



*Муниципальное автономное дошкольное  
образовательное учреждение  
детский сад №74 «Центр развития ребенка «Забавы»  
г. Белгорода*

***Всероссийский конкурс  
«Российская организация высокой социальной  
эффективности»  
номинация «Формирование здорового образа  
жизни в организациях непромышленной  
сферы»***





# *В МАДОУ д/с № 74 разработана и реализуется программа по поддержке здорового образа жизни работников ДОУ*

*Данная программа способствует формированию навыков здорового образа жизни:*

- *рациональный режим труда и отдыха;*
- *искоренение вредных привычек;*
- *оптимальный двигательный режим;*
- *закаливание;*
- *рациональное питание;*
- *занятия физической культурой и спортом;*
- *психологическая разгрузка*





*Производственная и дыхательная гимнастика, йога, фитнес, аэробика направлены на профилактику здоровья в трудовом коллективе, на положительный заряд энергией на целый день*

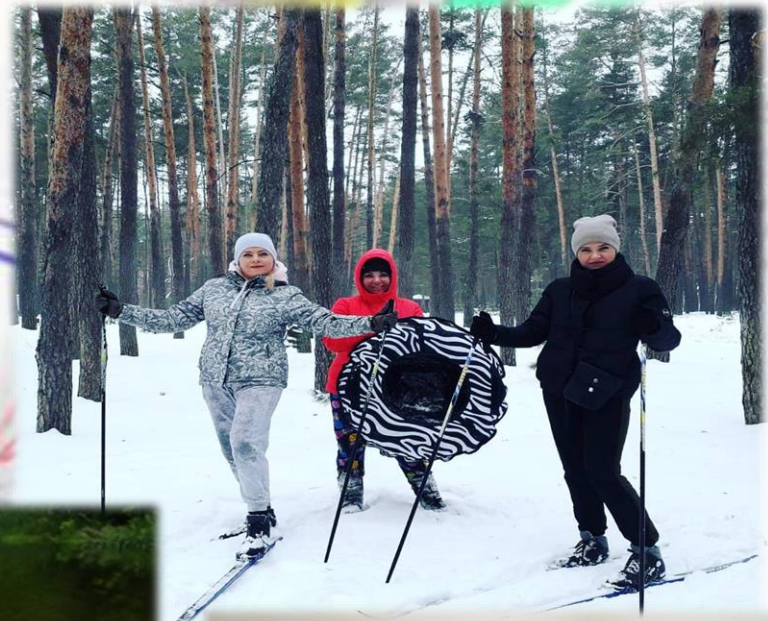


*Чтобы день твой был в порядке,  
начни его с зарядки!*





*Командные и спортивные игры, занятия плаванием, в тренажерном зале, сезонными видами спорта, шахматами способствуют ведению здорового образа жизни*





# Работники детского сада посещают городские спортивные мероприятия и соревнования





*Работники детского сада участвуют в турнирах и спортивных праздниках, среди которых особое место занимают всероссийские традиционные соревнования «Кросс Нации», «Лыжня России»*





*Работники детского сада ежегодно принимают участие в Белгородском полумарафоне*





*Работники детского сада не только сами участвуют в спортивных мероприятиях, но и приходят семьями. Всероссийский забег РФ «Бежим в одном ритме со всей страной и в одном пульсе со своим городом»*



# Работники детского сада участвуют в сдаче норм физкультурно-спортивного комплекса ГТО





*В детском саду оборудована рекреационная зона отдыха для общения, чаепития, отдыха после рабочей смены. Посещение гаюкамеры, употребление кислородных коктейлей и витаминизированных напитков, полезные перекусы, фито и ароматерапия способствует физическому и психическому укреплению организма.*





*В МАДОУ д/с № 74 действует кабинет медицинской профилактики. Ежегодно осуществляется сезонная вакцинация сотрудников с целью уменьшения вероятных осложнений и распространения заболеваний*





*Творческий коллектив детского сада ежегодно участвует в городском конкурсе «Творческий дебют» в номинациях «Вокал» и «Хореография»*





*Профсоюзная организация совместно с администрацией МАДОУ д/с № 74 регулярно организуют выездные оздоровительные мероприятия для сотрудников в лесопарковые зоны г. Белгорода и Белгородской области*





*В детском саду уделяется большое внимание психологической мотивации сотрудников к здоровому образу жизни, организуются тренинги, беседы-практикумы, семинары и мастер-классы*

