

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА
НОВОСИБИРСКА
«ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ «ПАШИНСКИЙ»**

**Отчет по реализации корпоративной программы по укреплению здоровья работников МБУДО «ЦВР
«Пашинский»
«Здоровым быть – в тренде жить!»
(январь-март 2023)**

- ***Мероприятия, направленные на повышение физической активности***

Количество проведенных мероприятий: постоянно

Мероприятия: Организация физминуток. Марафон здоровья для сотрудников учреждения в рамках проекта «Педагогические старты» (42 человека <https://disk.yandex.ru/d/KYNzcr9HqbEq8A>); занятия в тренажерном зале, коллективные и семейные зимние прогулки на лыжах, катание на коньках, проведение акции «На работу пешком», коллективное посещение боулинга, просмотр видеофильмов, социальных роликов о физическом и психическом здоровье, здоровом питании, производственная гимнастика «Зарядка от нас - здоровье для вас!», Час здоровья для педагогов. Конкурсно-игровая программа «Мы здоровью скажем «ДА!», Соревнования по лыжным гонкам «Лыжня Пашино-2023». Участие педагога Хохлова Д. И. в Первенстве по НСО по общей и физической подготовке, посвященного Дню Защитника Отечества (2 место). С 01.02. по 28.02.2023 в учреждении прошла акция «Здоровая планета».

Количество сотрудников, принявших участие в мероприятиях: 160 (https://drive.google.com/drive/u/0/folders/1ve-PTA58VD_ee-z96qFtPBKMQoYXGNMg).

- ***Мероприятия, направленные на диагностику и профилактику заболеваний и формирование ЗОЖ***

Количество проведенных мероприятий: постоянно

Мероприятия: Контроль артериального давления сотрудников. Контроль проведения вакцинации работников от кори. Гимнастика для сосудов и профилактики ССЗ (сердечно-сосудистых заболеваний); Дискуссионные качели «Земля – наш дом, но не мы одни в нем живем». Разработаны буклеты «Пять шагов к здоровью», Беседа о пользе скандинавской (нордической), ходьбы с палками. Лекция «Санитарный минимум для работников образовательного учреждения» с приглашением медицинского работника МБУЗ г. Новосибирска № 25. Участие в городской лекции вебинаре для работников образовательных организаций по теме «Компьютер и здоровье»

Количество сотрудников, принявших участие в мероприятиях: 150

- ***Мероприятия, направленные на профилактику психологического и эмоционального благополучия***

Количество проведённых мероприятий: 18

Мероприятия: Конкурсно-игровая программа «Старт-азарт», «Аффирмация на каждый день», Актуальность здорового образа жизни: образ жизни, образ жизни тела, образ мысли; Инфографика «Спорт в повседневной жизни», «Берём от жизни всё», тренинг для педагогов «Психологическое благополучие педагога». Просмотр видеофильмов, социальных роликов о физическом и психическом здоровье, здоровом питании. Посещение театра (коллектив).

Самообразование, курсы повышения квалификации, трансляция опыта. Игровой тренинг «Формула здоровья». Занятие с элементами тренинга: «Психотехнические приемы саморегуляции эмоционального состояния». Мастер-класс «Мир глазами художника». Оформление стенда «Здоровая пища – залог здоровья».

Количество сотрудников, принявших участие в мероприятиях: 145

(<https://drive.google.com/drive/u/0/folders/1Q5mXvYXOCbnWfVEgfPwrbfJRLZglaR8i>)

- ***Мероприятия, направленные на развитие культуры здорового питания***

Количество проведённых мероприятий: 7

Мероприятия: мастер-класс «Здоровое питание: сложно или просто?!». Семинар по рациональному питанию «Вкусно и полезно», Разработка буклетов «Залог здоровья в полезных продуктах». Викторина «Полезные продукты». Беседа с сотрудниками об актуальности организации качественного рационального питания. Беседа «Здоровый перекус».

Количество сотрудников, принявших участие в мероприятиях: 100

- ***Мероприятия, направленные на профилактику потребления алкоголя и курения***

Количество проведённых мероприятий: 5

Мероприятия: Информирование сотрудников о влиянии алкоголя на организм и о социальных последствиях, связанных с потреблением алкоголя. Информационный стенд о профилактике зависимостей «Здоровый взгляд». Оформление стенда с информацией о вредных привычках, социально опасных заболеваниях.

Количество сотрудников, принявших участие в мероприятиях: 100

- ***Мероприятия по организации базовых условий для поддержания здоровья***

Количество проведённых мероприятий: постоянно

Мероприятия: Контроль за санитарно-гигиеническим состоянием учебных кабинетов, рабочих мест сотрудников.

Соблюдение питьевого режима, обеспечение моющими средствами, организация теплового режима, режима проветривания помещения.

Создание условий для безопасной образовательной среды. Инструктажи по вопросам «Действия при ЧС». Контроль питьевого режима, контроль вакцинации и диспансеризации сотрудников. Участие сотрудников в вебинарах по темам: «Как сохранить здоровье в мегаполисе», «Профилактика заболеваний суставов. Рациональное питание (ООМОПР ГКУЗ НСО «РЦОЗ и МП»).





