

2022

Центр
Общественного
Здоровья
и Медицинской Профилактики
Пермский край



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
ПЕРМСКОГО КРАЯ

Сборник лучших практик муниципальных образований Пермского края по укреплению общественного здоровья и профилактике неинфекционных заболеваний



СБОРНИК ЛУЧШИХ ПРАКТИК МУНИЦИПАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАНИЙ ПЕРМСКОГО КРАЯ
ПО УКРЕПЛЕНИЮ ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ И ПРОФИЛАКТИКЕ НЕИНФЕКЦИОН-
НЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ [составители Кужлева О.И, Мудрая К.В.] г. Пермь, 2022. – 65 с.

ГБУЗ ПК «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики»

Отдел разработки, реализации и мониторинга муниципальных программ общественного
здоровья.

Содержание

1. Введение – 2 с.
2. Мероприятия, направленные на комплексную профилактику факторов риска
неинфекционных заболеваний и пропаганду ЗОЖ – 3 с.
3. Мероприятия, направленные на повышение двигательной активности – 30 с.
4. Мероприятия, направленные на профилактику нерационального питания – 51 с.
5. Мероприятия, направленные на профилактику употребления психоактивных веществ
(ПАВ) – 59 с.
6. Мероприятия, направленные на профилактику проявлений стресса – 63 с.
7. Библиотека лучших практик – 65 с.

Здоровое население - главное богатство каждого государства. Это показатель благополучия, а также потенциал развития страны. Здоровый человек обладает большей трудоспособностью, способен полноценно выполнять свои основные социальные функции. Большая распространенность хронических неинфекционных заболеваний увеличивает нагрузку на систему здравоохранения, замедляет экономический рост из-за преждевременной смертности населения, инвалидности, низкой производительности труда работников. Именно поэтому сохранение населения, здоровье и благополучие людей определены президентом нашей страны, как главные национальные цели, что отражено в Указе №474 от 14.07.2020 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».

По данным ФГБУ «НМИЦ терапии и профилактической медицины», укрепление общественного здоровья – это самый эффективный и экономически целесообразный способ увеличения продолжительности качественной жизни населения. В 2019 году создан национальный проект «Демография», целями которого являются: сохранение населения, здоровье и благополучие людей; обеспечение устойчивого роста численности населения Российской Федерации; повышение ожидаемой продолжительности жизни до 78 лет; увеличение доли граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом, до 70 процентов. «Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек» («Укрепление общественного здоровья») – федеральный проект, входящий в структуру нацпроекта. С его помощью разрабатываются и внедряются меры, направленные на укрепление здоровья населения, на профилактику неинфекционных заболеваний и пропаганду здорового образа жизни на всей территории Российской Федерации. В задачи федерального проекта входит разработка и реализация региональных и муниципальных программ укрепления здоровья.

Многочисленный зарубежный и отечественный опыт свидетельствует о высокой эффективности мероприятий по укреплению общественного здоровья на муниципальном уровне. Любое муниципальное образование имеет своей целью сохранение и защиту здоровья своего населения.

Начиная с 2019 года, постепенно разрабатываются и внедряются программы по укреплению общественного здоровья во всех муниципальных образованиях Пермского края.

Главное направление этих программ - улучшение здоровья населения, качества жизни, формирование культуры общественного здоровья, ответственного отношения к здоровью и увеличение продолжительности активной жизни. Вся деятельность муниципальных программ направлена на три главных звена: создание условий для ведения здорового образа жизни людей, формирование мотивации и повышение грамотности населения в вопросах здоровья.

За время работы данных программ, муниципальными образованиями Пермского края накоплен определенный опыт, достигнуты неплохие результаты. Наиболее интересные решения и внедренные на территориях края практики собраны в «Сборник лучших практик укрепления общественного здоровья». Данный сборник направлен на популяризацию эффективного опыта деятельности органов местного самоуправления в области укрепления общественного здоровья, в создании условий формирования здоровьесберегающей среды и пропаганды здорового образа жизни.

Мероприятия, направленные на комплексную профилактику факторов риска неинфекционных заболеваний и пропаганду ЗОЖ

Внеклассное занятие-игра «Путь в страну благоразумия»
МАУ ДО «Детско-юношеский центр им. В. Соломина» г. Перми



Целевая аудитория: учащиеся 7-10 лет.

Ответственные исполнители: методист «ДЮЦ им. В.Соломина» (разработчик), педагоги дополнительного образования.

Цели: создание условий для осознания обучающимися наиболее важных направлений сохранения здоровья как основы благоразумной и радостной жизни. Формирование у детей комплексного подхода к своему здоровью и обучение основам его созидания на базе авторской сказки.

Задачи:

Образовательные:

1. определить с учащимися три основных пути поддержания здоровья (питание, движение и хорошее настроение);
2. расширить представления учащихся о каждом из этих направлений;
3. вовлечь детей в практическую деятельность моделирования 3-х направлений ЗОЖ по мотивам сказки в игровых тренингах по питанию, движению и межличностному общению.

Воспитательные:

1. акцентировать ценности здорового образа жизни для человека и государства в целом в рамках сказочного повествования;
2. достичь с детьми удовлетворения от выполнения практических заданий – начальных этапов освоения направлений ЗОЖ;

3. определить с учащимися варианты их дальнейшей деятельности на пути сбережения здоровья;

Развивающие:

1. совершенствовать познавательные, регулятивные и коммуникативные учебные действия учащихся;

2. мотивировать личностные усилия учащихся, их самодвижение к здоровому образу жизни.

Этапы мероприятия и описание:

1. подготовка сценического материала сказки;

2. сценическое воплощение сказки на занятии с приглашением родителей;

3. организация рефлексии как главного результата мероприятия;

4. представление результатов мероприятия на родительском собрании и вовлечение родителей в работу по здоровьесбережению.

Сроки реализации: постоянно.

Индикаторы результата:

- Организация рефлексии - дискуссия, размышления детей, обобщение педагогов, выводы детей, совместные разработки детей и педагога по сохранению здоровья в быту (создание алгоритма, правил).

- Мероприятие становится руководством к полезному действию не только для детей, но и их семей. Осознание – без назидания!

Программа по созданию здоровьесберегающей среды в группах физкультурно – спортивного направления для обучающихся объединения «Каратэ»

МАУ ДО «Детско-юношеский центр им. В. Соломина» г. Перми



Целевая аудитория: обучающиеся секции «Каратэ», родители, педагог дополнительного образования секции «Каратэ».

Ответственные исполнители: педагог дополнительного образования Мартюшев А.В.

Цели: создание здоровьесберегающей среды, способствующей формированию личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психического и социального здоровья обучающихся.

Задачи:

1. сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни: режим дня, гигиена, питание, активный отдых;

2. использовать представления о единстве и взаимовлиянии различных видов здоровья человека: физического, психического (душевного), социального (здоровья семьи и школьного коллектива) для формирования ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни;

3. познакомить с навыками эмоциональной разгрузки (релаксации);

4. продолжить работу по формированию навыков коммуникативного позитивного общения;

5. научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Этапы мероприятия и описание:

Планирование работы для детей 1 года обучения:

Сентябрь: игра «В гостях у Мойдодыра», конкурс рисунков «Мои верные друзья», викторина по правилам дорожного движения.

Октябрь: беседа «Вредные привычки», микроисследование «Я плохо поступил, что мне делать?», день здоровья на свежем воздухе совместно с родителями (игра по станциям).

Ноябрь: составление недельного календаря «Мое настроение в школе и дома», тренинг «Мое настроение. Как настроить себя на занятие?».

Декабрь: беседа «Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься», акция «Поможем птицам» (выход в лес с родителями, развешивание кормушек).

Январь: игра «Что такое хорошо и что такое плохо?», день здоровья совместно с родителями (катание на коньках).

Февраль: консультация «Как сделать сон полезным?».

Март: игра по станциям «Путешествие в страну Здоровья».

Апрель: советы Домового «Разговор о правильном питании».

Май: поход «Дружные ребята».

Работа с родителями: собрание «Режим дня юного каратиста», анкетирование «Что ваш ребенок делает хорошо, а что плохо?», консультация «Психологические особенности младших школьников», круглый стол «Как влияет сон на самочувствие вашего ребенка, его поступки?», собрание «Как закалять своего ребенка?», организация спортивных игр и соревнований.

Планирование работы для детей 2-го года обучения:

Сентябрь: беседа «Почему мы боеем?».

Октябрь: спортивно-дидактическая игра «Что нам полезно – вредно?»

Ноябрь: выступление представителя патрульно-постовой службы (ППС)

Декабрь: советы Домового «Травник. Народная медицина», день здоровья на свежем воздухе совместно с родителями (игра по станциям).

Январь: мастер-класс «Точечный массаж при простуде», день здоровья совместно с родителями (катание на коньках).

Февраль: занятие «Вредные привычки. Роль телефона в жизни ребенка», викторина «Банные обычаи россиян».

Март: беседа «Безопасность при любой погоде», весёлые старты совместно с родителями.

Апрель: инструктаж «Правила безопасного поведения на воде».

Май: беседа «Огонь - друг, огонь - враг», поход совместно с родителями «В здоровом теле здоровый дух».

Работа с родителями: круглый стол «Причины и последствия детской агрессии», беседа с родителями о роли телефонов в жизни детей, собрание «Как уберечь ребенка от вредных привычек?».

Сроки реализации: 2021-2023 гг.

Индикаторы результата:

- Снижение уровня заболеваемости учащихся.
- Сформированность мотивации детей на сохранение и развитие здоровья, приобретение навыков здорового образа жизни.
- Отказ от вредных привычек и приобретение полезных.
- Формирование у родителей валеологического мышления, улучшение микроклимата семьи.

Информационный буклет «Пальминг» (методика для сохранения и укрепления здоровья глаз) для детей и родителей МАУ ДО «Детско-юношеский центр им. В. Соломина» г. Перми



Целевая аудитория: учащиеся и родители.

Ответственные исполнители: методист МАУ ДО ДЮЦ им. В. Соломина.

Цели: формирование ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья. Обучение способам профилактики глазных заболеваний.

Задачи: обучить детей и родителей одному из методов профилактики заболеваний глаз.

Этапы мероприятия и описание:

1. создать информационный буклет из двух страниц;
2. применить буклет в виде раздаточного материала после проведения беседы;
3. ежедневно применять пальминг учащимися и их родителями для профилактики развития заболеваний глаз.

Сроки реализации: постоянно.

Индикаторы результата:

- Ознакомление наибольшего количества детей и их родителей.
- Регулярное применение пальминга на практике.

Информационный буклет «ЗОЖ и вредные привычки: курение» МАУ ДО «Детско-юношеский центр им. В. Соломина» г. Перми



Целевая аудитория: учащиеся и родители.

Ответственные исполнители: методист МАУ ДО ДЮЦ им. В. Соломина.

Цели: формирование ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.

Задачи:

1. создать информационный буклет;
2. информировать детей и родителей о компонентах здорового образа жизни и о вреде курения.

Этапы мероприятия и описание:

1. создание информационного буклета из двух страниц;
2. применение буклета в виде раздаточного материала после проведения беседы.

Сроки реализации: постоянно в течение учебного года.

Индикаторы результата: ознакомление наибольшего количества детей и их родителей.

Проект «6 шагов к здоровью» МБДОУ «Детский сад № 4» ЗАТО Звездный



Целевая аудитория: дети среднего дошкольного возраста и их родители.

Ответственные исполнители: педагоги детского сада Гатауллина Е.Г., Цюрпита Т.А.

Цели: создание условий для охраны и укрепления физического и психического здоровья воспитанников ДОУ.

Задачи:

1. сформировать у детей средней группы мотивацию к занятиям физической культурой и спортом;
2. развить у дошкольников интерес к сохранению и укреплению здоровья;
3. сформировать у дошкольников устойчивый интерес к подвижным и дидактическим играм;
4. обогатить знания детей о правильных и здоровых привычках через различные формы образовательной деятельности;
5. воспитать у детей любовь к своему телу и сформировать навыки самообслуживания;
6. способствовать привлечению родителей в совместную деятельность через оптимизацию различных форм физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.

Этапы мероприятия и описание:

1 подготовительный этап - создание основы для реализации проекта:

1. определение проблемы;
2. изучение научной и методической литературы;
3. опрос среди родителей дошкольников «Ваше отношение к здоровью».

