

2026



# «Оптимизация работы с родителями в области Здорового Образа Жизни (ЗОЖ)».

*Терезникова Оксана Михайловна ,  
Старший воспитатель,  
МАДОУ д/с № 7 с. Майкопское,  
Гулькевичский район*

2026

## Актуальность

В современном обществе вопрос формирования Здравого Образа Жизни (ЗОЖ) у детей становится все более актуальным.

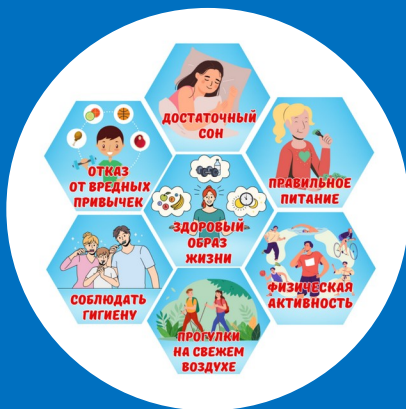
Родители сталкиваются с проблемой недостатка осведомленности о значении ЗОЖ



Дошкольный возраст является критически важным периодом, когда закладываются основы здоровья и привычек

Оптимизация работы с родителями в области ЗОЖ становится не только необходимостью, но и важной задачей для образовательных учреждений.

# Ключевые темы решения обозначенной проблемы



Проблемы формирования ЗОЖ у детей



Система взаимодействия с родителями



Методы информирования родителей о ЗОЖ

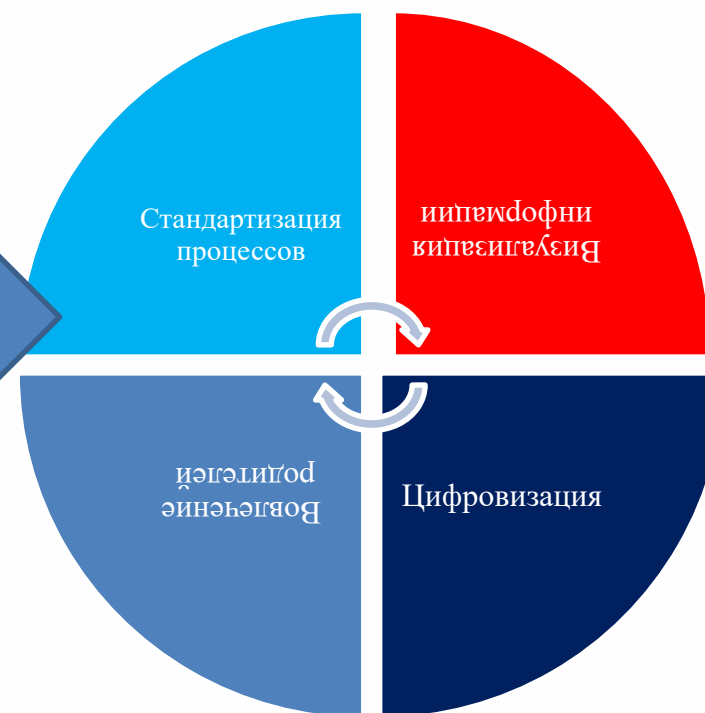


# Оптимизация работы с родителями в области Здорового Образа Жизни (ЗОЖ) с применением бережливых технологий

## МЕТОДЫ



## ПРИНЦИПЫ БЕРЕЖЛИВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ



Оптимизация работы с родителями в области здорового образа жизни (ЗОЖ) с использованием бережливых технологий предполагает

