



АДМИНИСТРАЦИЯ ХОЛМСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО
РАЙОНА

РАСПОРЯЖЕНИЕ

16.01.2024 № 14-рз

г. Холм

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

В целях популяризации и развития спорта, совершенствования форм организации массовой физкультурно - спортивной работы, пропаганды здорового образа жизни, привлечения населения района к регулярным занятиям физической культурой:

1. Утвердить прилагаемый Комплекс мероприятий, направленных на развитие корпоративного спорта в Холмском муниципальном районе.
2. Разместить настоящее распоряжение на официальном сайте Администрации Холмского муниципального района в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

**Заместитель
Главы администрации
муниципального района**



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Е.А. Рыбинкина

Серийный номер сертификата:
00D1D8F64D837582F2929D4656ECAF06A
Владелец: Рыбинкина Елена Александровна
Дата подписания: 16.01.2024 10:46
Срок действия: с 07.02.2023 по 02.05.2024

УТВЕРЖДЕН

распоряжением Администрации
района от 16.01.2024 № 14-рз

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

Актуальность

Комплекс мероприятий, направленных на развитие корпоративного спорта в Холмском муниципальном районе (далее - Комплекс) подразумевает под собой цикл мероприятий, предпринимаемых руководителями учреждений и организаций Холмского муниципального района (далее - работодатели), для улучшения состояния здоровья работников организаций (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).

Факторы влияющие на болезни:

низкий уровень потребления фруктов и овощей,
чрезмерное употребление алкоголя,
потребление табака,
избыточная масса тела,
повышенное содержание холестерина в крови,
повышенное артериальное давление,
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 года». 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:

содействие прохождению работниками профилактических осмотров и диспансеризации;

формирование личной заинтересованности сотрудников, создание условий для становления корпоративного спорта;

сохранение психологического здоровья и благополучия;

создание благоприятной рабочей среды для укрепления здоровья и благополучия сотрудников;

информированность сотрудников о пользе физической активности;

формирование стрессоустойчивости;

снижение потребления алкоголя;

сохранение психологического здоровья и благополучия;

повышение ответственности за индивидуальное здоровье и приверженности к здоровому образу жизни сотрудников и членов их семей;
снижение потребления алкоголя;
проведение профилактических мероприятий для сотрудников (гимнастика, упражнения для дыхания и т.д.);
формирование установки на отказ от вредных привычек.

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 Российской Федерации 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 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;

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

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

Паспорт федерального проекта «Спорт - норма жизни», утвержденный 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 года № 52-ФЗ «О санитарно - эпидемиологическом благополучии населения» 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.

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;

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;

Организация контроля над проведением, периодических медицинских осмотров, диспансеризации сотрудников, проведение вакцинации;

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

Организация культурного досуга сотрудников.

Блок 2. Мероприятия, направленные на повышение физической активности.

Разработка 5-и минутных комплексов упражнений, которые можно проводить прямо на рабочем месте, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика;

Участие коллектива в спортивных мероприятиях, спартакиадах, турнирах, спортивных конкурсах, велопробегах;

Проведение соревнований по скандинавской ходьбе для сотрудников на постоянной основе;

Участие в программе сдачи норм ГТО;

Дни здоровья - проведение акции «Всемирный день здоровья», «На зарядку становись», и т.д.;

Организация коллективного туристического отдыха на свежем воздухе с применением подвижных игр;

Участие в культурно - спортивных мероприятиях работников;

Участие сотрудников в спортивных соревнованиях - «Папа, мама, я - спортивная семья»;

Организация игры в «Дартс» соревнований в послеобеденное время;

Организация команд сотрудников для занятия настольным теннисом.

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

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;

Обеспечение работников в течение рабочего времени свободным доступом к питьевой воде;

Создание для сотрудников специально оборудованных мест для приема

пищи с размещением информационных материалов по вопросам здорового питания и снижения веса;

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

Участие в тематических Днях здорового питания, посвященных здоровому питанию.

Блок 4. Мероприятия, направленные на борьбу с курением.

Оценивается соблюдение Федерального закона от 23.02.2013 № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма, последствий потребления табака или никотиносодержащей продукции» на предмет полного запрета курения в помещениях и на территориях организации и учреждений с применением штрафных санкций к работникам, курящим в помещениях;

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;

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

Проведение спортивно - массовых мероприятий в День отказа от курения;

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;

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

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.

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

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

Организация консультативной помощи по вопросам, связанным с пагубным потреблением алкоголя;

Вовлечение работников в программы здоровых и полезных активностей;

Участие работников во все возможных акциях «Против алкоголя»;

Организация безалкогольных корпоративных мероприятий с пропагандой здорового образа жизни.

Ожидаемые результаты эффективности

В результате реализации Комплекса предполагаются следующие результаты:

улучшение имиджа организаций и учреждений, по мнению работников и повышение их мотивации;

повышение работоспособности и производительности труда;

снижение профессиональных рисков и заболеваний;

оптимизация двигательной активности;

профилактика неинфекционных заболеваний, в том числе со стороны опорнодвигательного аппарата, сердечно-сосудистой систем;

увеличение производительности труда, работоспособности и эффективности деятельности сотрудников;

снижение количества стрессовых и конфликтных ситуаций, повышение стрессоустойчивости работников;

снижение текучести кадров и расходов на адаптацию работников, повышение вероятности привлечения более квалифицированного персонала;

увеличение охвата работников профилактическими мероприятиями, направленными на здоровый образ жизни;

укрепление здоровья и улучшение самочувствия работников;

повышение мотивации работников к занятиям физической культурой;

формирование культуры безопасности труда, ЗОЖ среди работников;

профилактика вредных привычек;

увеличение доли лиц с умеренной физической активностью среди сотрудников.

Мониторинг реализации Комплекса

В ходе реализации Комплекса мер 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:

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