

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 4» городского округа город Стерлитамак
Республики Башкортостан**

От работников:

Председатель ППО МАДОУ «Детский сад №4» г.Стерлитамак РБ

_____ Шангареева Т.И.

«_____» _____ 2024г.

М.П.

От работодателя:

Заведующий МАДОУ «Детский сад №4» г. Стерлитамак РБ

_____ Насырова А.Г.

Пр. № _____ «_____» _____ 2024г.

М.П.

ПЛАН

**Мероприятий по улучшению условий и охраны труда
мероприятий, направленных на развитие физической культуры
и спорта в трудовом коллективе МАДОУ «Детский сад № 4» г.
Стерлитамак РБ на 2025-2028 годы**

Пояснительная записка

Проблема сохранения здоровья на сегодняшний день является самой актуальной. Особенно остро проблема стоит в образовательной области, где всякая практическая работа, направленная на укрепление здоровья детей и педагогов путем совершенствования службы здравоохранения, должна приносить ощутимые результаты.

Исследованиями отечественных и зарубежных ученых давно установлено, что здоровье человека лишь на 7—8% зависит от успехов здравоохранения и на 50% от образа жизни.

В то же время в нашем обществе вопросами профилактики заболеваний путем выработки здоровых навыков поведения в семье, школе, детском саду по-настоящему никто не занимался. Вся работа по валеологии (под этим термином следует понимать науку и сферу человеческой деятельности, изучающую возможности наилучшей адаптации человека к условиям окружающей среды путем ведения здорового образа жизни) проводилась всегда спонтанно, поэтому внедрение здорового образа жизни ведется и сейчас медленно и неэффективно.

На фоне экологической и социальной напряженности в стране, на фоне небывалого роста болезней «цивилизации», чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. Этому искусству и должно уделяться как можно больше внимания. Кроме того, нужно постоянно помнить о том, что сейчас идеально здоровых людей немного. Не следует также забывать, что только в дошкольном возрасте самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам. А выработать эту привычку могут педагоги, которые сами вопросам укрепления и сохранения здоровья уделяют большое значение, только личным примером мы можем привить детям привычку к здоровому образу жизни, к занятиям спортом.

Поэтому мы считаем, что проблема оздоровления не только детей, но и коллектива ДООУ не кампания одного дня деятельности и одного человека, а целенаправленная, систематически спланированная работа всего коллектива образовательного учреждения на два года

№ пп	Мероприятия	Дата	Ответственный
1. Организационно-методическая работа			
1.1	Проведение анкетирования и тестирования отношения сотрудников ДООУ к ЗОЖ.	Сентябрь, май	Инструктор по ФК
1.2	Индивидуальные и групповые беседы о влиянии образа жизни на состояние здоровья, лекции о методах оздоровления	Раз в квартал	старшая медсестра
1.3	Создание благоприятного психологического климата в ДООУ		Педагоги-психологи
2. Информационно-просветительская работа			
2.1	Формирование в коллективе отрицательного эмоционально-оценочного отношения к вредным привычкам.	В течении года	Старшая медсестра
2.2	Аттестация рабочих мест ДООУ	По мере прохождения	Заведующий ДООУ

		срока	
3. Массовая работа по оздоровлению			
3.1	Осуществление ежегодного медицинского осмотра сотрудников ДОУ.	1 раз в год	Заведующий ДОУ, старшая медсестра
3.2	Проведение Дней здоровья	1 раз в квартал	инструктор по ФК
3.3	Занятия физической культурой - производственная зарядка - спортивная 5-минутка	В течении года	Профком инструктор по ФК
3.4	Обучение сотрудников приемам сапмомассажа биологически активных точек - точечного массажа по Уманскому - массажа Су Джок терапии - Дыхательная гимнастика: - по Стрельниковой	В течении года	Старшая медсестра инструктор по ФК,
3.5	Проведение с сотрудниками встреч и бесед по темам: - арттерапия. Релаксация: - психологическая разгрузка - медитация под музыку	В течении года	Педагоги-психологи
4. Индивидуальная работа			
4.1	Консультации с практическим показом по методам и средствам профилактики и лечения заболеваний.	По мере необходимости	Старшая медсестра
4.2	Консультации по физкультурно-оздоровительной работе, проводимой в домашних условиях.	По мере необходимости	Инструктор по ФК
4.3	Консультации по физкультурно-оздоровительной работе, проводимой в домашних условиях.	По мере необходимости	Инструктор по ФК
5. Спортивно-массовая работа			
5.1	Участие сотрудников в физкультурно-оздоровительных мероприятиях: - ГТО - Спартакиада здоровья - Лыжня России - День 1000 велосипедов	По мере проведения	Инструктор ФК
6. Материально-техническая база			
6.1	Спортивный зал, оснащенный оборудованием для занятий	Постоянно	Инструктор по ФК
6.2	Музыкальный зал, оснащенный медиааппаратурой	2 раза в неделю	Музыкальный руководитель
6.3	Кабинет педагога-психолога, оснащенный оборудованием для псих. разгрузки и релаксации	По мере необходимости	Педагог-психолог