## Используемые в проекте методы и инструменты бережливых технологий.

Метод/Инструмент	Описание	Пример применения
Электронные платформы	Онлайн-запись на мероприятия, вебинары, чаты для общения.	Создание группы в мессенджере или на платформе для обмена информацией о ЗОЖ, онлайн-консультации с медсестрой.
Стандартизация материалов	Разработка шаблонов буклетов, памяток, презентаций, схем, инструкций.	Единые рекомендации по питанию, режиму дня, закаливанию, которые раздаются родителям.
Визуализация данных	Инфографики, стенды с результатами анкетирования, графики динамики достижений детей.	Размещение на сайте ДООУ или в группах соцсетей данных о достижениях, успехах в спортивных мероприятиях.
Совместные проекты	Проекты, где родители участвуют в создании материалов (например, альбомов, видео).	Пример применения: Проект «Наша спортивная семья», где родители и дети создают фотоальбомы или презентации о совместных занятиях спортом.
Оптимизация расписания	Группировка мероприятий по темам, сокращение времени на переходы и ожидания.	Проведение «Дня здоровья» с чётко спланированным расписанием активностей, чтобы избежать простоев.
Анкетирование родителей	Регулярные опросы для выявления потребностей и оценки эффективности работы.	О предпочтительных формах работы, анализ результатов для корректировки проекта.

