

СОГЛАСОВАНО
Профсоюзный комитет
МБУ СШ им. Д.Ф. Кудрина


Л.В. Кузьмина

«14» декабря 2022 года


УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБУ СШ им. Д.Ф. Кудрина
С.Г. Леоненко

«14» декабря 2022 года

Программа
корпоративного спорта
в МБУ СШ им. Д.Ф. Кудрина

г.Зеленогорск, 2022

Содержание

1. Введение
2. Цель программы
3. Задачи программы
4. Основные мероприятия программы
5. Ожидаемые результаты эффективности программы
6. План мероприятий (дорожная карта) по реализации программы «Корпоративный спорт»

1. Введение

Корпоративный спорт - часть массового спорта, направленная на физическую подготовку, физическое развитие работников организаций, объединенных отраслевой принадлежностью или принадлежностью к профессии, государственных корпораций, органов государственной власти и органов местного самоуправления, членов их семей и на организацию и проведение физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий среди указанных работников, членов их семей, в том числе реализуемая при содействии физкультурно-спортивных обществ.

Поэтому, внедрение физической культуры и спорта в корпоративную культуру и развитие корпоративного спорта является важной составляющей повышения эффективности деятельности МБУ СШ им. Д.Ф. Кудрина (далее школы).

Результаты исследований, посвященных оценке влияния производственной физической культуры на социально-экономическое развитие регионов России, свидетельствуют о влиянии занятий физической культурой и спортом на сокращение числа дней нетрудоспособности по болезни у экономически активного населения. Исследования показали, что не занимающиеся физическими упражнениями пропускают рабочие дни по болезни на 19 процентов чаще, чем рабочие, систематически занимающиеся физической культурой. При систематических занятиях у работников с малоподвижными условиями труда, заболеваемость гипертонической болезнью снижается с 7,65 дня в год до 3,75 дня, а с остеохондрозом позвоночника - с 2,75 дня до 0,4 дня в течение года, то есть заболеваемость снижается почти в 7 раз.

По результатам всероссийского опроса населения было выявлено, что в среднем каждый систематически занимающийся физической культурой и спортом гражданин из экономически активного населения проболел за год на 3 - 4 дня меньше, чем не занимающийся.

Обобщенные данные исследований указывают на то, что у лиц, занимающихся физическими упражнениями, производительность труда возрастает на 0,6 - 10 процентов, они в 2,6 раза меньше устают и в 3 раза меньше подвержены стрессу, чем не занимающихся.

Таким образом разработанная и реализованная программа развития корпоративного спорта позволит повысить продуктивность труда за счет:

- сокращение числа прогулов и дней отпуска по болезни. Снижение затрат предприятия на выплаты больничных листов, пособий, компенсаций;
- снижение травматизма на рабочих местах. Снижение числа несчастных случаев;
- повышение корпоративной культуры в школе, улучшение психологического микроклимата в коллективе, командообразование;
- повышение физической и умственной работоспособности работников, повышение их аккуратности, методичности и концентрации внимания при выполнении поставленных задач;
- улучшение имиджа и популярности школы на местном и региональном уровне.

2. Цель программы

Целью программы развития корпоративного спорта школы является формирование эффективной системы внедрения физической культуры и спорта в школе, включая:

- вовлечение работников в систематические занятия физической культурой и спортом;
- укрепление здоровья работников;
- повышение производительности труда и социального имиджа школы, как социально-ответственной структуры в обществе.

3. Задачи программы

Достижение поставленных целей возможно при решении следующих задач:

- формирование устойчивой потребности к занятиям физической культурой и спортом, мотивации к здоровьесберегающему поведению у работников школы и членов их семей;
- проведение физкультурно-спортивных мероприятий;
- создание условий для занятий физической культурой и спортом;
- укрепление корпоративной культуры школы;
- пропаганда физической культуры, массового спорта и ведения активного здорового образа жизни.

4. Основные мероприятия программы

- информационные мероприятия, направленные на мотивацию работников к здоровому активному образу жизни;
- оценка уровня физической активности и тренированности работников;
- занятие спортом и фитнесом в режиме рабочего дня или вне рабочее время;
- организация посещения работниками фитнес клубов, бассейнов, коммерческих спортивных секций;
- производственная гимнастика, физкультпаузы, и тренировочные мероприятия в режиме рабочего дня;
- массовые физкультурные и спортивные мероприятия;
- система внешних рекреационных мероприятий (походы выходного дня, спортивные корпоративные праздники, туристические походы).

5. Ожидаемые результаты эффективности программы

- повышение работоспособности и производительности труда;
- снижение профессиональных рисков заболевания;
- оптимизация двигательной способности;
- профилактика неинфекционных заболеваний, в том числе со стороны опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы.

