**План мероприятий по реализации корпоративной программы**

**по сохранению и укреплению здоровья сотрудников МАДОУ д/с № 393 «Росток»**

**«Дружно, смело, с оптимизмом – за здоровый образ жизни!»**

**за 2024 год**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Примерный перечень мероприятий** | **Ответственные исполнители.** | **Планируемые сроки реализации** | **Формы и названия планируемых мероприятий** |
| *1. Создание благоприятных условий для укрепления здоровья и благополучия работников ДОУ:* | | | |
| Улучшение освещения рабочей зоны | администрация | С 2022 года по 2024 год | Проверка и устранение неполадок:  Январь 2024 год |
| Идентификация опасностей и оценки профессиональных рисков | заведующий, ответственный по ОТ | Август 2024 |  |
| Инструктаж по охране труда | ответственный по ОТ | по графику |  |
| Инструктаж по пожарной безопасности | ответственный по пожарной безопасности | по графику |  |
| Обучение навыкам оказания доврачебной помощи пострадавшим | Мед. работник | по графику |  |
| Мероприятия направленные на профилактику психологического и эмоционального благополучия | Педагог-психолог | Октябрь 2024 | Треннинг по профилактике профессионального выгорания «Групповая сплочённость» |
| *2. Наблюдение за состоянием здоровья работников* | | | |
| Обязательные предварительные (при поступлении на работу) и периодические медицинские осмотры | администрация | по плану  Март 2024 |  |
| Профилактические осмотры (комплекс медицинских обследований, проводимый в целях раннего (своевременного) выявления состояний, заболеваний и факторов риска их развития, а также в целях определения групп здоровья и выработки рекомендаций для пациентов) | администрация | по плану |  |
| Диспансеризация (комплекс мероприятий, включающий в себя профилактический медицинский осмотр и дополнительные методы обследований, проводимых в целях оценки состояния здоровья, включая определение группы здоровья. | администрация | по плану |  |
| Ежегодная вакцинация и целевая вакцинация (COVID-19) | администрация | по плану |  |
| Мероприятия направленные на диагностику и профилактику заболеваний и формирование ЗОЖ | Мед. Работник | Март 2024 | Буклет «Для чего необходимо проходить диспансеризацию» |
| Мероприятия направленные на развитие культуры здорового питания | Мед.работник | Сентябрь 2024 | Консультация «Правильное питание – залог здоровья» |
| *3. Повышение физической активности* | | | |
| Цикл мастер-классов по повышению физической активности | инструктор по ФК | Декабрь, Апрель, Июль, Октябрь – 2024 | Ежеквартально  Мастер-классы по  «Фитнес-паузы»  «Фитбол-гимнастика»  «Утренняя гимнастика»  «Спорт-это жизнь» |
| Тренировка спортивной команды ДОУ | инструктор по ФК | Два раза в неделю  2024 | Продолжаем на протяжении всего периода программы  «Фитнес-паузы»  «Фитнес»  «Растяжка»  «Гимнастика для спины» |
| Консультации для сотрудников ДОУ | инструктор по ФК | 1 раз в полгода 2024 | «Для чего нам необходима корпоративная гимнастика»  «Какого результата мы достигли реализуя проект по корпоративной гимнастики» |