

# ПРОГРАММА УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ КОЛЛЕКТИВА

---

Николаева Анна Викторовна, заведующий  
МАДОУ «Детский сад комбинированного вида №29 золушка»  
города Губкина Белгородской области

# ТРЕНИНГ «МОЙ ВНУТРЕННИЙ РЕБЕНОК»



# ТРЕНИНГ «УТРО НАЧИНАЕТСЯ С УЛЫБКИ»



## ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

**Цель:** формирование у педагогов умения и желание заботиться о своем здоровье, потребность в здоровом образе жизни и эмоциональном благополучии как залого успешности в педагогической деятельности.

### **Задачи:**

- ✓ сохранение и укрепление профессионального здоровья педагогов учреждения;
- ✓ мотивация педагогов на созидание собственного здоровья;
- ✓ формирование валеологической компетентности педагогов;
- ✓ обучение навыкам самооздоровления.

## ФАКТОРЫ УХУДШЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ:

- ✓ интенсивная речевая нагрузка
- ✓ низкая физическая активность
- ✓ избыточная масса тела
- ✓ нервно-психическое напряжение
- ✓ малая двигательная нагрузка
- ✓ длительное пребывание в вертикальном положении



# МЕРОПРИЯТИЯ ПРОГРАММЫ

**ИСКОРЕНЕНИЕ  
ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК**

---

**ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ**

---

**ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ**

---

**УПРАВЛЕНИЕ СТРЕССОМ**

---

# ПОСЕЩЕНИЕ СЕНСОРНОЙ КОМНАТЫ



# ПРОГУЛКИ ВЫХОДНОГО ДНЯ





# ПРОГУЛКИ ВЫХОДНОГО ДНЯ



# ПРОГУЛКИ ВЫХОДНОГО ДНЯ



# «Прогулки выходного дня»



# Кружок «Здоровый педагог»



# Кружок «Здоровый педагог»



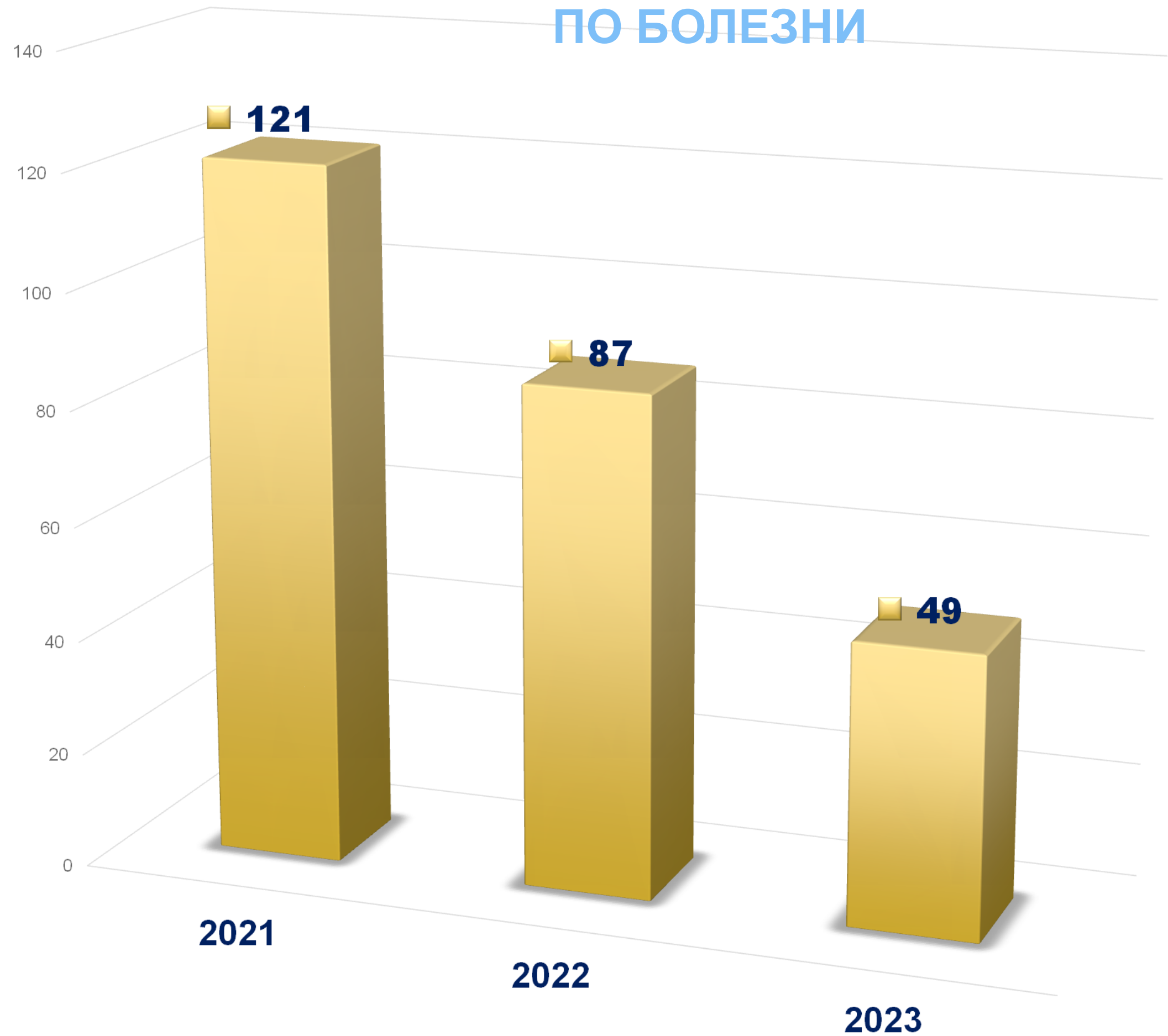
**«ЕСЛИ ХОЧЕШЬ, ЗНАЧИТ СМОЖЕШЬ!»**



# «ЕСЛИ ХОЧЕШЬ, ЗНАЧИТ СМОЖЕШЬ!»



# ПРОПУСКИ РАБОТНИКОВ УЧРЕЖДЕНИЯ ПО БОЛЕЗНИ

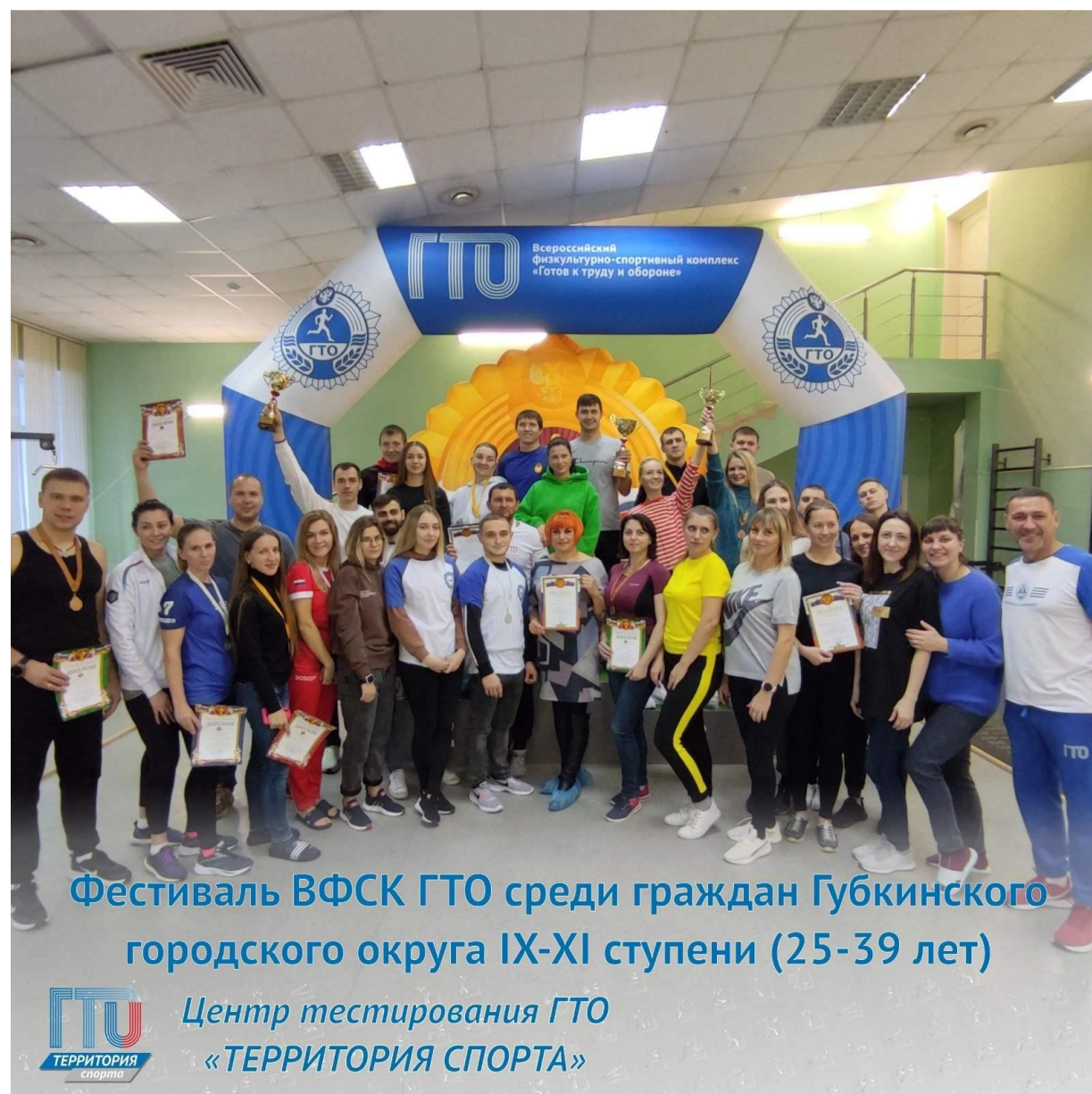




## РЕЗУЛЬТАТЫ ПО ИТОГАМ ГОДА РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ



## РЕЗУЛЬТАТЫ ПО ИТОГАМ ГОДА РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ





**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**