

муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 189 Центрального района Волгограда »

400066, Волгоград, ул. Краснознаменная д.21: тел.(8442) 33-46-68, e-mail: mou-189@mail.ru

400066, Волгоград, ул.10 Дивизии НКВД,2 тел.(8442) 38-66-08; e-mail: mouds111@yandex.ru

Утверждаю
Заведующий МОУ Детский сад № 189
Центрального района Волгограда
О.К.Кириличева
«07» 09 2021 г.

План мероприятий по оздоровлению и созданию условий для
формирования и поддержания здорового образа жизни сотрудников

МОУ Детского сада № 189

На 2020- 2021 годы

План мероприятий по созданию условий для формирования и поддержания здорового образа жизни сотрудников

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1. Организационно- методическая работа			
1.1.	Распределение сотрудников и определение ответственных для участия в мероприятиях	Сентябрь 2020г.	Ст.воспитатель
1.2.	Проведение анкетирования и тестирования сотрудников МОУ к ЗОЖ	Сентябрь май	Мед.сестра
1.3.	Индивидуальные и групповые беседы о влиянии образа жизни на состояние здоровья, беседы о методах оздоровления.	Раз в квартал	Мед.сестра
1.4.	Создание благоприятного психологического климата в МОУ	постоянно	Заведующий. Педагог-психолог
2. Информационно- просветительская работа			
2.1.	Анализ заболеваемости сотрудников	1 раз в квартал	Мед.сестра
2.2.	Организация и проведение ежегодного обязательного медицинского осмотра	1 раз в год	Медицинская сестра
2.3.	Проведение ежегодной вакцинации сотрудников в осенне-зимний период и вакцинации от пандемии	По мере необходимости	Заведующий
2.4.	Формирование в коллективе отрицательного эмоционально-оценочного отношения к вредным привычкам.	В течение года	Мед.сестра
2.5.	Организация тематических выставок памяток и литературы о вреде здоровья от вредных привычек.	в течение года	Старший воспитатель
2.6.	Информационный стенд о профилактике зависимостей для сотрудников и родителей воспитанников; «Мама, брось сигарету!», «Родители- вот главный пример», «10 правил здорового сердца», «SOSостояние здоровья», «Научи ребенка сказать «нет»	В течение года	Медицинская сестра, педагог-психолог.
3. Массовая работа по оздоровлению			
3.1.	Осуществление ежегодного медицинского осмотра сотрудников МОУ	1 раз в год	Заведующий мед.сестра
3.2.	Организация производственной гимнастики	В течение года	Мед.сестра
3.3.	Организация цикла лекций в рамках проведения «День здоровья»; «Здоровая тарелка», «Правильный перекус», «Рецепты здорового питания», «О здоровом питании», «Дыхание- основа релаксации», «Худеем правильно», «Зарядка для мозга», «Польза овощей и фруктов»	В течение года	Медицинская сестра
3.4.	Лечебная физкультура ;		Медицинская

	<ul style="list-style-type: none"> - дыхательная гимнастика (по Стрельниковой) - точечный массаж по Уманскому - массаж биологически активных точек с эфирными маслами (лаванда, мята) - релаксация под музыку - психологическая разгрузка - самомассаж - пешком до работы 	В течение года	сестра Педагог- психолог
3.5.	Участие сотрудников в общих физкультурно-оздоровительных мероприятиях	По мере проведения	Председатель ТК
3.6.	Проведение корпоративных праздничных мероприятий «Новый год», «День дошкольного работника», «8-е марта»	По графику	Председатель ТК
4. Индивидуальная работа			
4.1.	Консультации с практическим показом по методам и средствам профилактики и лечения заболеваний	По мере необходимости	Медицинская сестра
4.2.	Обеспечение для сотрудников доступной педагогической помощи	По мере необходимости	Старший воспитатель
4.3.	Консультации по физкультурно-оздоровительной работе, проводимой в домашних условиях	По мере необходимости	Медицинская сестра
5. Материально- техническая база МОУ			
5.1.	Медицинский кабинет оснащенный аппаратами : тонометр, ручной массажер и др.	По мере необходимости	Мед.сестра
5.2.	Музыкальный зал оснащенный аппаратурой для проведения релаксации и других оздоровительных мероприятий	Постоянно	Муз.руководитель, педагог- психолог Мед.сестра
5.3.	Кабинет старшего воспитателя и педагога-психолога , оснащенный зона отдыха	По мере необходимости	Педагог-психолог