



**Программа по пропаганде и формированию  
здорового образа жизни для сотрудников МАДОУ  
«ЦРР-Детский сад № 106»  
«Здоровье-основа успеха»**

# ***Актуальность программы***

- В настоящее время в нашем обществе уделяется большое внимание проблемам физического и психологического здоровья.
- В дошкольных образовательных учреждениях активно внедряются здоровьесберегающие и здоровьесозидающие технологии работы с детьми. Однако для сохранения здоровья детей крайне важно взаимодействие со здоровым, ресурсным педагогом, способным к физической и психологической саморегуляции.
- Таким образом, здоровье педагога — это не только личное дело, но и профессиональная ценность, влияющая на качество воспитания и обучения детей.

**Цель нашей работы** — сформировать у сотрудников мотивацию к заботе о собственном здоровье и внедрить культуру здорового образа жизни в коллективе.

**Задачи:**

- Создать условия для физического, психологического и социального благополучия педагогов.
- Внедрить здоровьесберегающие технологии и мероприятия.
- Повысить компетентность педагогов в вопросах здоровья и ЗОЖ.
- Сформировать ответственное отношение к своему здоровью и здоровью воспитанников.



# **Направления работы:**

## ***Здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения.***

*Обеспечение соответствия зданий и помещений гигиеническим нормам, оснащение спортивных залов необходимым инвентарём, организация качественного горячего питания.*

## ***Медицинская профилактика и наблюдение за состоянием здоровья.***

*Ежегодная диспансеризация сотрудников, обязательное социальное страхование, своевременная вакцинация.*

## ***Организация физкультурно-оздоровительной работы.***

*Организация регулярной PROгимнастики для сотрудников детского сада, участия в чемпионатах по фоновой ходьбе «Человек идущий», спортивных мероприятиях, пешеходных экскурсиях и прогулках, спортивных мероприятий совместно с родителями.*

## ***Работа с психологическим климатом.***

*Проведение психологических тренингов, развлекательных мероприятий, праздников, экскурсий, походов в театр.*

# ***Этапы реализации программы:***

*Анализ ситуации и планирование.  
Реализация мероприятий*



# **Направления работы:**

## ***Здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения.***

*Обеспечение соответствия зданий и помещений гигиеническим нормам, оснащение спортивных залов необходимым инвентарём, организация качественного горячего питания.*

## ***Медицинская профилактика и наблюдение за состоянием здоровья.***

*Ежегодная диспансеризация сотрудников, обязательное социальное страхование, своевременная вакцинация.*

## ***Организация физкультурно-оздоровительной работы.***

*Организация регулярной PROгимнастики для сотрудников детского сада, участия в чемпионатах по фоновой ходьбе «Человек идущий», спортивных мероприятиях, пешеходных экскурсиях и прогулках, спортивных мероприятий совместно с родителями.*

## ***Работа с психологическим климатом.***

*Проведение психологических тренингов, развлекательных мероприятий, праздников, экскурсий, походов в театр.*





*Наша дружная команда педагогов*





**Спорт-это заряд энергии, а в первую очередь, хорошая физическая форма. Мы неоднократно участники чемпионата по фоновой ходьбе «Человек идущий», лауреаты и победители Всероссийской акции Общероссийского Профсоюза образования «PROгимнастика 2.0»**







***Каждый педагог,  
постоянно укрепляя собственное здоровье,  
становится образцом для подражания для  
детей и родителей, что является  
важнейшим условием успешной  
воспитательной работы в ДОУ.***





*Взаимодействие с родителями*







МАДОУ «Центр развития ребенка – Детский сад №106»

Официальное сообщество

## МАДОУ "Центр развития ребенка- Детский сад №106"



125 подписчиков

В детском саду функционируют 11 групп. Все группы для детей дошкольного возраста с 3 до 7 лет [Ещё](#)



<https://edu.tatar.ru/priv/page86000.htm/main-news>



улица Ю.Фучика 70, Казань



Подписаться



Установить



Сообщить о проблеме

Решаем вм...



Высказать мнение

Решаем вм...



# ***Психологические тренинги***



***Оказание психологической профилактической помощи педагогам с целью предупреждения у них эмоционального выгорания.***





***Созданию благоприятного микроклимата и сплочению коллектива помогают совместные экскурсии, поездки***



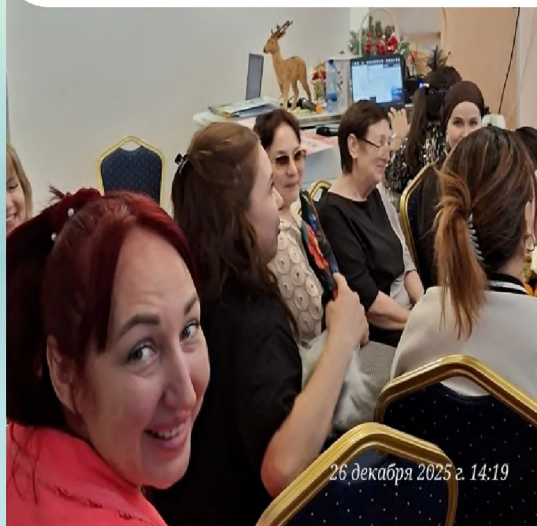


*Походы в театр*





***Развлечения и праздники поднимают настроение и жизненный тонус. Они помогают снять напряжение, связанное с повседневной рутинной и создают эмоциональный комфорт.***







*День добра и уважения*





***Совместно организованные праздники положительно влияют на микроклимат коллектива, способствуют сплочению сотрудников и укреплению корпоративного духа.***



*Ничто не оздоравливает и не сплачивает коллектив так,  
как совместная трудовая деятельность коллектива,  
родителей и детей*





# ***Наши результаты***

- Улучшили физическое и психологическое здоровье педагогов.*
- Снизили заболеваемость в коллективе.*
- сформировали устойчивую мотивацию к ведению здорового образа жизни.*
- Создали благоприятный микроклимат и сплотили коллектив.*
- Повысили профессиональное мастерство и удовлетворённость работой.*





*Каждый сотрудник, педагог является важной частью коллектива. Девиз нашей команды: «Здоровый педагог-здоровый ребенок-здоровый детский сад»*