## Формы работы с родителями, адаптированные под бережливые технологии.

### ЗНАЧИТЕЛЬНАЯ ЭКОНОМИЯ ВРЕМЕНИ

Электронные дневники  
здоровья

Мобильные приложения

Интерактивные стенды и  
уголки здоровья

### ОБМЕН ОПЫТОМ, АКТУАЛЬНОСТЬ

Культурные особенности и  
предпочтения

Обратная связь от  
родителей и детей

### ОТСЛЕЖИВАНИЕ ДИНАМИКИ, ЭФФЕКТИВНОСТЬ

Онлайн-семинары и  
вебинары

Групповые чаты и форумы

# Создание здоровьесберегающих условий.

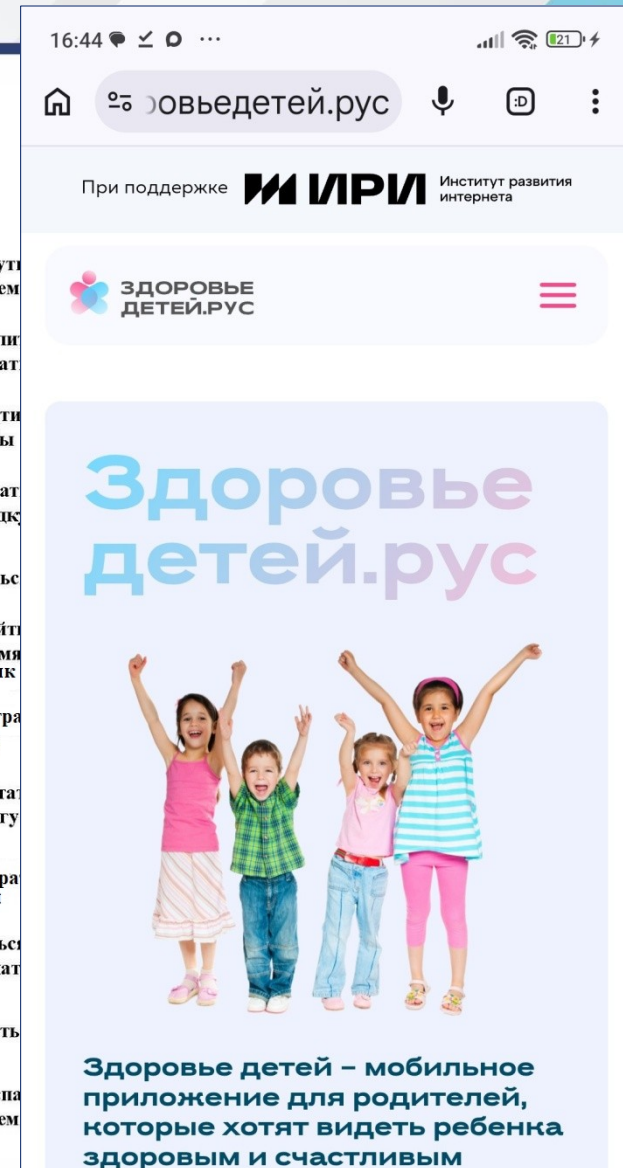


## Бережливые технологии в здоровьесбережении.

Инструмент	Применение в здоровьесбережении	Пример
<b>5S (сортировка, соблюдение порядка, чистота, стандартизация, совершенствование)</b>	Организация рабочих и игровых зон, минимизация травмоопасных факторов	Маркировка мест хранения инвентаря, регулярная уборка и контроль чистоты помещений
<b>Визуальный менеджмент</b>	Наглядное информирование о правилах ЗОЖ, безопасности, гигиене	Стенды с алгоритмами мытья рук, плакаты о правильной осанке, цветовые маркеры опасных зон
<b>Зонирование</b>	Разделение пространства на зоны с разными функциями (активности, отдыха, обучения)	Выделение зоны для физкультминуток, тихой зоны для релаксации, зелёной зоны с растениями
<b>Стандартизированные процедуры</b>	Чёткие инструкции для педагогов и детей по здоровьесберегающим действиям	Алгоритмы проветривания помещений, проведения гимнастики для глаз, организации питьевого режима
<b>Канбан</b>	Планирование и контроль мероприятий по здоровьесбережению	Доска задач с этапами реализации программы ЗОЖ, сроки проведения профилактических акций
<b>Цифровизация процессов</b>	Автоматизация мониторинга и информирования	Электронные дневники здоровья, онлайн-опросы родителей, мобильные приложения для отслеживания активности

# Практические шаги по внедрению

Шаг	Действие	Пример
Аудит текущих условий	выявление «узких мест», оценка соответствия помещений и режимов санитарно-гигиеническим нормам.	неудобное зонирование, нехватка оборудования, дублирование процессов
Оптимизация пространства:	зонирование с учётом двигательной активности детей	выделенные места для игр, прогулок, упражнений
	маркировка опасных зон	красные маркеры на острых углах, зонах открывания дверей
	организация «зелёных уголков» для психоэмоциональной разгрузки	зона для медитации, арттерапевтическая зона, музыкальный уголок, природный уголок
Внедрение визуальных подсказок:	алгоритмы действий	как правильно мыть руки, одеваться, выполнять зарядку); инфографика о режиме дня, питании, гигиене
	цветовые сигналы	зелёный — безопасно, жёлтый — осторожно, красный — опасно
Стандартизация процессов:	разработка регламентов проветривания, влажной уборки, организации питания;	Положение, циклограммы, графики, этапы, контроль
	введение «валеопазу»	коротких перерывов с элементами гимнастики, релаксации
	создание чек-листов для ежедневного контроля здоровьесберегающих условий.	физическая активность, питание, сон и отдых, эмоциональное состояние, гигиена, окружающая среда
Цифровизация взаимодействия:	электронные платформы для обратной связи с родителями	опросы, рекомендации
	* мобильные приложения для фиксации достижений в области здоровья	например, количество пройденных шагов
Вовлечение участников:	обучение детей основам самоконтроля	режим дня, гигиена, безопасность
	совместные проекты	«Неделя здоровья», «Спортивная семья»
	конкурсы на лучшую здоровьесберегающую инициативу;	Весёлая зарядка, Сказочный огород, Волшебный витамин, Спортивный марафон.



ВС



# Карточка (паспорт) проекта «Оптимизация работы с родителями в области Здорового Образа Жизни (ЗОЖ)».

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 7  
с. Майкопского муниципального образования Гулькевичский район



Паспорт проекта: «Оптимизация работы с родителями в области Здорового Образа Жизни (ЗОЖ)».

## 1. ВОВЛЕЧЕННЫЕ ЛИЦА И РАМКИ ПРОЕКТА

**Заказчик** — заведующий МАДОУ д/с № 7 Я.И.Халаим  
**Процесс** – приобщение к ЗОЖ  
**Границы процесса** — от утреннего приёма ребёнка до ухода домой  
**Руководитель проекта** — Терезникова О.М. старший воспитатель  
**Команда проекта** — воспитатель Чурова Т.А., воспитатель Слюнина Т.А., младший воспитатель Ревенко А.И.  
**Начало процесса** – 02.06.2025г  
**Конец процесса** - 29.08.2025 г.