2 практический этап:

1 шаг «Сбалансированное питание»;

1. оформление стенгазеты «6 шагов к здоровью»;
2. акция с детьми и родителями «Правильное питание – залог здоровья»;
3. просмотр мультфильмов о правильном питании;
4. памятка для родителей «Полезная и здоровая еда помогает нам всегда»;
5. фотовыставка в группе ВК «Полезные рецепты нашей семьи»;
6. создание дидактической игры «Полезно, вредно», картотек пословиц и загадок.

2 шаг «Режим дня»;

1. консультация для родителей «Режим дня очень важен для дитя»;
2. развлечение для детей по гигиене и режиму дня «Помоги Лунтику»;
3. спортивный марафон «Активно мы с тобой проводим выходной»;
4. создание дидактической игры «Мой день».

3 шаг «Гигиена»;

1. памятка для родителей «О гигиене детей»;
2. конкурс для родителей и детей «Лучшее украшение для волос»;
3. создание дидактической игры «Разложи и расскажи», памятки «Как правильно мыть руки»;

4 шаг «Закаливание»;

1. консультация для родителей «Закаливание. Приемы закаливания»;
2. фотовыставка «Веселые коньки...»;
3. семейный марафон «Новогодние традиции»;
4. создание картотеки с закаливающими процедурами.

5 шаг «Движение»;

1. круглый стол для детей и родителей «Развитие физических качеств дошкольников»;
2. спортивное мероприятие для детей «Бравые солдаты»;
3. создание развивающих игр «Спортивное Домино», «Найди пару»;
4. создание картотеки с общеразвивающими упражнениями;

6 шаг «Лечебно-профилактическая работа»;

1. консультация для родителей «Профилактика плоскостопия и сколиоза»;
2. развлечение для детей «Здоровые ножки», «Мой помощник тренажер»;
3. конкурс для детей и родителей «Изготовление нетрадиционного оборудования для

занятий по ФИЗО»;

4. создание картотеки упражнений для профилактики плоскостопия и сколиоза».

7 шаг «Подведение итогов»;

Театральная постановка для родителей «За здоровьем в детский сад».

3 заключительный этап:

1. участие в конференции педагогических работников с докладом;
2. публикации в СМИ о проведенных мероприятиях;
3. выступление на педсовете для педагогических сотрудников, показ презентации и лэпбука

по итогам проекта.

Сроки реализации: сентябрь 2020 – май 2021.

Индикаторы результата:

- Повышение компетенции родителей по вопросам физической культуры и ЗОЖ. В проекте приняло участие 85% семей.

- Укрепление здоровья и развитие физических качеств детей дошкольного возраста. Заболеваемость детей снизилась на 10%.

- Обогащение РППС группы с помощью создания лэпбука «6 шагов к здоровью».

Муниципальный конкурс детских рисунков «Здоровое сердце» в Красновишерском городском округе.



Целевая аудитория: обучающиеся образовательных учреждений Красновишерского городского округа в возрасте от 5 до 10 лет.

Ответственные исполнители: отдел по социальной и молодежной политике администрации Красновишерского городского округа, Департамент муниципальных учреждений.

Цели: формирование у обучающихся образовательных учреждений ответственного отношения к собственному здоровью и приверженности здоровому образу жизни.

Задачи:

1. привлечь внимание обучающихся к вопросам профилактики социально значимых заболеваний и социально значимым проблемам общества;
2. повысить информированность обучающихся в вопросах, посвященных здоровому образу жизни (рациональное питание, двигательная активность, режим дня, профилактика вредных привычек и др.), пропаганда здорового образа жизни;
3. развить социальные инициативы на основе сотрудничества обучающихся и их педагогов, родителей (законных представителей);
4. поддержать творческую активность обучающихся;
5. популяризировать конкурсные работы.

Этапы мероприятия и описание:

1. прием заявок на участие в конкурсе;
2. подведение итогов конкурса, награждение победителей;
3. организация выставки детских рисунков «Здоровое сердце».

Сроки реализации: с 29 сентября по 16 ноября 2021 года.

Индикаторы результата: Для участия в конкурсе представили работы 123 ребенка.

По итогам конкурса на базе Центральной детской библиотеки им. Ф.Ф. Павленкова организована выставка детских рисунков «Здоровое сердце, которую посетили 1024 человека».

Дни здоровья «Здорово быть здоровым» в Красновишерском городском округе.



Целевая аудитория: население Краснокамского городского округа.

Ответственные исполнители: отдел по внутренней и социальной политике администрации Краснокамского городского округа.

Цели: улучшение здоровья населения, качества их жизни, формирование культуры, общественного здоровья, ответственного отношения к здоровью.

Этапы мероприятия и описание:

1. Проведение комплексных профилактических мероприятий (включая выезды на предприятия, в сельские территории) для населения Краснокамского городского округа.

Привлечение на территорию Краснокамского городского округа квалифицированных медицинских кадров – с целью проведения медицинских осмотров узкими специалистами.

Привлечение сотрудников центра психолого-медико-социального сопровождения, для консультаций.

2. Профилактические осмотры, диспансеризация взрослого населения, флюорография, тестирование на ВИЧ-инфекцию.

3. Повышение физической активности населения - проведение мастер-классов по скандинавской ходьбе, сдача нормативов ВФСК ГТО, проведение «Большой зарядки».

4. Профилактика вредных привычек - просмотры видеороликов, лекции, беседы.

5. Организация работы фитобара, где клиентам предлагают попробовать натуральные, а главное – полезные для здоровья напитки.

Сроки реализации: 2021-2024 гг.

Индикаторы результата: - Доля граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом в общей численности граждан: 2021 – 47%, 2020 – 50,4%, 2023 – 54,9%, 2024 – 56,5%.

- Доля населения Краснокамского городского округа, охваченная мероприятиями по формированию здорового образа жизни и профилактике заболеваний от общего числа жителей: 2021 – 31,0%, 2022 – 32,0%, 2023 – 33,0%, 2024 – 34,0%.

- Доля населения, прошедшая профилактические осмотры: 2021 – 65,0%, 2022 – 68,0%, 2023 – 70,0%, 2024 – 72,0%.

- Доля взрослого населения, прошедшая диспансеризацию: 2021 – 80,0%, 2022 – 81,0%, 2023 – 82,0%, 2024 – 83,0%.

- Доля взрослого населения, прошедшая тестирование на ВИЧ-инфекцию: 2021 – 24,5%, 2022 – 25,0%, 2023 – 25,5%, 2024 – 26,0%.

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни

МБОУ «Школа №154 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» г. Перми



Целевая аудитория: обучающиеся и их родители.

Ответственные исполнители: администрация, педагоги.

Цели: формирование знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Задачи:

1. сформировать у обучающихся представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
2. научить обучающихся осознанно выбирать поступки, поведение, позволяющие сохранять и укреплять здоровье;
3. научить соблюдать правила личной гигиены и развить готовность самостоятельно поддерживать своё здоровье;
4. сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
5. сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
6. дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомление и т.п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;
7. дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
8. обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
9. сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
10. сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
11. сформировать потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

Этапы мероприятия и описание:

1. Здоровьесберегающая инфраструктура:

- обеспечение соответствия состояния и содержания здания и помещений образовательного учреждения нормам и требованиям;

- проведение учебно - воспитательного процесса в соответствии с состоянием здоровья и физическими возможностями обучающихся и учителей;

- создание условий для сохранения и укрепления здоровья как важнейшего фактора развития личности.

2. Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки;

- использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся;

- введение любых инноваций в учебный процесс только под контролем специалистов;

- строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств;

- индивидуализация обучения (учёт индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности), работа по индивидуальным программам начального общего образования;

- ведение систематической работы с детьми с ослабленным здоровьем и детьми с ограниченными возможностями здоровья, посещающими специальные медицинские группы под строгим контролем медицинских работников.

3. Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы:

- полноценная и эффективная работа с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т.п.);

- рациональная и соответствующая организация уроков физической культуры на ступени начального общего образования;

- организация занятий по лечебной физкультуре;

- организация часа активных движений (динамической паузы) между 3м и 4м уроками;

- организация динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;

- организация работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;

- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней здоровья, соревнований, спортивных праздников и т.п.).

4. Реализация дополнительных образовательных программ:

- внедрение в систему работы образовательного учреждения программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс («Разговор о правильном питании», «Здоровейка», «Дополнительные занятия по ПДД», «Изучение основ пожарной безопасности»);

- проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и т.п.

5. Просветительская работа с родителями (законными представителями):

- лекции, семинары, консультации, курсы по различным вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющим на здоровье детей и т.п.;

- организация совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т.п.

Сроки реализации: с 01 января 2020 года по 01 сентября 2025 года.

Индикаторы результата:

- Знания о ценности своего здоровья и здоровья других людей для самореализации каждой личности и о том вреде, который можно нанести здоровью различными действиями.

- Знания о взаимозависимости здоровья физического и нравственного, здоровья человека и среды, его окружающей.
- Знания о важности спорта и физкультуры для сохранения и укрепления здоровья.
- Знания о положительном влиянии незагрязнённой природы на здоровье.
- Знания о возможном вреде для здоровья компьютерных игр, телевидения, рекламы и т.п.
- Отрицательная оценка неподвижного образа жизни, нарушения гигиены.
- Понимание влияния слова на физическое состояние, настроение человека.
- Соблюдение правил гигиены и здорового режима дня.
- Подвижный образ жизни (прогулки, подвижные игры, соревнования, занятие спортом и т.п.).

Программа «Школа - территория здоровья»

МАОУ «Средняя общеобразовательная школа №79» г. Перми



Целевая аудитория: администрация, педагоги, обучающиеся, сотрудники, родители.

Ответственные исполнители: администрация, педагоги.

Цели: создание организационно-педагогических условий для реализации целостной модели «Школа – территория здоровья», направленной на формирование здорового и безопасного образа жизни у всех участников образовательного процесса.

Задачи:

1. изменить принципы управления образовательной организацией;
2. изменить организацию педагогического процесса (учебного и воспитательного) на основе здоровьесбережения;
3. модернизировать подходы к предметной области «Физическая культура»;
4. создать в образовательной организации системы многоуровневого мониторинга.

Этапы мероприятия и описание:

Формы реализации проекта:

1. урочная и внеурочная деятельность;
2. проведение психологических тренингов, воспитательных мероприятий, проектов (совместно с родителями);
3. введение здоровьесберегающих технологий в учебную и внеурочную деятельность;
4. организация занятий лечебной физкультурой;
5. организация работы спортивных секций;
6. консультации с медицинскими работниками по вопросам здоровьесбережения педагогов, обучающихся, родителей;
7. организация проведения профилактических медицинских осмотров и диспансеризации обучающихся и педагогов;
8. проведение курсов повышения квалификации для педагогов;
9. разработка процедур и методов оценки деятельности школы в области развития здоровьесбережения;
10. организация совместной деятельности с социальными партнерами.

Сроки реализации: с 01 января 2020 года по 01 сентября 2025 года.

Индикаторы результата:

- Повышение уровня компетентности всех участников образовательного проекта в области здоровьесбережения.
- Повышение квалификации педагогического коллектива в вопросах здоровьесбережения обучающихся.
- Совершенствование инфраструктуры образовательной организации для здоровьесберегающей и спортивно-оздоровительной деятельности.
- Пополнение библиотеки научно-методической литературой.
- Соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил.
- Создание системы родительских собраний, проведение родительских клубов, встреча со специалистами по вопросам здоровьесбережения.
- Во всех классах введение 3 часов физической культуры.
- Формирование базовых способов двигательной деятельности и физкультурных знаний.
- Реализация оздоровительных направлений (осанка, дыхание, закаливание).
- Организация двигательного режима занятий в зависимости от физкультурной группы.
- Создание портфеля диагностик здоровьесберегающей деятельности образовательной организации.
- Отслеживается динамика показателей здоровья (общего показателя здоровья; травматизма в образовательной организации, в том числе дорожно-транспортного; показателя количества пропусков занятий по болезни).
- Определена положительная динамика состояния здоровья школьников, сокращение количественных показателей детей группы риска.
- Сформированы ценностные ориентиры на здоровый образ жизни у младших школьников.
- Создан сайт по вопросам здоровьесбережения в образовательной организации.

