспособности и эффективности деятельности работников;
- Повышение мотивации работников к занятиям физической культурой;
- Увеличение доли лиц с умеренной физической активностью среди работников;
- Формирование культуры безопасности труда, ЗОЖ среди работников;
- Увеличение охвата работников профилактическими мероприятиями, направленными на здоровый образ жизни;
- Укрепление здоровья и улучшение самочувствия работников;
- Снижение стоимости затрат на медицинское обслуживание;
- Снижение риска заболеваемости работников, уменьшение среднего срока временной нетрудоспособности работников;
- Повышение выявляемых хронических неинфекционных заболеваний работников;
- Снижение количества стрессовых и конфликтных ситуаций, повышение стрессоустойчивости работников;
- Профилактика вредных привычек;
- Улучшение имиджа организаций и учреждений, по мнению работников и повышение их мотивации;
- Снижение текучести кадров и расходов на адаптацию работников, повышение вероятности привлечения более квалифицированного персонала;
- Увеличение прибыли организации при снижении расходов и росте доходов.
-

Мониторинг реализации Комплекса

В ходе реализации Комплекса необходимо проводить мониторинг с целью своевременной коррекции в случае неудовлетворенности работников мероприятиям Комплекса, а также низким охватом работников

мероприятиями Комплекса.

Оценка эффективности реализации Комплекса.

Для оценки эффективности реализации Комплекса могут быть использованы следующие критерии:

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