## 2. ОБОСНОВАНИЕ ВЫБОРА

**Ключевой риск** — перегрузка информацией, недостаточная заинтересованность детей,  
**Обоснование выбора:**  
- недостаток методов и подходов  
- не знание теоретических основ ЗОЖ  
- не достаточная практическая реализация .  
**Ценность для заказчика**  
Целенаправленное, непрерывное повышение уровня профессиональной компетентности педагогов, повышение качества образования, рост имиджа ДОУ.

## ЦЕЛИ И ПЛАНОВЫЙ ЭФФЕКТ

Наименование цели	Текущий показатель	Целевой показатель
- создание атмосферы, способствующей совместным усилиям родителей и педагогов в пропаганде позитивных привычек к ЗОЖ.	- проблемы формирования ЗОЖ у детей - отсутствие системы взаимодействия с родителями	положительное влияние на дальнейшее развитие и здоровье

## КЛЮЧЕВЫЕ СОБЫТИЯ ПРОЕКТА

Ключевые события проекта:  
1. Старт проекта — 02.06.2025 г.  
2. Диагностика и определение целевого состояния — 02.06.-06.06.2025г.  
- Анализ текущей ситуации — 02.06.2025 г.  
- Разработка карты текущего состояния — 02.06.-03.06.2025 г.  
- Разработка карты будущего и целевого состояния — 04.06.-06.06.2025 г.  
3. Планирование мероприятий — 09.06-10.06.2025  
- Формирование плана мероприятий — 09.06.2025  
- Проведение промежуточного совещания — 10.06.2025  
4. Внедрение улучшений — 11.06 - 22.08.2026 г.  
- Производственный анализ, проверка результатов — 25.04.2026 г.  
- Разработка и корректировка стандартов — 26.08.2025 г – 28.08.2025 г.  
5. Закрытие проекта — 29.08..2025 г.



# Карта текущего состояния процесса : «Оптимизация работы с родителями в области Здорового Образа Жизни (ЗОЖ)».



Карта целевого состояния процесса :  
«Оптимизация работы с родителями в  
области Здорового Образа Жизни (ЗОЖ)».

Карта идеального состояния процесса :  
«Оптимизация работы с родителями в области  
Здорового Образа Жизни (ЗОЖ)».

Оптимизация  
информационн  
ых потоков

Сочетание наглядно-  
информационных материалов с  
инструментами бережливых  
технологий

Взаимодействие педагогов,  
родителей и детей через  
различные формы работы,  
основанные на принципах  
открытости, партнёрства и  
визуализации процессов.