Программа «Сохранение и укрепление здоровья»

МАОУ «Средняя общеобразовательная школа №47» г. Перми



Целевая аудитория: коллектив образовательного учреждения, обучающиеся и их родители.

Ответственные исполнители: администрация, педагоги.

Цели: создание для всех участников образовательного процесса условий, позволяющих сохранить и укрепить их здоровье и формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.

Задачи:

1. создать условия для обеспечения охраны здоровья, полноценного физического развития и формирования потребностей здорового образа жизни всех участников образовательного процесса;

2. создать систему учета и контроля состояния здоровья детей;

3. сформировать у детей, учителей и родителей осознанную необходимость заботиться о здоровье, заинтересованное отношение к укреплению своего здоровья; овладеть теоретическими знаниями и практическими навыками по развитию физических качеств, поддержанию нормативного здоровья средствами физической культуры;

4. улучшить социально – психологический климат в коллективах;

5. улучшить материально – техническую базу учреждения в соответствии с санитарно – гигиеническими требованиями;

6. повысить взаимодействие школы с представителями здравоохранения, спорта, культуры, с общественными организациями, с представителями средств массовой информации.

Этапы мероприятия и описание:

1. Здоровье детей и основные виды деятельности школьников.

а) Диагностика:

- медицинские осмотры учащихся врачами, определение групп здоровья учащихся;
- мониторинг физического развития учащихся;
- анкетирование учащихся.

б) Оздоровление:

- оптимизация режима учебного процесса;
- профилактика заболеваемости: самомассаж, дыхательная гимнастика, динамические паузы, гимнастика для глаз, упражнения для коррекции осанки, фиточай, ароматизация помещений (чеснок), прививки.
- организация сквозного проветривания классных комнат до уроков и на переменах;
- оздоровительно – досуговый лагерь с дневным пребыванием;
- контроль за организацией летнего отдыха, труда и занятости школьников.

в) Двигательная активность:

- прогулки на свежем воздухе;
- артикуляционная гимнастика;
- физическая зарядка;
- гимнастика для глаз;
- пальчиковая гимнастика;
- спортивный досуг: план внеурочной деятельности по сохранению и укреплению здоровья;
- уроки физкультуры, занятия ритмикой, занятия в спортивных секциях.

г) ЗОЖ:

- уроки здоровья;
- соблюдение гигиенических правил и норм при работе с компьютером;
- профилактика наркомании, курения, алкоголизма;
- классные часы, индивидуальные беседы;
- проведение бесед по формированию гигиенических знаний, норм и правил здорового образа жизни среди учащихся;
- экскурсии, походы;
- экологические десанты;
- трудовые бригады;
- районные выставки, конкурсы.

д) Психическое здоровье:

- щадящий режим при обучении для детей ОВЗ;
- на всех уроках применение специальных коррекционных упражнений для развития психических процессов для детей с ОВЗ;
- разноуровневое обучение;
- индивидуальный подход в обучении и воспитании;
- создание ситуации успеха для каждого ученика;
- охрана психического здоровья: использование приёмов релаксации (музыкальные паузы).

е) Нравственное здоровье:

- на всех уроках создание обстановки коллективного творчества, психологического комфорта, воспитание у учащихся чувства сопричастности, милосердия, сострадания, глубины уважения к старшим, сверстникам и младшим, прошлому, настоящему и будущему своего народа;
- оказание шефской помощи престарелым и инвалидам, организация для них праздничных поздравлений;
- включение детей с ОВЗ и инвалидов к посильной для них работе в рамках классных коллективов;

- общественные работы по благоустройству территории.

2. Здоровье работников и условия их плодотворного труда:

- создание безопасных условий для педагогов и работников;

- обеспечение необходимого уровня работоспособности членов коллектива через создание здорового морально-психологического климата, обстановки товарищеской требовательности, доверия, взаимопомощи, ответственности за дела коллектива и отдельных его членов;

- анкетирование «Мое здоровье»;

- организация дней здоровья в школе и вовлечение в его участие педагогов образовательного учреждения;

- переподготовка и повышение квалификации педагогов по вопросам культуры сбережения здоровья.

3. Работа с родителями:

- проведение родительских собраний, посвященных возрастным особенностям обучающихся, проблемам наркозависимости и табакозависимости, профилактике правонарушений несовершеннолетними;

- анкетирование родителей;

- день здоровья;

- информация о диагностике состояния здоровья учащихся;

- школьные праздники, спортивные соревнования.

4. Создание здоровьесберегающей среды:

- замена морально – устаревшей мебели в кабинетах;

- издание локальных актов по сохранению и развитию здоровья обучающихся;

- организация качественного питания: разработка примерного 10 –дневного меню в соответствии с принципами здорового питания, витаминизация пищи (витамин «С» в третье блюдо), использование йодированной соли при изготовлении обедов, обучение учащихся культуре питания, привлечение общешкольного родительского комитета к контролю за организацией питания;

- организация питьевого режима;

- принятие мер по улучшению состояния спортивной базы (нестандартное оборудование).

5. Сотрудничество с другими учреждениями.

Сроки реализации: 2021-2026 гг.

Индикаторы результата:

- Создание безопасных условий для обеспечения охраны и укрепления здоровья, полноценного физического развития.

- Повышение культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся.

- Снижение уровня заболеваемости детей простудными заболеваниями, плоскостопием и нарушениями осанки.

- Социальная адаптация (средствами образования) детей с проблемами в развитии и ограниченными возможностями здоровья.

- Увеличение количества обучающихся, отказавшихся от вредных привычек.

- Стимулирование внимания школьников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни и рациональной двигательной активности.

- Использование всех возможностей пропаганды здорового образа жизни.

- Разработка и внедрение системы мер по сохранению и укреплению здоровья детей в практику работы образовательного учреждения.

Корпоративная программа «Укрепление здоровья работников Муниципального бюджетного учреждения «Многопрофильный молодёжный центр» г. Чайковский



Целевая аудитория: работники учреждения.

Ответственные исполнители: администрация, ГБУЗ ПК «ЦОЗМП» (филиал в г. Чайковский).

Цели: сохранение и укрепление здоровья работников учреждения, повышение знаний в области физической культуры, рационального питания и формирование психоэмоционального благополучия, создание здоровьесберегающих условий.

Задачи:

1. создать мотивацию у сотрудников к ведению здорового образа жизни;
2. сформировать навыки ведения здорового образа жизни;
3. создать здоровьесберегающую среду.

Этапы мероприятия и описание:

1. Апрель, май 2021 года - организация профилактических медицинских осмотров работников. Выявление отклонений от нормативных показателей, выявление рисков для здоровья, получение рекомендаций по ведению ЗОЖ и сохранению здоровья и долголетия.

2. Обеспечение сотрудников возможностью получения полноценного горячего питания, а также свободным доступом к питьевой воде.

3. Оформление тематических уголков здоровья, стендов, плакатов, информационных буклетов в каждом корпусе молодежного центра.

4. Во взаимодействии со специалистами ГБУЗ ПК «ЦОЗМП» с целью информационного просвещения и обучения сотрудников молодежного центра проведение лекций на тему

организации здорового питания: «Наиболее частые ошибки в питании», «Безопасность продуктов питания», «Принципы рационального питания», «Питание при гиперхолестеринемии и избыточной массе тела», «Витамины и здоровье».

5. Периодическое размещение информации на странице МБУ «ММЦ» в социальной сети «ВКонтакте».

6. В целях предупреждения распространения новой коронавирусной инфекции, обеспечено соблюдение следующих требований: утверждение и соблюдение графика обработки, уборки и проветривания помещений корпусов учреждения, приобретение бесконтактных термометров для измерения температуры тела у работников. Ведение специальных журналов. Обеспечение каждого корпуса учреждения рециркуляторами воздуха, санайзерами и дезинфицирующими антибактериальными гелями для рук, медицинскими масками.

7. Поддержание психологического и эмоционального климата в коллективе молодежного центра через проведение корпоративных мероприятий, которые соответствуют принципам эмоционального здоровья и способствуют формированию взаимоотношений в формате «здоровый работник – эффективный работник».

8. Проведено 3 лекции медицинских работников, успешных людей, ведущих здоровый образ жизни, которые стали убедительным примером для работников учреждения.

Сроки реализации: с 2021 г. постоянно.

Индикаторы результата:

- Осведомленность работников о состоянии своего здоровья.
- Повышение ответственности за индивидуальное здоровье и приверженности к здоровому образу жизни.
- Соблюдение здорового образа жизни работниками и безопасности труда.
- Медицинский осмотр в 2021 г. прошли 58 работников учреждения (90%).
- 30 сотрудников учреждения прошли углубленный медицинский осмотр в рамках подготовки к летней оздоровительной кампании 2021 года.
- 100% сотрудников учреждения в течение рабочего времени обеспечены свободным доступом к питьевой воде не далее 100 м от рабочего места.
- С информационными материалами о ЗОЖ ознакомились 58 сотрудников учреждения (90%).
- Количество сотрудников, посетивших лекции о ЗОЖ - 32 человека (50%).
- В каждом корпусе учреждения установлены кулеры с питьевой водой и микроволновки для разогревания пищи, холодильники – для хранения продуктов, организована зона для приема индивидуального горячего питания.
- 80% сотрудников центра прошли вакцинацию и ревакцинацию против новой коронавирусной инфекции.
- В 2021 году проведено 2 корпоративных мероприятия с охватом 70 человек.

Программа деятельности социально-профилактической направленности «СВОЙ ВЫБОР»

МБУ «Многопрофильный молодежный центр»
Чайковского городского округа



Целевая аудитория: студенческая молодежь, проживающая в общежитиях учреждений СПО.

Ответственные исполнители: главный специалист по социальной работе с молодежью, главный специалист по работе с молодежью, методист.

Цели: профилактика социально-опасных явлений через организацию мероприятий социально-профилактической направленности и создание условий для формирования у студентов осознанного устойчивого отношения к ведению здорового образа жизни.

Задачи:

1. организовать цикл мероприятий социально-профилактической направленности;
2. сформировать позитивные ценностные ориентации, определяющие выбор социально приемлемого безопасного поведения;
3. сформировать устойчивый интерес к ведению здорового образа жизни;
4. повысить уровень социальной активности студенческой молодежи через включение в деятельность молодежного центра.

Этапы мероприятия и описание:

1. определить конкретную проблему социально-опасного явления, существующую в среде студенческой молодежи;
2. определить тему мероприятия и форму его проведения (КВИз, квест, ролевая игра, просмотр и обсуждение тематического видеоролика, познавательная игра, тематический кроссворд и др.);

3. разработать тематический сценарий;
4. решить технические вопросы сопровождения мероприятия;
5. провести мероприятие социально-профилактической направленности;
6. получить обратную связь от участников мероприятия (интерактивная рефлексия, опрос);
7. анализ результатов, внесение корректировок с целью повышения эффективности мероприятий;
8. подготовка следующих тем и выбор формата проведения мероприятия.

Сроки реализации: постоянно (круглогодично).

Индикаторы результата:

- методическое обеспечение и сопровождение практики;
- наличие программы деятельности объединения «Свой выбор»;
- обеспеченность реализации программы кадровыми и техническими ресурсами;
- востребованность учебными заведениями СПО мероприятий профилактической направленности;
- перечень мероприятий социально-профилактической направленности;
- осознанное ведение ЗОЖ участниками;
- активное включение студенческой молодежи в деятельность МБУ «Многопрофильный молодежный центр»;
- мероприятия социально-профилактической направленности представляют систему мер первичной профилактики с целью формирования ценностных ориентаций, определяющих выбор социально приемлемого безопасного поведения молодежи и ведения здорового образа жизни.

Корпоративная программа «Правильное питание – основа здорового образа жизни»

МБУК «Чайковская централизованная библиотечная система»
г. Чайковский



Целевая аудитория: работники учреждения.

Ответственные исполнители: администрация МБУК «Чайковская ЦБС», ГБУЗ ПК «ЦОЗМП» (филиал в г. Чайковский).

Цели: формирование у сотрудников приверженности к здоровому питанию, профилактика раннего старения организма. Увеличение доли сотрудников, ведущих здоровый образ жизни, включая соблюдение принципов здорового питания. Повышение уровня информированности сотрудников о требованиях к качеству пищевой продукции, о значении в питании основных пищевых веществ, о правилах выбора пищевых продуктов для формирования здорового рациона питания.

