

**ВСЕРОССИЙСКИЙ КОНКУРС «РОССИЙСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ВЫСОКОЙ СОЦИАЛЬНОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
«РЯБИНУШКА»**



В МАДОУ ДСКВ «РЯБИНУШКА» РЕАЛИЗУЮТСЯ МЕРОПРИЯТИЯ ПО ПОДДЕРЖКЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ РАБОТНИКОВ ДОУ, РАЗРАБОТАНА И РЕАЛИЗУЕТСЯ ПРОГРАММА «ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!»

Данная программа разработана для сотрудников МАДОУ ДСКВ «Рябинушка» и предусматривает формирование и развитие у работников ДОУ следующих основных элементов здорового образа жизни:

- ~ *плодотворный труд;*
- ~ *Рациональный режим труда и отдыха;*
- ~ *Искоренение вредных привычек;*
- ~ *Оптимальный двигательный режим;*
- ~ *Личную гигиену;*
- ~ *Закаливание;*
- ~ *Рациональное питание и т.П.*



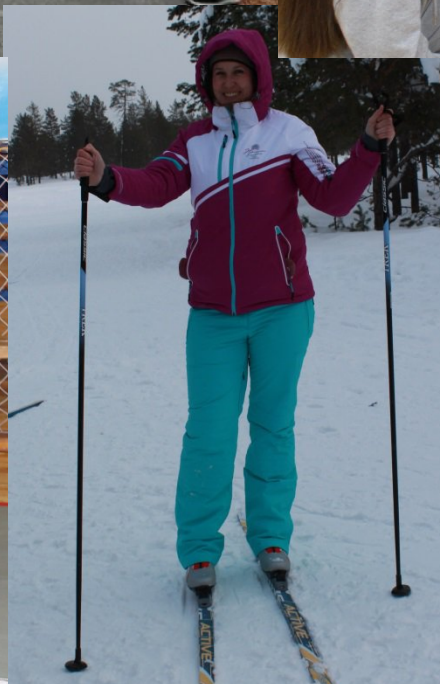
Члены коллектива детского сада являются участниками большого числа турниров и спортивных праздников, среди которых особое место занимают всероссийские традиционные соревнования «Кросс Наций» и «Лыжня России».



Перечень видов занятий, способствующих ведению здорового образа жизни, включает тренажерный зал, командные спортивные игры (волейбол, баскетбол и другие), бассейн, сезонные виды спорта (лыжи, массовое катание на велосипедах, коньках и другие), шахматы и другие.



Сдача норм физкультурно-спортивного комплекса ГТО



Посещение городских спортивных мероприятий и соревнований



Массаж:

- точечный массаж по Уманскому;
- массаж Су Джок терапии;
- самомассаж.

Релаксация:

- психологическая разгрузка;
- медитация под музыку.



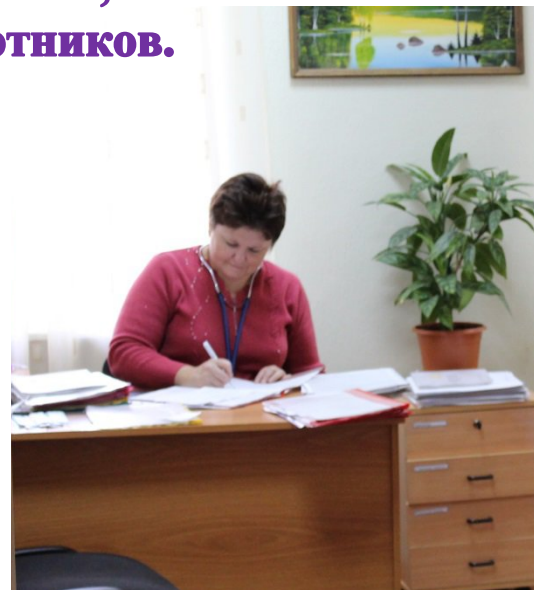
Посещение городских спортивных объектов: тренажёрный зал, фитнес – зал, бассейн «Дельфин»



Консультации с практическим показом по методам и средствам профилактики и лечения заболеваний, обеспечение для сотрудников доступной психологической помощи.



Работа, проведенная в МАДОУ ДСКВ «Рябинушка» по укреплению здоровья сотрудников и приобщения их к здоровому образу жизни, позволила снизить общий уровень заболеваемости работников.



Осуществление ежегодного медицинского осмотра сотрудников ДОУ.



Вакцинация работников ДОУ от гриппа