ВПП  
Время протекания процесса  
**появился**

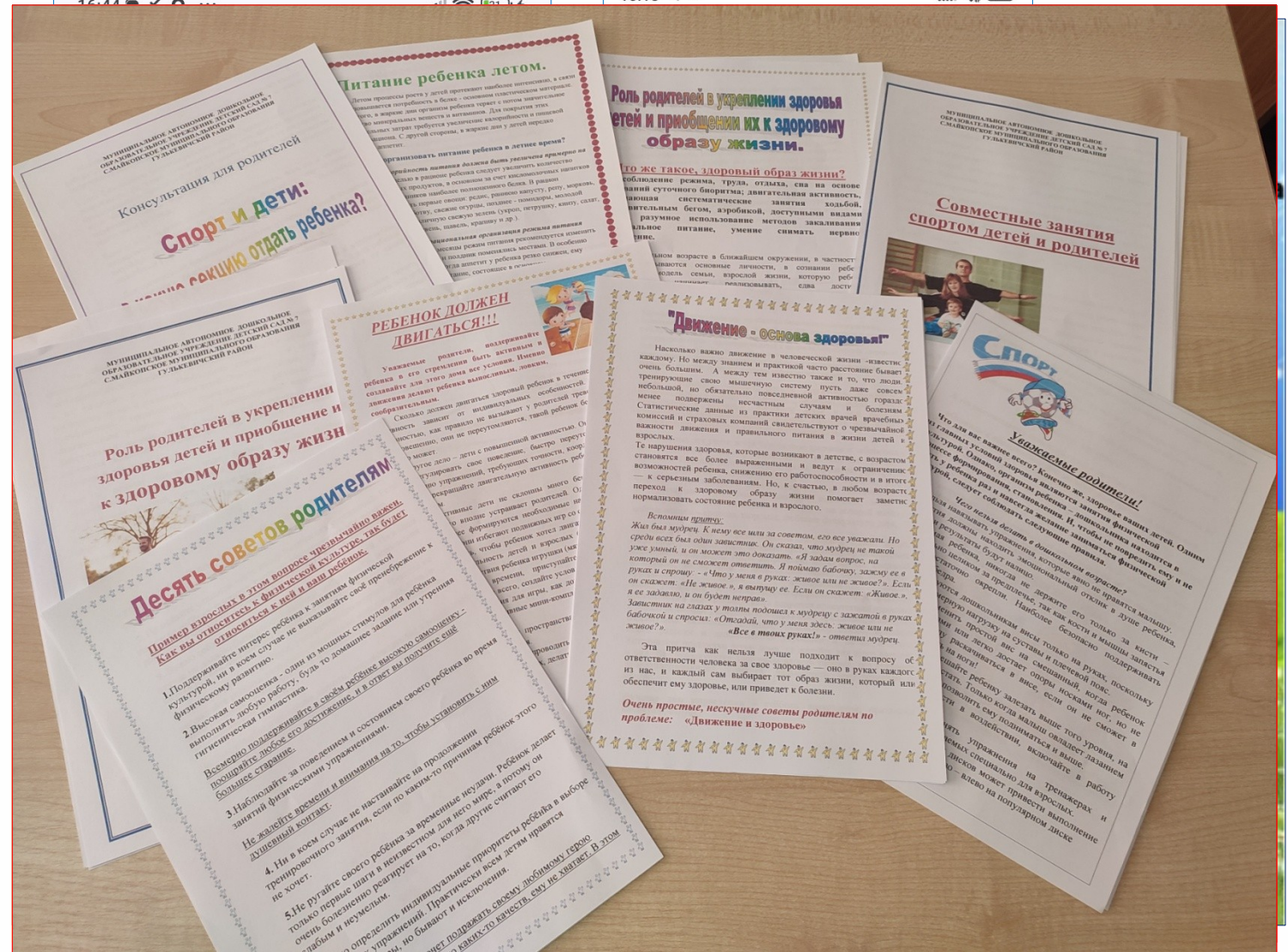
Идеальное взаимодействие строится  
на **партнёрстве, прозрачности и  
общей цели** — формировании  
здорового образа жизни у детей с  
разумным использованием ресурсов  
через внедрение бережливых  
технологий.

ВПП  
Время протекания процесса  
**устойчивый**

# Реализация плана мероприятий

## Оптимизация информационных потоков

- Электронные платформы
- Визуализация данных
- Электронные дневники здоровья и мобильные приложения
- Обратная связь
- Традиционное информирование (буклеты, памятки, консультации, беседы)



# Реализация плана мероприятий

Сочетание наглядно-информационных материалов с инструментами бережливых технологий.

- Организация рабочих и игровых зон, минимизация травмоопасных факторов
- Наглядное информирование о правилах ЗОЖ, безопасности, гигиене
- Разделение пространства на зоны с разными функциями (активности, отдыха, обучения)
- Чёткие инструкции для педагогов и детей по здоровьесберегающим действиям
- Планирование и контроль мероприятий по здоровьесбережению
- Автоматизация мониторинга и информирования



# Реализация плана мероприятий

Взаимодействие педагогов, родителей и детей.

- Оптимизация места для игр, упражнений
- Модернизация зон для медитации, музыкальный уголок, природный уголок
- Инфографика о режиме дня, питания, гигиене, алгоритмы.
- Короткие перерывы с элементами гимнастики, релаксации.
- Создание чек-листа для ежедневного контроля здоровьесберегающих условий.
- Вовлечение участников: совместные проекты, конкурсы на лучшую здоровьесберегающую инициативу;



# Стандарт



# Рекомендации по внедрению бережливых технологий в ЗОЖ.

Начинать с  
малого

Обучать  
персонал

Вовлекать  
родителей

Регулярно  
анализировать