Задачи:

1. создать мотивацию у сотрудников к ведению здорового образа жизни;

2. сформировать навыки ведения здорового образа жизни;
3. обучить сотрудников принципам здорового питания.

Этапы мероприятия и описание:

1. Проведение первичного обследования сотрудников МБУК «Чайковская ЦБС».

По результатам обследования, сотрудникам рекомендовано уделить особое внимание здоровому питанию.

2. Разработка и проведение акций по формированию основ правильного питания: создание информационного ресурса с полезной информацией по принципам здорового питания и правилам безопасного потребительского поведения; распространение буклетов и закладок; размещение роликов на сайте МБУК «Чайковская ЦБС»; организация тематических выставок в структурных подразделениях учреждения, проведение информационно-просветительских занятий.

В течение года в структурных подразделениях организовано 6 тематических выставок: «Здоровое питание», «Правильное питание – основа ЗОЖ», «Здоровое питание – путь к долголетию», «Принципы здорового питания», «Витамины и здоровье», «Безопасность продуктов питания».

В соответствии с тематикой книжных выставок, изданы и распространены книжные закладки и буклеты.

На сайте МБУК «Чайковская ЦБС» транслировались виртуальные выставки, видео: «Личная шкала здоровья», «Правила здоровья», «День борьбы с ожирением».

Для сотрудников учреждения организована лекция: «Рациональное питание и профилактика факторов риска здоровью».

Сроки реализации: с 2021 г. постоянно.

Индикаторы результата:

- Медицинское обследование прошло 27 человек.
- По результатам первичного обследования выявлены факторы риска: нерациональное питание - 85,2%, ожирение – 18,5%.
- Количество проведенных мероприятий – 12, количество сотрудников, посетивших информационно-просветительские мероприятия – 42 человека, выпущена печатная продукция – 130 экземпляров.

Корпоративная программа «Укрепление здоровья работников МБОУ «Средняя образовательная школа №1» Чайковского городского округа» СОШ №1, г. Чайковский



Целевая аудитория: педагоги СОШ №1.

Ответственные исполнители: администрация СОШ №1, ГБУЗ ПК «ЦОЗМП» (Чайковский филиал).

Цели: увеличение доли работников СОШ №1, ведущих здоровый образ жизни.

Задачи:

1. организовать мероприятия, направленные на снижение распространенности поведенческих факторов риска хронических неинфекционных заболеваний среди сотрудников;
2. создать благоприятные условия в организации для ведения здорового и активного образа жизни;
3. провести для работников профилактические мероприятия.

Этапы мероприятия и описание:

1. Анализ рисков здоровью. Выезд сотрудников ГБУЗ ПК «ЦОЗМП» в СОШ №1 для проведения профилактических мероприятий, забор анализов, выявление отклонений от нормативного значения, рекомендации врача - специалиста по нормализации показателей.
2. Командно - спортивные мероприятия организуются посредством предоставления возможности бесплатных спортивно - оздоровительных комплексов для занятий массовыми и игровыми видами спорта (футбол, волейбол, баскетбол, танцы, группы здоровья), а также путем организации и проведения разного рода спортивных состязаний по игровым и командным видам спорта и индивидуальному участию работников (сдача норм ГТО).

3. Формирование меню столовой в соответствии с критериями рациона для здорового питания. Включение рыбных блюд (в качестве основных блюд на горячее) в меню не менее двух раз в неделю. Обязательное ежедневное наличие в категории «салаты» блюд из сырых свежих овощей и фруктов (согласно сезону). Введение в меню столовой диетического питания.

4. Лекции на темы: «Наиболее частые ошибки в питании», «Принципы здорового питания», «Питание при гиперхолестеринемии и избыточной массе тела», «Антистресс», «Артериальная гипертензия».

5. Еженедельные совещания с сотрудниками учреждения с целью снижения напряженности в коллективе. Количество совещаний за год не менее 30.

Работа продолжается по направлениям: профилактика заболеваемости в коллективе и формирование приверженности ЗОЖ.

Сроки реализации: с 27.01.2020г. до 31.12.2025г.

Индикаторы результата:

- Осведомленность работников о состоянии своего здоровья (70%).
- Повышение информированности о здоровом образе жизни на 40%.
- Сокращение доли лиц с факторами риска развития хронических неинфекционных заболеваний.

- За период действия корпоративной программы (январь 2020 - май 2021), у сотрудников СОШ №1 улучшились показатели здоровья, а именно: повысилась физическая активность у 10%, снизилась масса тела у 22%, нормализовано артериальное давление у 25%, достигнуты нормы глюкозы в крови у 28%, нормализован жировой обмен у 21% сотрудников. Отмечается значительное влияние мероприятий по приверженности сотрудников здоровому питанию на общий уровень показателей здоровья.

Корпоративная программа «Укрепление здоровья сотрудников МБУ ДО «Чайковская детская школа искусств №1» Чайковского городского округа»

МБУ ДО «ЧДШИ №1», г. Чайковский



Целевая аудитория: работники МБУ ДО «ЧДШИ №1».

Ответственные исполнители: администрация СОШ №1, ГБУЗ ПК «ЦОЗМП» (Чайковский филиал).

Цели: продвижение здорового образа жизни в коллективе, сохранение и укрепление здоровья персонала на рабочем месте, профилактика заболеваний и потери трудоспособности.

Задачи:

1. организовать мероприятия по повышению осведомленности, направленные на снижение распространенности поведенческих факторов риска хронических неинфекционных заболеваний среди сотрудников;
2. организовать информационные мероприятия в области укрепления здоровья и профилактики различных инфекционных и неинфекционных заболеваний среди работников;
3. создать благоприятную рабочую среду (сплочение коллектива) для укрепления здоровья и благополучия сотрудников организации;
4. создать благоприятные условия в организации для ведения здорового и активного образа жизни;
5. провести для работников профилактические мероприятия.

Этапы мероприятия и описание:

1. Создание рабочей группы;
2. Организационные мероприятия:
 - воспитание у работников более ответственного отношения к своему здоровью с использованием различных подходов;

- проведение инструктажей персонала;
- контроль за проведением периодических медицинских осмотров и диспансеризации;

3. Мероприятия, направленные на повышение физической активности:

- командно-спортивные мероприятия, спартакиады, турниры, спортивные конкурсы, велопробеги;
- соревнования с использованием «шагомера»;
- дни здоровья – акции: «На работу пешком», «На работу на велосипеде», «Встань с кресла», «Неделя без автомобиля» и др.;
- проведение коллективного отдыха на свежем воздухе с активными играми;
- повышение информированности работников о пользе физической активности и мотивации к повышению уровня физической активности;

4. Мероприятия, направленные на формирование приверженности к здоровому питанию:

- информирование работников об основах рациона здорового питания;
- доступ к «чистой воде»;
- создание для сотрудников оборудованных мест для приема пищи с размещением информационных материалов по вопросам здорового питания и снижения веса;
- проведение тематических дней здорового питания, посвященных достаточному потреблению овощей и фруктов;

5. Мероприятия, направленные на борьбу с курением:

- оценка соблюдения законодательства на предмет запрета курения в помещениях и на территории организации;
- информирование сотрудников о вредных воздействиях курения с использованием всех возможных каналов, размещение в общественных местах информационных бюллетеней и плакатов о вреде курения;

6. Мероприятия, направленные на борьбу с пагубным употреблением алкоголя:

- информирование работников о влиянии алкоголя на организм и о социальных последствиях, связанных с потреблением алкоголя;
- организация консультативной помощи по вопросам, связанным с пагубным употреблением алкоголя;
- организация безалкогольных корпоративных мероприятий с пропагандой здорового образа жизни;

7. Мероприятия, направленные на борьбу со стрессом:

- проведение консультаций, семинаров по управлению конфликтными ситуациями;
- разработка мероприятий, направленных на противодействие профессиональному выгоранию;
- положительная оценка руководителем результатов труда работников, выражение благодарности за успешно выполненные задания, поощрение общения сотрудников друг с другом;
- аппаратные совещания для решения возникших проблем.

Сроки реализации: с апреля 2022 г. постоянно.

Индикаторы результата:

- Изменение отношения работников к своему здоровью.
- Приверженность сотрудников к ЗОЖ.
- Выявление заболеваний на ранней стадии.
- Сокращение затрат на медицинское обслуживание.
- Сокращение трудопотерь по болезни.
- Снижение текучести кадров.
- Снижение заболеваемости работников.
- Увеличение количества работников, ведущих ЗОЖ.

Мероприятия, направленные на повышение двигательной активности

Клуб любителей бега «Семигорье»

МАУ ДО «Чердынский центр дополнительного образования»



Целевая аудитория: все население в возрасте от 6 лет до 70 лет и старше

Ответственные исполнители: администрация Чердынского городского округа, Управление муниципальными учреждениями администрации Чердынского городского округа, Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «Чердынский центр дополнительного образования».

Цели: повышение двигательной активности населения, привлечение к регулярным занятиям физической культурой и спортом детей разного возраста и их родителей, старшего поколения посредством проведения спортивного праздника на местности с использованием естественного рельефа.

Задачи:

1. сформировать потребность у населения всех возрастных категорий в занятиях физической культурой и спортом;
2. привлечь максимальное количество людей к занятиям физической культурой и спортом;
3. улучшить экологическое (санитарное) состояние городских объектов – Троицкого и Вятского холмов;
4. активизировать спортивное и экологическое движения среди молодежи.

Этапы мероприятия и описание:

1. Поиск и вовлечение участников мероприятий, привлечение волонтеров для уборки территорий от мусора и подготовки трассы соревнований.

2. Оценка и создание информационных ресурсов.

3. Разработка и проведение информационных кампаний по формированию основ здорового образа жизни у населения (создание информационного ресурса с полезной информацией по здоровому образу жизни; размещение листовок, наружной рекламы, трансляция на мультимедиа-экранах, размещение информации в сети Интернет (сайт образовательной организации, средства массовой информации).

4. Организация тренировочного процесса для потенциальных участников соревнований, создание безопасных условий проведения.

5. Вертикальный забег «Князь Горы» на Троицкий и Вятские холмы, т.е. подъем по крутому склону с использованием туристической страховки.

Все действие привязано к историческим местам древней Чердыни, что способствует популяризации туристического потенциала города. Проведенный в рамках проекта забег, упрочит имидж Чердыни как спортивной столицы Верхнекамья среди любителей бега.

Сроки реализации: 2012-2022 гг., ежемесячное проведение массовых забегов.

Индикаторы результата:

- Общее количество участников забегов составляет не менее 1000 человек.
- Увеличение участников забегов от 25 до 283 человек за период существования клуба.
- Переход участников от дистанции 500 метров на дистанции до 100 километров.
- Повышение физической активности населения.

Участие населения Октябрьского городского округа в проекте «Человек идущий», реализуемом общероссийской общественной организацией «Лига здоровья нации»
Октябрьский городской округ



Целевая аудитория: работники администрации Октябрьского городского округа, Управления культуры, спорта и молодежной политики, МБУ «Централизованная бухгалтерия образовательных организаций Октябрьского городского округа», учителя и дети МБОУ «Октябрьская СОШ № 1» и МБОУ «Октябрьская СОШ № 2», студенты Октябрьского филиала ГБПОУ «Краевой политехнический колледж».

Ответственные исполнители: администрация.

Цели: мотивирование людей к повышению ежедневной физической активности. Увеличение количества людей, систематически занимающихся физической культурой и спортом.

Задачи:

1. увеличить ежедневную двигательную активность населения;
2. обучить население использованию специального мобильного приложения «Человек идущий»;
3. сформировать потребность у населения в занятиях физической культурой и спортом.

Этапы мероприятия и описание:

1. Проведение информационной работы с населением о предстоящем мероприятии.
2. Формирование двух команд от Октябрьского городского округа.
3. Все участники бесплатно скачали и зарегистрировались в мобильном приложении «Человек идущий», которое в реальном времени осуществило подсчет шагов каждого участника и сформировало рейтинг команды.
4. Среди межмуниципальных команд Октябрьский городской округ занял 117 место из 392 команд участников. Среди межкорпоративных команд Октябрьский городской округ занял 404 место из 1202 команд.
5. Все участники были награждены сертификатами.

Сроки реализации: с 15 октября 2021 года по 15 ноября 2021 года.

