

**План работы по здоровьесбережению
с педагогами в МБДОУ «Детский сад №413 г.
Челябинска»
на 2024 – 2025 учебный год**

Цель: формирование устойчивой системы ценностных ориентаций и установок активной жизненной позиции работников, заинтересованности в поддержке здорового образа жизни, позитивной мотивации к саморазвитию и самосовершенствованию.

Задачи:

- развивать потребность в здоровом образе жизни;
- формировать ценностное отношение к состоянию здоровья у работников;
- улучшать информированность работников о заболеваниях и мерах их предотвращения;
- стимулировать работников к занятиям спортивной направленностью;
- разработать профилактические и пропагандистские мероприятия, способствующие отказу от вредных привычек среди работников;
- внедрять в деятельность ДОУ комплекса мероприятий, направленных на поддержку инициатив по формированию и пропаганде здорового образа жизни среди сотрудников.

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Распределение сотрудников и определение ответственных для участия в мероприятиях.	сентябрь 2024 г.	старший воспитатель
2.	Организация заседания трудового коллектива.	ежегодно	заведующий МБДОУ, старший воспитатель
3.	Заключение и реализация соглашений/договоров о взаимодействии между учреждением и привлекаемыми организациями, участвующих в реализации плана.	до 01.09.2024 года	заведующий МБДОУ
Физкультурно - оздоровительное направление.			
1.	Организация выездных оздоровительных мероприятий (прогулки, походы).	ежегодно	заведующий МБДОУ, старший воспитатель, председатель ПК
2.	Организация производственной гимнастики.	сентябрь 2024г. - август 2025 г.	инструктор по физической культуре

3.	Проведение психологических тренингов на профессиональное выгорание сотрудников.	1 раз в квартал	психолог
4.	Участие во Всероссийской массовой лыжной гонке «Лыжня России -2025».	февраль 2025 г.	инструктор по физической культуре
5.	Проведение корпоративных праздничных мероприятий «Новый год», «День дошкольного работника», «8 марта».	по графику проведения корпоративных мероприятий	музыкальный руководитель
6.	Участие в городской легкоатлетической эстафете.	1 раз в год	инструктор по физической культуре
7.	Проведение массовых спортивных мероприятий (сотрудники, родители, дети).	1 раз в год	инструктор по физической культуре
Информационно - просветительское направление.			
1.	Информационный стенд о профилактике зависимостей «Здоровый взгляд» Проведение лекций, бесед: 1. «Не дай нам Бог судьбу ребенка увидеть на конце иглы». 2. «Привычка свыше нам дана?». 3. «SOSстояние здоровья». 4. «Мама, брось сигарету!». 5. «Родители – вот главный пример». 6. «10 правил здорового сердца». 7. «Гигиена нервной системы» 8. Запись и распространение лекции В.Новиковой «Зависимость и созависимость». 9. «Профилактика отказа от вредных привычек». 10. Оформление стенда для распространения печатной продукции.	ноябрь 2024г. - август 2025 г.	инструктор по гигиене, инструктор по физической культуре

2.	Акция «День лежания на диване» (выставка творческих работ сотрудников, посвященных здоровому образу жизни).	октябрь 2024 г.	старший воспитатель
3.	Организация консультаций со специалистами (терапевт, невролог, психолог).	ежегодно	инструктор по гигиене
4.	Организация цикла лекций в рамках: «Дней здоровья», «О здоровом питании замолвите слово», «Худеем правильно», «Питание после 50», «Зарядка для мозга», «Дыхание – основа релаксации», «Польза зеленых коктейлей».	ноябрь 2024г. - август 2025 г.	инструктор по гигиене
Организация и проведение периодических профилактических медицинских осмотров, исследований.			
1.	Проведение ежегодной вакцинации сотрудников в осенне - зимний период.	октябрь – ноябрь 2024 г.	инструктор по гигиене
2.	Организация и проведение ежегодного обязательного медицинского осмотра.	1 раз в год	инструктор по гигиене
Аналитический этап.			
1.	Проведение мониторинга состояния заболеваемости сотрудников.	август 2025 г.	заведующий МБДОУ, старший воспитатель, председатель ПК
2.	Проведение мониторинга уровня профессионального выгорания, психологического климата в коллективе.	май 2025 г.	психолог