**План мероприятий
(дорожная карта) по реализации
программы «Корпоративный спорт»**

№ п\п	Наименование мероприятия	Место проведения	Дата проведения	Ответственный исполнитель
<i>1. Информационные мероприятия, направленные на мотивацию работников к здоровому активному образу жизни:</i>				
1.1.	Размещение информационных материалов (плакаты, буклеты, листовки) на специализированных стендах	МБУ СШ им. Д.Ф. Кудрина , здание Детской спортивной школы борьбы	Без ограничений	Специалист по ОТ
1.2.	Показ мультимедийных файлов с использованием мессенджера WhatsApp	МБУ СШ им. Д.Ф. Кудрина , здание Детской спортивной школы борьбы	Без ограничений	Специалист по ОТ
1.3.	Создание вкладки на сайте МБУ СШ им. Д.Ф. Кудрина, содержащей методические материалы	МБУ СШ им. Д.Ф. Кудрина , здание Детской спортивной школы борьбы	Без ограничений	Инструктор-методист физкультурно-спортивных организаций
1.4.	Организация лекций с участием инструктора по спорту	МБУ СШ им. Д.Ф. Кудрина , здание Детской спортивной школы борьбы	Без ограничений	Инструктор по спорту
<i>2. Оценка уровня физической активности и тренированности работников</i>				
2.1.	Анкета-опросник по выявлению работников с недостаточным уровнем физической активности для вовлечения в мероприятия по физической культуре и спорту	МБУ СШ им. Д.Ф. Кудрина , здание Детской спортивной школы борьбы	До и после реализации программы	Инструктор-методист физкультурно-спортивных организаций

<i>3. Занятие спортом и фитнесом в режиме рабочего дня или вне рабочее время</i>				
3.1.	Занятия настольным теннисом	МБУ СШ им. Д.Ф. Кудрина , здание Детской спортивной школы борьбы	Без ограничений	Инструктор-методист физкультурно-спортивных организаций
3.2.	Посещения работниками тренажерного зала	МБУ СШ им. Д.Ф. Кудрина , здание Детской спортивной школы борьбы	Без ограничений	Тренер
3.3.	Соревнования в обеденное время «Попали в десятку» – дартс	МБУ СШ им. Д.Ф. Кудрина , здание Детской спортивной школы борьбы	Без ограничений	Тренер
<i>4. Организация посещения работниками фитнес клубов, бассейнов, коммерческих спортивных секций</i>				
4.1.	Аренда безвозмездно или на льготных условиях спортивных залов/площадок, расположенных на муниципальных спортивных сооружениях	<ul style="list-style-type: none"> • МБУ «Спортивный комплекс» - дворец спорта «Нептун» (игровой зал, зал аэробики, большой бассейн); • МБУ СШОР «Старт» - спортивный зал (Гагарина, 54; Гоголя 22а); • МБУ СШ «Юность» - хоккейный корт «Сибирь», дом спорта «Факел» (легкоатлетический манеж, спортивный зал), шахматный клуб «Каисса», футбольное поле «Юность» 	Без ограничений	Заместитель директора по спортивной и методической работе
<i>5. Производственная гимнастика, физкультпаузы, и тренировочные мероприятия в режиме рабочего дня</i>				

5.1.	Десятиминутный комплекс упражнений, который проводится прямо на рабочем месте, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика	МБУ СШ им. Д.Ф. Кудрина , здание Детской спортивной школы борьбы	Без ограничений	Инструктор по спорту
<i>6. Массовые физкультурные и спортивные мероприятия</i>				
6.1.	Организация баскетбольных команд работников школы	МБУ СШ им. Д.Ф. Кудрина , здание Детской спортивной школы борьбы	Без ограничений	Тренер
6.2.	Проведение акции «На работу пешком», «На работу – на велосипеде», «Встань с кресла», «Неделя без автомобиля»	МБУ СШ им. Д.Ф. Кудрина , здание Детской спортивной школы борьбы	Без ограничений	Инструктор-методист физкультурно-спортивных организаций
6.3.	Участие в спартакиаде городских учреждений	Участие в выбранных спортивных видах спартакиады за команду «КФИС»	Без ограничений	Заместитель директора по спортивной и методической работе
<i>7. Система внешних рекреационных мероприятий (походы выходного дня, спортивные корпоративные праздники, туристические походы)</i>				
7.1.	Организация культурно-спортивных мероприятий для работников с участием членов их семей, в том числе зимние прогулки на лыжах, катание на коньках, велосипедах	МБУ СШ им. Д.Ф. Кудрина , здание Детской спортивной школы борьбы	Без ограничений	Инструктор-методист физкультурно-спортивных организаций
7.2.	Проведение коллективного отдыха на свежем воздухе с применением активных игр	МБУ СШ им. Д.Ф. Кудрина , здание Детской спортивной школы борьбы	Без ограничений	Инструктор-методист физкультурно-спортивных организаций