Индикаторы результата:

Примерно 2/3 участников соревнований оставили мобильное приложение по подсчету шагов и продолжают заниматься ходьбой на системной основе.

Фестиваль скандинавской ходьбы МАУК «Центр культуры и досуга» г. Кунгура



Целевая аудитория: взрослое население г. Кунгура.

Ответственные исполнители: МАУК «Центр культуры и досуга».

Цели: увеличение в Кунгурском муниципальном округе количества людей, систематически занимающихся спортом. Повышение уровня физической подготовленности занимающихся, коррекция избыточной массы тела, оздоровление и закаливание организма, профилактика заболеваний суставов и позвоночника, повышение функциональных возможностей дыхательной и сердечно-сосудистой систем. Сохранение здоровья, ведение активного образа жизни, позитивное мышление в пожилом возрасте.

Задачи:

1. активная пропаганда здорового образа жизни;
2. вовлечь в регулярные занятия двигательной активностью население г. Кунгура;
3. сформировать потребность у населения в занятиях физической культурой и спортом;
4. обучить население правильной технике скандинавской ходьбы.

Этапы мероприятия и описание:

В рамках мероприятия «Мы выбираем спорт», на территории Кунгурского муниципального округа реализуется проект «Подтянись к движению!». Проект реализуется при поддержке Министерства физической культуры и спорта Пермского края. В рамках проекта, для развития спорта на территории Кунгурского муниципального округа, было приобретено спортивное оборудование, а это комплекты лыж, скандинавские палки, велосипеды.

Проект направлен на вовлечение в регулярные занятия двигательной активностью и

укрепление общего физического здоровья населения с помощью создания для них доступной и персонифицированной системы регулярных занятий под руководством профессиональных тренеров - инструкторов, проведения мотивирующих к занятиям спортом мероприятий (тренировки, конкурсы и челленджи), а также поддержки и пропаганды практик здорового образа жизни.

Возможностей у населения заниматься спортом стало больше. Восемь инструкторов по направлению лыжных гонок, бега, скандинавской ходьбы и велоспорта работают на сельской территории.

Систематические занятия проходят 3-4 раза в неделю, по 2 академических часа. Индивидуальный подход и профессионализм инструкторов делают жизнь населения спортивной и разнообразной.

Фестивалю скандинавской ходьбы «Ходоки» был дан старт 29.11.2021г. в 15.00 ч. в 24 населенных пунктах Кунгурского муниципального округа (с. Плеханово, с. Калинино, с. Моховое, с. Серга, п. Ергач, с. Ленск, с. Зуята, с. Зарубино, с. Бырма, п. Голдыревский и др.), в которых на дистанции 3 километра стартовало 265 любителей скандинавской ходьбы.

23 учреждения культуры (с. Серга, с. Троицк, с. Ленск, с. Юговское, с. Кыласово, с. Бажуки и др.) и 368 участников приняли участие в Фестивале скандинавской ходьбы «Новогодние СкороХОДы» 17.12.2021г. Все желающие в карнавальных костюмах прошли дистанцию в 3 километра.

Участники ветеранского клуба «Библиопалитра» при структурном подразделении МАУК «Кунгурская ЦБС» «Моховская библиотека» приняли активное участие в Фестивалях скандинавской ходьбы. Постоянный состав участников - 9 человек в возрасте от 56 до 80 лет. Члены клуба «Библиопалитра» занимаются на уличных тренажерах в селе Моховое 2-3 раза в неделю. Зимой члены клуба ходят на лыжах, круглый год занимаются скандинавской ходьбой. В библиотеку женщины нередко приходят с палками для ходьбы - двойная польза: и здоровьем занимаются, и духовную пищу в виде книг получают. Проводят совместные праздники, играют в активные игры, танцуют, гуляют на свежем воздухе. Библиотекари приглашали на библиотечную встречу терапевта, который рассказал участникам клуба о кровяном давлении, в частности, кому, как и зачем его контролировать.

В мероприятиях приняли участие жители всех возрастов.

Скандинавская ходьба - популярный вид физической активности, который пользуется спросом среди жителей сельских территорий.

Сроки реализации: 2021 – 2023 гг.

Индикаторы результата:

- 29.11.2021г. Фестиваль скандинавской ходьбы «Ходоки» (265 участников).
- 17.12.2021г. Фестиваль скандинавской ходьбы «Новогодние СкороХОДы» (368 участников).
- Увеличение количества участников на Фестивале скандинавской ходьбы «Новогодние СкороХОДы» на 103 человека.
- Участники ветеранского клуба «Библиопалитра» в результате регулярных занятий скандинавской ходьбой улучшают свое здоровье, общаются, проводят время на свежем воздухе.

Программа «День здоровья»

МАОУ «Специальная коррекционная общеобразовательная школа для учащихся с ограниченными возможностями здоровья» г. Кунгура



Целевая аудитория: учащиеся и их родители, педагоги МАОУ «СКОШ для учащихся с ОВЗ».

Ответственные исполнители: МАОУ «СКОШ для учащихся с ОВЗ» г. Кунгура.

Цели: повышение уровня физической активности обучающихся, профилактика гиподинамии, приобщение к здоровому образу жизни через спортивные соревнования, сплочение детского коллектива, вовлечение родителей (законных представителей) в совместную с детьми спортивную деятельность, направленную на формирование ЗОЖ.

Задачи:

1. увеличить двигательную активность детей;
2. приобщить детей и родителей к ведению здорового образа жизни.

Этапы мероприятия и описание:

1. Создание приказа по школе о проведении Дня здоровья (назначение ответственных, утверждение программы мероприятия)
2. Подготовка программы мероприятий для 1-4, 5-9 классов, классов категории «Особый ребенок».
3. Подготовка необходимого инвентаря и оборудования.

4. Проведение инструктажа для учащихся, для педагогов и родителей – непосредственных участников мероприятия (судьи на этапах, станциях).

5. Проведение мероприятия.

6. Подведение итогов, награждение (отмечаются лучшие учащиеся наградами материалами, вручаются благодарности активным участникам (педагогам и родителям).

7. Информация о результатах активных участников размещается на официальном сайте образовательной организации и в «ВКонтакте».

Для учащихся 1 – 4, 5 – 9 классов Дни здоровья проходят на городском стадионе «Труд». Учащиеся соревнуются в прыжках в длину, беге на различные дистанции, в попадании в цель (дартс, кольцо брос, баскетбольного мяча в корзину), метании мяча.

В зимний период времени данное мероприятие называется «Звонкий лед»: соревнования на коньках. Те, кто впервые пришел на каток, овладевают навыками шнуровки коньков и передвижения.

Для учащихся категории «Особый ребенок» Дни здоровья проходят в городском парке в игровой форме с привлечением родителей. Дети активно принимают участие во всех играх и соревнованиях. Мероприятие превращается в настоящий спортивный праздник. Дети, родители и педагоги получают заряд положительных эмоций. Значительную помощь ученикам с особыми образовательными потребностями оказывают родители.

Из учащихся, показавших лучшие результаты, формируется спортивная команда школы. На протяжении обучения в школе учащиеся защищают честь школы на спортивных соревнованиях на уровне города, края, России в рамках Специальной Спартакиады, спорта ЛИН.

Сроки реализации: сентябрь (1 день), февраль (1 день), май (1 день), ежегодно с 2008 года.

Индикаторы результата:

- Количество учащихся, родителей и педагогов, принявших участие в мероприятии.
- Ежегодно в данном мероприятии принимаю участие 100 % обучающихся и педагогов, 50 % родителей.

Практика «Ледниковый период» МБУ «Многопрофильный молодежный центр» Чайковского городского округа



Целевая аудитория: участники секции хоккея, жители Чайковского городского округа в возрасте от 3-х до 80 лет.

Ответственные исполнители: методист, инструктор по спорту, администраторы.

Цели: создание условий для занятий хоккеем и массового катания на коньках жителей Чайковского городского округа.

Задачи:

1. организовать тренировочные занятия хоккеем для 4-х возрастных групп;
2. мотивировать подростков и молодежь к ведению здорового образа жизни через занятия хоккеем;
3. создать условия для организации досуга и семейного отдыха жителей Чайковского городского округа в свободное от занятий хоккеем время;
4. сформировать устойчивый интерес к ведению здорового образа жизни жителей Чайковского городского округа.

Этапы мероприятия и описание:

1. создание безопасных условий для занятий хоккеем и массовым катанием на коньках: подготовка хоккейного поля, выравнивание основы и формирование «подушки», заливка и шлифовка льда, ревизия бортов и сетки-рабицы, хоккейных ворот, уличного освещения;
2. формирование 4-х групп по возрастам для организации занятий хоккеем;
3. организация занятий по технике безопасности для каждой группы занимающихся;

4. наличие медицинских справок о состоянии здоровья участников групп;
5. обеспечение защитной экипировкой;
6. проведение ежедневных тренировочных занятий для групп с учетом их возрастных особенностей;
7. проведение товарищеских встреч по хоккею (еженедельно: суббота, воскресенье);
8. проведение традиционных тематических турниров, посвященных календарным праздникам (рождественский турнир, открытое первенство по хоккею «Ледовая атака», посвященное Дню защитника отечества, первенство по шорт-треку и др.);
9. организации досуга и семейного отдыха для жителей Чайковского городского округа в свободное от занятий хоккеем время.

Сроки реализации: осенне-зимний сезон ежегодно.

Индикаторы результата:

- методическое обеспечение и сопровождение практики с целью создания здоровьесберегающих условий: программа деятельности секции «Хоккей/футбол» (вариативная программа, программа деятельности секции «Хоккей+», правила поведения во время занятий хоккеем и массового катания на коньках, рациональный алгоритм занятий;
- обеспеченность кадровыми и техническими ресурсами;
- безопасный лед, отсутствие травматизма;
- участие молодежной хоккейной команды «Витязь» в муниципальном и краевом этапах Всероссийского турнира НХЛ (ночная хоккейная лига);
- массовый характер практики: доступность и открытость площадки для массового катания на коньках;
- востребованность хоккейной коробки и занятий подростков и молодежи в спортивной секции;
- востребованность хоккейной коробки жителями ЧГО для организации досуга в осенне-зимний период.

Проект здоровьесформирующего пространства «Активная переменная»

МАОУ «Средняя общеобразовательная школа № 18 г. Кунгура»



Целевая аудитория: школьники младших классов.

Ответственные исполнители: заместитель директора по воспитательной работе
Просвирнова Е.Ю.

Цели: создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья младших школьников через организацию школьных перемен.

Задачи:

1. увеличить двигательную активность детей;
2. улучшить работоспособность детей на уроках.

Этапы мероприятия и описание:

1. Организационный (обсуждение проекта на родительских собраниях, подготовка оборудования, зон отдыха и формы для старшеклассников, обучение волонтеров).
2. Реализующий (помощь учащимся в выборе игр на перемене, проведение «Перемен здоровья», анализ и корректировка деятельности).
3. Заключительный (подведение итогов, опрос родителей и обучающихся).

Сроки реализации: сентябрь 2022 – май 2023

Индикаторы результата:

- Включение во время перемен новых игр и привлечение к ним учеников.
- Уменьшение конфликтных ситуаций между учащимися.
- Уменьшение двигательной пассивности детей.
- Улучшение работоспособности на уроке (как следствие).

Открытые тренировки по видам спорта для всех желающих «Единый день спорта» Добрянский городской округ



Целевая аудитория: население Добрянского городского округа.

Ответственные исполнители: Управление социального развития администрации Добрянского городского округа и подведомственные учреждения: МБУ «Центр физической культуры, спорта и молодежной политики», МБУК «Полазненский центр творчества и досуга», МАУ «Добрянская СШ», МАУ «Полазненская СШОР».

Цели: популяризация различных видов спорта.

Задачи:

1. сформировать у населения отношение к своему здоровью как к важнейшей социальной ценности;
2. сформировать потребность у населения всех возрастных категорий в занятиях физической культурой и спортом.

Этапы мероприятия и описание:

Ежемесячно каждую последнюю пятницу либо в выходной день месяца (суббота, воскресенье) проводятся открытые тренировки по разным видам спорта. Жителям округа, не имеющим спортивной подготовки, предоставляется возможность попробовать себя в занятиях по различным видам спорта (баскетбол, футбол, гребля на байдарках, шахматы, волейбол, смешанные единоборства, фитнес, хоккей, гиревой спорт, кроссфит, легкая атлетика т.д.).

Сроки реализации: 2021 – 2022гг.

Индикаторы результата:

- В 2021 году количество проведенных открытых тренировок - 45.
- Количество человек, принявших участие в тренировках - 1142.
- Количество просмотров двух онлайн тренировок «Единый день спорта» - 2870.

Ссылки на проект:

https://vk.com/wall-44825953_11388, https://vk.com/wall-44825953_11805

Программа «Сдам нормы ГТО» MAOY «Рябининская средняя общеобразовательная школа» Чердынского городского округа



Целевая аудитория: от 7 до 55 лет.

Ответственные исполнители: администрация Чердынского городского округа, Управление муниципальными учреждениями администрации Чердынского городского округа, Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Рябининская средняя общеобразовательная школа».

Цели: внедрение комплекса ГТО в систему физического воспитания и развития населения, повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, укреплении здоровья, внедрение в практику новых форм организации оздоровительного досуга, повышение доступности и престижа занятий спортом.

Задачи:

1. сформировать и усилить мотивацию к бережному отношению к своему здоровью, к ведению здорового образа жизни;
2. поддержать и укрепить физическое и психическое здоровье.

Этапы мероприятия и описание:

1. Поиск и вовлечение участников проекта.
2. Оценка и создание информационных ресурсов (сообщество ВК «Готов к ГТО»)
3. Разработка и проведение информационных компаний по формированию основ здорового образа жизни у населения (создание информационного ресурса с полезной информацией по здоровому образу жизни; размещение листовок, наружной рекламы, трансляция на мультимедиа-экранах, размещение информации в сети Интернет (сайт образовательной организации, портал «Управляем вместе»).
4. Проведение спортивных секций и мероприятий.
5. Выполнение нормативов, которые определены Положением о ВФСК «ГТО».
6. Участие населения в соревнованиях муниципального и краевого уровня.

Сроки реализации: 2018-2022 гг., ежегодно с февраля по декабрь, режим занятий – два раза в неделю (понедельник, среда).

Индикаторы результата:

- Стабильное посещение занятий участниками проекта с 2018 по 2022 годы.
- Повышение физической активности населения.
- Успешность выполнения нормативов, которые определены Положением о ВФСК «ГТО».

Программа «Развитие физической культуры и массового спорта» MAOY «Покчинская основная общеобразовательная школа имени И.И. Широкина» Чердынского городского округа



Целевая аудитория: все население.

Ответственные исполнители: администрация Чердынского городского округа, Управление муниципальными учреждениями администрации Чердынского городского округа, MAOY «Покчинская основная общеобразовательная школа имени И.И.Широкина».

Цели: повышение двигательной активности населения, приобщение населения к занятиям физической культурой и спортом, укрепление его здоровья, внедрение в практику новых форм организации семейного оздоровительного досуга, повышение доступности и престижа занятий спортом.

Задачи:

1. сформировать у населения отношение к своему здоровью как к важнейшей социальной ценности;
2. сформировать потребность у населения всех возрастных категорий в занятиях физической культурой и спортом.

Этапы мероприятия и описание:

1. Поиск и вовлечение участников проекта.
2. Оценка и создание информационных ресурсов.
3. Разработка и проведение информационных компаний по формированию основ здорового образа жизни у населения (создание информационного ресурса с полезной информацией по здоровому образу жизни; размещение листовок, наружной рекламы, трансляция на мультимедиа-экранах, размещение информации в сети Интернет (сайт образовательной организации, портал «Управляем вместе»).
4. Проведение спортивных секций и мероприятий.
5. Участие населения в соревнованиях муниципального и краевого уровня.

Сроки реализации: 2018-2022 гг., ежегодно с февраля по декабрь, режим занятий – ежедневно (понедельник – суббота).

Индикаторы результата:

- Стабильное посещение занятий участниками проекта с 2018 по 2022 годы (в возрасте 6-18 лет- 135 чел., в возрасте 35-55 лет – 27 чел.).
- Повышение физической активности населения.

Общегородская зарядка «Бодрое утро!» Добрянский городской округ



Целевая аудитория: население Добрянского городского округа.

Ответственные исполнители: Управление социального развития администрации Добрянского городского округа и подведомственное учреждение МБУ «Центр физической культуры, спорта и молодежной политики».

Цели: приобщение к ежедневной утренней зарядке жителей Добрянского городского округа различных возрастных категорий с целью повышения двигательной активности.

Задачи:

1. сформировать у населения отношение к своему здоровью как к важнейшей социальной ценности;
2. сформировать потребность у населения всех возрастных категорий в занятиях утренней зарядкой.

Этапы мероприятия и описание:

Ежедневно в 8.00 ч. в летний период с 1 июня по 31 августа на стадионе г. Добрянка проводится общегородская зарядка для всех желающих «Зарядка – от нас! Здоровье – для вас!».

Сроки реализации: 2021-2022 гг.

Индикаторы результата:

В 2021 году количество проведенных мероприятий – 90.

Количество человек, принявших участие – 1045.

Ссылки на проект:

https://vk.com/wall-44825953_11357, https://vk.com/wall-44825953_11331, https://vk.com/wall-44825953_11261, https://vk.com/wall-44825953_11145, https://vk.com/wall-44825953_11119, https://vk.com/wall-44825953_11051, https://vk.com/wall-44825953_10947, https://vk.com/wall-44825953_10893, https://vk.com/wall-44825953_10828, https://vk.com/wall-44825953_10738, https://vk.com/wall-44825953_10719, https://vk.com/wall-44825953_10699

Воскресные открытые тренировки по видам спорта для всех желающих «3600 секунд здоровья!» п. Полазна Добрянского городского округа



Целевая аудитория: население Добрянского городского округа.

Ответственные исполнители: Управление социального развития администрации Добрянского городского округа и подведомственное учреждение МБУК «Полазненский центр творчества и досуга» в рамках реализации Программы укрепления общественного здоровья на территории Добрянского городского округа.

Цели: повышение двигательной активности и популяризация различных видов спорта.

Задачи:

1. сформировать у населения отношение к своему здоровью как к важнейшей социальной ценности;
2. повысить двигательную активность населения;
3. сформировать потребность у населения всех возрастных категорий в занятиях физической культурой и спортом.

Этапы мероприятия и описание:

В летний период года с 30 мая по 30 июня в воскресные дни на стадионе поселка Полазна или в парковой зоне Полазненского центра творчества и досуга проходили открытые тренировки по видам спорта. Жителям поселка, не имеющим спортивной подготовки, предоставлялась возможность попробовать себя в занятиях по различным видам спорта (фитнесс, йога, степ-аэробика, стрейчинг, кроссфит).

Сроки реализации: 2021-2022 гг.

Индикаторы результата:

- В 2021 году проведено открытых воскресных тренировок - 5.
- Количество человек, принявших участие - 61.

Школьный проект «На зарядку становись!»

МАОУ «Средняя общеобразовательная школа № 36» г. Перми



Целевая аудитория: школьники 1-6 классов и их родители.

Ответственные исполнители: администрация и учителя физкультуры.

Цели: формирование и развитие у подрастающего поколения культуры здорового образа жизни посредством выполнения ежедневной утренней зарядки. Формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности. Укрепление нравственных ориентиров и сохранение физического и духовно-психического здоровья учащихся.

Задачи:

1. сформировать у детей и их родителей отношение к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности;
2. сформировать потребность в занятиях утренней гимнастикой у учащихся школы;
3. активно пропагандировать здоровый образ жизни.

Этапы мероприятия и описание:

I. Работа с педагогическим коллективом:

1. Информирование педагогов о проблеме - необходимости укрепления и формирования здорового образа жизни у подрастающего поколения.
2. Проведение обучающих семинаров для педагогов.
3. Индивидуальная работа, консультирование.

II. Работа с учащимися:

1. Тематические встречи детей со специалистами (медицинский работник, учитель физкультуры, социальный педагог, зав. столовой).
2. Организация и проведение индивидуальной работы с детьми.

III. Работа с родителями:

1. Проведение родительских собраний в школе с донесением информации о необходимости физических упражнений, о пользе ежедневной утренней зарядки, важности личного примера. Обучение родителей правилам и технике проведения ежедневной утренней зарядки.

2. Информационно-консультационная работа.

3. Привлечение родителей к участию в спортивных мероприятиях школы.

Сроки реализации: 2022-2025 гг.

Индикаторы результата:

- Увеличение количества учащихся, соблюдающих режим дня.
- Снижение уровня заболеваемости учащихся.
- Создание группы волонтеров, которая проводит утренние зарядки в 1- 6 классах, разминки в своих классах на уроках физкультуры.
- Вовлечение учащихся в волонтерскую деятельность, дополнительную занятость, спортивные мероприятия.
- Увеличение количества детей, занимающихся в спортивных секциях, сдающих нормы ГТО.

Программа «ГТО + Библиотекарь = Победа» МБУК «Кочевский музейно-библиотечный центр»



Целевая аудитория: работники МБУК «Кочевский музейно-библиотечный центр».

Ответственные исполнители: МБУК «Кочевский музейно-библиотечный центр».

Цели: успешная сдача нормативов Всероссийского физкультурно-оздоровительного комплекса «Готов к труду и обороне» работниками МБУК «Кочевский музейно-библиотечный центр».

Задачи:

1. сформировать и усилить мотивацию к бережному отношению к своему здоровью, к ведению здорового образа жизни;
2. поддержать и укрепить физическое и психическое здоровье сотрудников;
3. ориентировать сознание работников в пользу здоровья своего и окружающих.

Этапы мероприятия и описание:

1. В рамках программы работники проходили медицинские осмотры, диспансеризацию, был разработан комплекс упражнений для проведения физкультурных минуток на рабочем месте каждого специалиста.

2. В 2020 г. в целях повышения уровня знаний в области сохранения здоровья и здорового образа жизни, для специалистов был проведен семинар «Инновационные формы работы по популяризации спорта в библиотеках». Слушателям были предложены следующие темы: «Ставка на спорт: физкультура в России становится модной», «Опыт работы библиотек по популяризации спорта», «Развитие массового спорта в Кочёвском районе». Прошло обсуждение возможности продвижения физкультуры и спорта как досуговых занятий для людей всех возрастов, возможности организации самостоятельных занятий, формирования привлекательности спортивного стиля жизни населения. Обсуждались вопросы по разработке и реализации корпоративной программы укрепления здоровья работников культуры «Береги себя для жизни». Участники семинара решили сдать нормы ГТО.

3. В 2020 году разработана корпоративная программа по укреплению здоровья работников культуры «Береги себя для жизни».

4. В июне 2021 г. все сотрудники сдавали нормы Всероссийского физкультурно-оздоровительного комплекса «Готов к труду и обороне» на стадионе.

Сроки реализации: 2020-2023 гг.

Индикаторы результата:

- В 2021 году 100% членов коллектива учреждения участвовали в сдаче норм ГТО.
- Доля выполнивших нормативы комплекса ГТО – 60%, из 21 библиотекаря 14 выполнили все нормативы ГТО, из них 2 человека стали обладателями золотых значков, 6 – серебряных, 6 – бронзовых.

Участие населения Соликамского городского округа во всероссийской акции «10000 шагов к жизни»



Целевая аудитория: жители Соликамского городского округа (обучающиеся дошкольных, общеобразовательных учреждений, представители ветеранских организаций, градообразующих предприятий, медицинские работники городской больницы, руководители и сотрудники администрации Соликамского городского округа).

Ответственные исполнители: администрация Соликамского городского округа, Центр общественного здоровья и медицинской профилактики (Соликамский филиал).

Цели: пропаганда здорового образа жизни, сохранение и укрепление здоровья населения Соликамского городского округа.

Этапы мероприятия и описание:

В апреле 2022 г. Соликамский городской округ впервые присоединился к Всероссийской акции «10000 шагов к жизни», инициированной Общероссийской общественной организацией «Лига здоровья нации».

В начале мероприятия с участниками была проведена разминка с действующим чемпионом мира по кикбоксингу. После деления на небольшие группы, был объявлен общий старт согласно заданному маршруту. Группы участников сопровождали волонтеры, которые помогали ориентироваться на дистанции, а также поддерживали настроение участников пешего маршрута девизами и слоганами о здоровом образе жизни.

В рамках мероприятия была проведена работа площадок:

1. Площадка «Говорим здоровью – да!» - специалисты центра общественного здоровья и медицинской профилактики Соликамского филиала информировали всех желающих о пользе ходьбы. У участников мероприятия была возможность дополнительно измерить уровень кислорода в крови, узнать свой рост и получить другие полезные консультации. При помощи специалистов Центра и волонтеров, участники пожилого возраста смогли скачать на мобильные телефоны приложения-шагомеры. Следить за количеством пройденных шагов стало намного удобнее особенно тем, кто регулярно занимается пешей ходьбой.

2. Детская площадка МАУК «Социально-культурное объединение «Соликамский горизонт» - юные участники мероприятия приглашались для прохождения конкурсных испытаний на «Тропе здоровья».

3. Площадка по сдаче нормативов ГТО.

После прохождения маршрута все участники мероприятия получили полезные подарки, отличное настроение от прогулки на свежем воздухе, а также возможность продолжать укреплять свое здоровье с друзьями и коллегами.

Сроки реализации: апрель 2022 г.

Индикаторы результата:

-Привлечение около 300 участников в возрасте от 3 до 80 лет.

Участие населения Нытвенского городского округа во всероссийской акции «10000 шагов к жизни»



Целевая аудитория: жители Нытвенского городского округа без ограничения по возрасту, представители трудовых коллективов, учащиеся и все желающие приобщиться к здоровому образу жизни.

Ответственные исполнители: администрация, МБУ «Центр развития спорта» г. Нытва.

Цели: привлечение внимания максимального числа граждан к выбору и ведению здорового образа жизни, повышению двигательной активности. Формирование навыков и знаний, оказывающих положительное влияние на состояние здоровья и работоспособность человека.

Этапы мероприятия и описание:

1. Выбор маршрута и станций, на которых будут останавливаться участники акции для выполнения заданий.
2. Расстановка волонтеров на маршруте.
3. Сбор участников акции.
4. Диагностика состояния здоровья: измерение давления и пульса, замеры роста и веса, определение индекса массы тела, выдача памяток здорового образа жизни.
5. На маршруте с помощью волонтеров измерение уровня кислорода в крови, измерение силы с помощью динамометра, проведение дыхательной гимнастики.
6. Финиш. Диагностика состояния здоровья.
7. Выдача сертификатов принявшим участие в акции.

Сроки реализации: ежегодно.

Индикаторы результата:

- Увеличение доли граждан, приверженных здоровому образу жизни.
- Увеличение доли граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом до 70%.

Соревнование по настольному теннису

г. Александровск



Целевая аудитория: молодые люди в возрасте 14-35 лет.

Ответственные исполнители: тренер по настольному теннису Ляпин Сергей Викторович.

Цели: развитие и популяризация настольного тенниса и здорового образа жизни среди подрастающего поколения и населения г.Александровска.

Задачи:

1. увеличить двигательную активность населения;
2. привлечь к занятиям настольным теннисом как можно больше людей;
3. повысить спортивное мастерство воспитанников секции.

Этапы мероприятия и описание:

Ежегодно спортивная секция по настольному теннису проводит традиционные соревнования и турниры, а лучшие воспитанники получают право представлять городской настольный теннис на краевых и других выездных соревнованиях. Наиболее значимые и традиционные турниры проводятся в городе на протяжении нескольких десятков лет. С 1980 года проходит, ставший традиционным, новогодний турнир. Воспитанники секции настольного тенниса многократно становились победителями и призерами соревнований различного уровня.

Сроки реализации: постоянно.

Индикаторы результата:

- Секцию настольного тенниса посещают 47 человек.
- Укрепление здоровья и привлечение подростков и молодежи к систематическим занятиям физической культурой и спортом.
- Повышение спортивного мастерства и выявление сильнейших теннисистов. Обмен опытом и улучшение спортивных связей.

Мероприятия, направленные на профилактику нерационального питания.

Проект «Здоровое питание от А до Я»

МАОУ «Средняя общеобразовательная школа №21» г. Кунгура



Целевая аудитория: обучающиеся 1-4 классов и их родители.

Ответственные исполнители: администрация, куратор проекта - педагог Попова М.С.

Цели: формирование у детей, а также их родителей основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни, пропаганда здорового питания, расширение кругозора школьников о пользе здоровой пищи, формирование у детей ясных представлений о продуктах, приносящих пользу организму, об организации правильного здорового питания.

Задачи:

1. сформировать и развить представления детей и подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, сформировать готовность заботиться о собственном здоровье и укреплять его;

2. сформировать у школьников знания о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовность соблюдать эти правила;

3. организовать освоение детьми и подростками практических навыков рационального питания;

4. развить творческие способности и расширить кругозор, стимулировать познавательную деятельность детей и подростков;

5. развить коммуникативные навыки у детей и подростков, умение эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы;

6. просветить родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков.

Этапы мероприятия и описание:

1. Подготовительный этап (январь, февраль 2021): выявление перспективных направлений в работе по пропаганде здорового питания в образовательном учреждении, моделирование нового качественного состояния работы в данном направлении в современных условиях, разработка программы действий.

2. Основной этап (март 2021 – май 2023 г.): реализация программных действий.

3. Обобщающий этап (июнь-август 2023 г.): анализ достигнутых результатов и определение перспектив дальнейшего развития работы по пропаганде здорового питания.

Мероприятия:

1. Проведение цикла тематических часов общения «Уроки здорового питания» (классные руководители).

2. Проведение институциональных творческих конкурсов:

- Конкурс инсценировок «Академия здорового питания».
- Конкурс рисунков «Мы за здоровое питание. Мы за ЗОЖ», «Пирамида питания».
- Выставка лучших работ рисунков «Мы за здоровое питание».

3. Включение бесед о здоровом питании в уроки окружающего мира.

4. Включение интерактивных мероприятий внеурочной деятельности по здоровому питанию во время классных часов (квест-игра, викторины, агитбригады, конкурсы).

5. Просмотр видеороликов «Пирамида питания», «Что такое рациональное питание?».

6. Общешкольные родительские собрания «Рациональное питание младших школьников» (онлайн), «Реализация проекта Здоровое питание от А до Я» (очное).

7. Краевые детские конкурсы по ЗОЖ: «Мое здоровое лето», «Стиль жизни – здоровье».

Видеоролик «Я за ЗОЖ», плакат «Овощи и фрукты - кладовая здоровья».

8. Детские учебные проекты «Здоровое питание».

Сроки реализации: январь 2021г. – август 2023 г.

Индикаторы результата:

- Обеспечение детей и подростков питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии.

- Обеспечение 100% охватом питания обучающихся школы.

- Потребность в здоровом питании и образе жизни.

- Повышение уровня знаний, умений и навыков у родителей, снижение уровня заболеваемости детей, формирование интереса к здоровому питанию в семьях.

- Улучшение показателей здоровья обучающихся школы, создание благоприятных условий для нормального роста и развития детей.

- Приведение материально - технической базы школьной столовой и пищеблока в соответствие современным разработкам и технологиям.

- Активное участие детей и родителей в мероприятиях, направленных на формирование у учащихся представлений об основах здорового питания и готовности вести здоровый образ жизни.

- Введение в учебно-воспитательный процесс мероприятий, способствующих формированию культуры питания и осознанию роли здорового питания в жизни человека.

Программа «Организация и развитие школьного питания» МАОУ «Лицей №1» г. Кунгура



Целевая аудитория: школьники 5-11 классов и их родители.

Ответственные исполнители: директор, социальный педагог, фельдшер, классные руководители.

Цели: создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков правильного здорового питания, поиск новых форм обслуживания учащихся, увеличение охвата учащихся организованными формами горячего питания.

Задачи:

1. сформировать здоровые личности;
2. обеспечить благоприятные условия для учебного труда;
3. привить навыки правильного питания школьникам.

Этапы мероприятия и описание:

1. Информационно - аналитическая работа: организация питания учащихся, оформление документов на бесплатное питание, совершенствование условий организации школьного питания, работа общественной комиссии, организация родительского контроля.

2. Методическое обеспечение: организация консультаций, конкурс классных часов по распространению положительного опыта по вопросам школьного питания, стимулирование положительного опыта.

3. Формирование культуры питания среди учащихся: классные часы, тематические игры, конкурс бюллетеней, слоганов, сценариев, проведение витаминной ярмарки, анкетирование, цикл бесед «Азбука здорового питания».

4. Воспитание культуры питания среди родителей: индивидуальные консультации фельдшера, родительский лекторий, анкетирование родителей.

5. Укрепление материально-технической базы столовой, расширение сферы услуг для учащихся: разработка новых блюд, конкурс по эстетическому оформлению обеденных залов, внедрение в систему школьного питания новых форм организации питания.

Сроки реализации: 2018-2022 гг.

Индикаторы результата:

- 100% охват учащихся горячим питанием.
- Соблюдение требований санитарных правил.
- Учет и правильное расходование выделенных финансовых средств на организацию горячего питания.
- Укрепление общественных связей по организации горячего питания.
- Сформированность культуры питания среди учащихся.
- Сформированность основ потребительской культуры у старшеклассников, пропаганда здорового образа жизни.

Школьный проект «Формирование культуры здорового питания учащихся»

МАОУ «Средняя общеобразовательная школа № 36» г. Перми



Целевая аудитория: школьники 5-11 классов и их родители.

Ответственные исполнители: администрация, классные руководители.

Цели: создание условий, способствующих укреплению здоровья, формированию навыков культуры здорового питания, поиск новых форм обслуживания детей, обеспечение обучающихся горячим питанием. Формирование у обучающихся основ культуры здорового питания как составляющей здорового образа жизни.

Задачи:

1. обеспечить бесплатным питанием обучающихся из малообеспеченных семей;
2. создать благоприятные условия для организации питания обучающихся;
3. формировать и развивать представления детей и подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей,
4. формировать готовность детей к заботе о собственном здоровье;
5. формировать у школьников знания о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовность соблюдать эти правила;
6. предупреждать поведенческие риски здоровья, связанные с нерациональным питанием обучающихся;
7. закреплять практические навыки рационального питания обучающихся;
8. информировать детей и подростков, родителей (законных представителей), педагогов о народных традициях, связанных с питанием, расширять знания об истории и традициях питания своего народа, формировать чувства уважения к культуре здорового питания своего народа и культуре и традициям других народов;
9. развивать у детей и подростков творческие способности, расширять кругозор, стимулировать познавательную деятельность по формированию культуры здорового питания;
9. повышать гигиеническую грамотность детей, родителей (законных представителей), педагогов в вопросах здорового питания;
10. просвещать родителей в вопросах организации рационального питания детей и подростков;

11. снизить заболеваемость обучающихся за счет внедрения полноценного рационального питания;
12. организовать оздоровительную работу, направленную на формирование у школьников мотивации к здоровому питанию;
13. пропагандировать среди родных и окружающих школьников людей культуру здорового питания.

Этапы мероприятия и описание:

1-е направление: организационно-аналитическая работа, информационное обеспечение.

1. Организационные совещания.
2. Совещание классных руководителей «Об организации горячего питания».
3. Административное совещание по вопросам организации и развития школьного питания.
4. Заседание Совета образовательного учреждения по организации питания с приглашением классных руководителей 1–11-х классов.
5. Организация работы школьной комиссии по питанию.

6. Родительское собрание «Правильное питание – здоровое питание».

2-е направление: работа по воспитанию культуры питания среди учащихся.

1. Проведение классных часов для детей по темам рационального питания для учеников 1-11 классов.
2. Проведение конкурсов и игр.
3. Итоговое мероприятие «Фестиваль проектов «Кулинарное путешествие».

3-е направление: работа с родителями по вопросам организации школьного питания.

1. Общешкольное родительское собрание.
2. Классные родительские собрания на тему «Здоровое питание в вашей семье».
3. Просветительская работа среди родителей о правильном и полноценном питании обучающихся на родительских собраниях.
4. Изучение отношения родителей к организации горячего питания в школе.
5. Привлечение родителей к проведению внеклассных мероприятий, связанных с формированием правильного отношения к здоровому образу жизни, школьных конкурсов о правильном питании.

4-е направление: работа учителей - предметников. Проведение интегрированных уроков по рациональному питанию в рамках учебного процесса.

5-е направление: организация деятельности комиссии по контролю за организацией и качеством питания обучающихся.

Сроки реализации: постоянно в течение учебного года.

Индикаторы результата:

- Сохранение и укрепление здоровья учащихся при стабильных результатах обучения.
- Повышение приоритета культуры здорового питания.
- Повышение мотивации к культуре здорового питания и здоровому образу жизни.
- Поддержка родителями деятельности школы по воспитанию здоровых детей.
- Улучшение состояния здоровья детей по показателям заболеваний, зависящих от качества потребляемой пищи.
- Повышение качества питания обучающихся.
- Обеспечение всех обучающихся горячим питанием.
- Обеспечение всех обучающихся питьевым режимом.
- Обеспечение льготным питанием детей из социально-незащищенных семей.
- Снижение доли школьников с заболеваниями ЖКТ.

Проект «Кулинарный клуб» МАОУ «Гимназия №3» г. Перми



Целевая аудитория: школьники и их родители.

Ответственные исполнители: учителя технологии Нефедов И.В., Цой И.С.

Цели: формирование культуры питания и приготовления пищи через просмотры фильмов об известных во всем мире кулинарах, поварях, а также через практическую деятельность по приготовлению блюд кухонь мира.

Этапы мероприятия и организация:

1. Организационный этап по разработке и представлению основной идеи проекта: Обсуждение на уровне администрации МАОУ «Гимназия №3» г. Перми идеи проекта, решение организационных и управленческих условий для его реализации. Обсуждение с предполагаемой целевой группой тем предполагаемых встреч и дискуссий, обсуждение основных идей по подбору блюд, которые будут готовиться в рамках работы Кулинарного клуба.

2. Этап реализации идеи проекта:

Проведение встреч участников Кулинарного клуба.

Информационное сопровождение реализации проекта через официальную страницу Гимназии 3 в социальной сети VK.

3. Завершающий этап:

Демонстрация работ участников клуба.

Составление творческого отчета деятельности Кулинарного клуба.

Обсуждение возможности продолжения работы проекта. При положительном решении - разработка дизайн-проекта помещения, бренд-бука, обеспечение специализированным оборудованием и стильной одеждой участников Кулинарного клуба.

Сроки реализации: февраль 2022 года – июнь 2022 г.

Индикаторы результата:

- Включенность учеников МАОУ «Гимназии №3» г. Перми в данный проект.
- Привлеченные к реализации проекта специалисты.
- Положительные отзывы целевой группы проекта.
- Продление сроков реализации проекта.

Программа «Питание сотрудников администрации Чайковского городского округа в рабочее время»



Целевая аудитория: сотрудники администрации Чайковского городского округа.

Ответственные исполнители: отдел муниципальной службы администрации Чайковского городского округа.

Цели: обеспечение сотрудников возможностью приема «здоровой» пищи в отдельно отведенном помещении в течение рабочего времени.

Задачи:

1. сформировать приверженность сотрудников администрации к рациональному питанию;
2. создать благоприятные условия для приема пищи сотрудниками (выделение и оборудование помещения);
3. обеспечить наличие в меню блюд здорового питания.

Этапы мероприятия и организация:

Здоровое питание имеет решающее значение в профилактике большинства хронических неинфекционных заболеваний. Потребление в адекватном количестве фруктов, овощей и продуктов из цельных злаков помогает предотвратить сердечно - сосудистые заболевания, включая инфаркт и инсульт, сахарный диабет, ожирение, некоторые формы рака, а также способствует повышению производительности труда сотрудников. В течение рабочего дня сотрудник как минимум один раз принимает пищу, поэтому мероприятия, направленные на популяризацию здорового питания в трудовой среде, имеют смысл. Сотрудники будут чаще выбирать продукты и блюда для здорового питания, если их ассортимент будет представлен в меню столовой администрации Чайковского городского округа.

Для организации питания сотрудников обязательно наличие на территории администрации Чайковского городского округа помещения для приема пищи (столовой) с целью обеспечения регулярного питания.

Важно разнообразие блюд в меню (использование разнообразных продуктов и применение разных способов кулинарной обработки).

Меню включает в себя продукты здорового питания, в т.ч сезонные продукты с целью повышения содержания витаминов в рационе питания.

Предоставлена возможность для осознанного выбора продуктов и блюд для рациона здорового питания в течение рабочего времени (информирование сотрудников о пищевой и энергетической ценности блюд).

Выбор «нездоровых» продуктов с высоким содержанием сахара, соли и насыщенных жиров ограничен, т.к. данные продукты приводят к неумеренному потреблению еды и создают огромную нагрузку на сердце, что в короткие сроки приводит к ожирению и хроническим заболеваниям.

Данные мероприятия формируют повышение приверженности к рациональному питанию, формирование здоровых пищевых привычек, в результате чего значительно улучшается самочувствие сотрудников администрации Чайковского городского округа. Более того, в условиях сохраняющихся угроз распространения коронавирусной инфекции, здоровое питание в гигиенически правильных условиях можно рассматривать как дополнительный фактор борьбы с ковидом. Ведь столовые – это профессиональные заведения, которые обеспечивают выполнение обязательных требований, выдвигаемых Роспотребнадзором.

Сроки реализации: постоянно.

Индикаторы результата:

Увеличение количества сотрудников, имеющих возможность приема пищи в рабочее время.

Мероприятия, направленные на профилактику употребления психоактивных веществ (ПАВ).

**Школьная программа по профилактике употребления психоактивных веществ учащимися «Школа здоровых привычек»
МАОУ «Средняя общеобразовательная школа № 36» г. Перми**



Целевая аудитория: учащиеся и их родители, педагоги.

Ответственные исполнители: администрация.

Цели: создание условий для реализации в образовательном учреждении эффективной программы антинаркотического воспитания школьников. Формирование у обучающихся стойкой негативной установки по отношению к употреблению психоактивных веществ как способу решения своих проблем или проведения досуга.

Задачи:

1. предупредить у обучающихся возникновение желания попробовать наркотики, алкоголь, табак;
2. привлечь родителей к решению вопросов профилактики вредных привычек;
3. обеспечить условия для организации и проведения мероприятий, направленных на формирование у подростков стремления к ведению здорового образа жизни;
4. создать информационное поле по профилактике психоактивных веществ (ПАВ).

Этапы мероприятия и описание:

I. Работа с педагогическим коллективом:

1. Проведение обучающих семинаров по программе.

2. Информирование по проблеме наркозависимости и ее первичной профилактике всех структур субъектов профилактики.

3. Индивидуальная работа, консультирование.

II. Работа с учащимися:

1. Тренинги по профилактике наркомании, токсикомании и СПИДа.

2. Тематические встречи и встречи со специалистами (нарколог, инспектор ПДН и т.д.).

3. Организация и проведение индивидуальной работы (собеседования, интервью), с целью формирования тренинговых групп.

III. Работа с родителями:

1. Участие в проведении родительских собраний школы.

2. Информационно-консультативная работа.

3. Привлечение к участию в тренинговых занятиях.

IV. Совместная работа с правоохранительными, медицинскими и другими заинтересованными органами по профилактике зависимости в подростковой среде:

1. Ведение разъяснительно – просветительской работы с подростками и родителями.

2. Проведение рейдов по выявлению каналов распространения и потребления психоактивных веществ.

3. Организация занятий для подростков по изучению их прав, обязанностей и всех видов ответственности.

Сроки реализации: 2020 – 2023 год.

Индикаторы результата:

- Уменьшение факторов риска употребления ПАВ.
- Вовлечение учащихся и их семей в общественно-значимую деятельность.
- Вовлечение учащихся в волонтерскую деятельность, дополнительную занятость, спортивные мероприятия и проектную деятельность.
- Установление социальных связей с органами системы профилактики наркомании.

Программа «Антинаркотик. Пермь» МАУ «Дворец молодежи» г. Перми



Целевая аудитория: подростки и молодежь 14 – 35 лет.

Ответственные исполнители: автор и реализатор программы МАУ «Дворец молодежи» г.Перми.

Цели: решение задач по снижению количества случаев употребления, хранения и распространения наркотических средств среди молодежи города Перми. Постоянное совершенствование системы первичной профилактики потребления психоактивных веществ (ПАВ) в рамках мероприятий программы.

Задачи:

1. совершенствовать систему первичной профилактики незаконного потребления ПАВ среди детей и молодежи;
2. провести целенаправленную и комплексную профилактическую работу в целях снижения уровня преступности;
3. уменьшить уровень распространенности наркологических расстройств среди молодежи города Перми.

Этапы мероприятия и описание:

1. Семинар по пропаганде здорового образа жизни для молодежи г. Перми «Краш-курс Антинаркотик».
2. Изготовление и размещение социальных и инфографических материалов через современные каналы коммуникации.

3. Конкурс молодежных инициатив, направленных на профилактику потребления психоактивных веществ в молодежной среде.

4. Проведение родительских собраний при участии специалистов в области профилактики потребления ПАВ.

Сроки реализации: с 2018 года.

Индикаторы результата:

- По данным экстренных извещений (согласно муниципальной программе «Безопасный город»), уровень распространенности наркологических расстройств среди несовершеннолетних города Перми на 100 тыс. населения составил: в 2017 - 110,3 ед.; в 2018 - 105,5 ед., в 2019 - 105,0 ед., за 6 мес. 2020 - 72,8 ед.

- Участниками мероприятий программы ежегодно становится более 5 000 человек.

- Количество проведенных семинаров - 30, количество участников - 3000.

- Количество изготовленных информационных материалов - 10, количество просмотров размещенных информационных материалов - 7000000.

- Количество реализованных проектов-победителей конкурса по профилактике потребления ПА - 4, количество участников проектов-победителей конкурса по профилактике потребления ПАВ - 1200.

- Количество проведенных родительских собраний - 74.

Мероприятия, направленные на профилактику проявлений стресса

Социальный спектакль «Услышьте меня!»

МАОУ «Средняя общеобразовательная школа №1» г. Перми



Целевая аудитория: подростки старше 16 лет.

Ответственные исполнители: совет старшеклассников, театральная студия.

Цели: содействие осмыслению причин подростковых проблем, развитие умения успешно справляться с возникшими трудностями и находить достойный выход из сложных жизненных ситуаций. Профилактика стресса, суицида среди подростков.

Задачи:

1. создать условия для глубинного погружения несовершеннолетних в предлагаемые проблемы и поиск их решений;
2. изменить знания, поведение, отношение подростков к заявленным проблемам посредством информационного посыла в социальном спектакле;
3. создать коллектив единомышленников, любящих театр, актерское искусство.

Этапы мероприятия и описание:

Спектакль «Услышьте меня!» – единый потоковый текст, в котором ребята размышляют о взаимоотношениях с родителями, отношениях со своими сверстниками, пытаются задуматься о своём будущем, строить планы, мечтать. На представлении в течение 20 минут несовершеннолетние актеры рассказывают о своих мыслях, переживаниях, насущных проблемах, не давая при этом ответы зрителю – ответы рождаются в процессе обсуждения между ведущим и

зрителями по окончании спектакля.

Одной из особенностей данной формы является возможность вызывать эмоциональный отклик у зрителя, потому что актеры и есть носители тех самых подростковых проблем, которые они описывают на сцене. А ведущий помогает найти наиболее безопасное решение зрителю в его трудной ситуации.

1. Подготовительный этап:

Определение темы, постановка целей, уточнение аудитории. Конструирование мероприятия. Составление сценария. Подготовка атрибутов, реквизита. Изготовление наглядного материала. Согласование с администрацией. Решение организационных вопросов.

2. Коррекционный этап:

Репетиция, корректировка сценария, генеральная репетиция. Объявление. Приглашение зрителей, гостей.

3. Основной этап:

Оформление зала, установка оборудования, технических средств. Проведение мероприятия.

4. Анализ проведенного мероприятия (самоанализ):

Возможное обсуждение с коллегами, гостями. Обобщение опыта работы в СМИ.

Сроки реализации: февраль – апрель 2022 года.

Индикаторы результата:

- Эмоциональный отклик у зрителя, положительные отзывы.
- Обучающиеся - зрители понимают причины проблемы, проговаривают варианты выхода из сложной ситуации, дают позитивную реакцию о решении проблемы.

Библиотека лучших практик укрепления общественного здоровья доступна по ссылке:

https://drive.google.com/drive/folders/1as23JN_wOUBWgljvn3wOMq1QaXoxVG87?usp=sharing