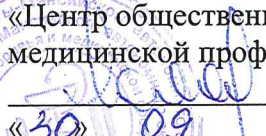


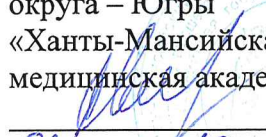
УТВЕРЖДЕНО

Главный врач
бюджетного учреждения
Ханты-Мансийского автономного
округа – Югры
«Центр общественного здоровья и
медицинской профилактики»

 А.А. Молостов
«30» 09 2025 г.

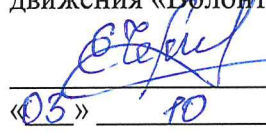
СОГЛАСОВАНО

Ректор
бюджетного учреждения
высшего образования
Ханты-Мансийского автономного
округа – Югры
«Ханты-Мансийская государственная
медицинская академия»

 А.В. Нехорошева
«2» 10 2025 г.

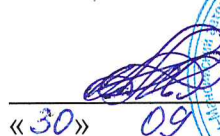
СОГЛАСОВАНО

Региональный координатор
Всероссийского общественного
движения «Волонтеры-медики»

 Е.С. Черенкова
«05» 10 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор Департамента
образования Администрации
городского округа Ханты-Мансийска

 О.Г. Тыщенко
«30» 09 2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Главный врач
бюджетного учреждения
Ханты-Мансийского автономного
округа – Югры «Окружная клиническая
больница»

 И.Д. Панов
«2» 10 2025 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении IX городского конкурса по формированию
здорового образа жизни среди обучающихся общеобразовательных учреждений в
городе Ханты-Мансийске
«Здоровый класс»

I. Общие положения

1.1. Настоящее положение (далее – Положение) определяет порядок и условия проведения конкурса на звание «Здорового класса» в 2025–2026 учебном году.

1.2. Организаторами Конкурса по формированию здорового образа жизни среди обучающихся общеобразовательных учреждений города Ханты-Мансийска «Здоровый класс» (далее – Конкурс) являются бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики» и Департамент образования администрации г. Ханты-Мансийска (далее – Организатор конкурса).

1.3. Партнёрами Конкурса выступают: бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Окружная клиническая больница», бюджетное учреждение высшего профессионального образования Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Ханты-Мансийская государственная медицинская академия» (далее – БУ «Ханты-Мансийская государственная медицинская академия»).

1.4. Организаторы конкурса ежегодно определяют сроки проведения, утверждают Положение и организационный комитет, обеспечивают проведение и информационное сопровождение Конкурса, организуют награждение победителей.

II. Цели и задачи Конкурса

2.1. Цель – формирование мотивации к ведению здорового образа жизни у обучающихся общеобразовательных учреждений города Ханты-Мансийска.

2.2. Задачи:

- профилактика вредных привычек у детей и подростков;
- привлечение внимания общественности к проблеме сниженной физической активности детей и подростков;
- пропаганда принципов рационального питания, оптимальной физической активности среди детей и подростков;
- активизация творческого потенциала подростков.

III. Участники и кураторы Конкурса

3.1. В Конкурсе могут участвовать обучающиеся 6–7 классов общеобразовательных учреждений города Ханты-Мансийска (не более 10 классов). Каждое общеобразовательное учреждение может подать заявку на участие одного класса. В состав класса-участника должны входить все обучающиеся одного класса (далее – Классы-участники).

3.2. Обучающиеся, вновь прибывшие в класс во время проведения Конкурса, могут принять участие в Конкурсе при условии заполнения информированного добровольного согласия и прохождения стартового набора обследований для учета показателей класса. При выбывании из класса обучающийся исключается из числа участников Конкурса, данные его стартовых обследований не учитываются.

3.3. Куратором Класса-участника (далее – Куратор) может стать сотрудник образовательного учреждения и/или родитель (законный представитель) одного из участников Конкурса.

IV. Организационный комитет Конкурса

4.1. В целях организации подготовки и проведения Конкурса формируется организационный комитет Конкурса (далее – Оргкомитет) (приложение 1).

4.2. Оргкомитет

4.2.1. Принимает решение о допуске/отказе заявки на участие в Конкурсе;

4.2.2. Проводит анализ информации о наличии факторов риска развития неинфекционных заболеваний у участников Конкурса, в том числе:

- составление аналитических справок по результатам анонимного анкетирования участников Конкурса;
- отбор группы наблюдения на основе результатов вычисления индекса массы тела и оценки сигмального отклонения ИМТ (далее – SD ИМТ);
- мониторинг результатов показателей обследования участников Конкурса;

4.2.3. Оказывает организационно-методическое сопровождение Кураторов по вопросам организации различных видов профилактической работы, планированию и проведению конкурсных мероприятий, оформлению пакета документов;

4.2.4. Посещает конкурсные мероприятия Классов-участников (по согласованию);

4.2.5. Организует информационное сопровождение Конкурса в средствах массовой коммуникации;

4.2.6. Определяет победителей Конкурса.

4.3. Заседание организационного комитета считается правомочным, если в нем принимает участие более половины членов Оргкомитета.

4.4. Решения Оргкомитета принимаются большинством голосов присутствующих на заседании членов организационного комитета Конкурса и участвующих в заочном голосовании (методом опроса) членов организационного комитета Конкурса.

V. Сроки и порядок проведения Конкурса

5.1. Конкурс проводится с 6 октября 2025 года по 7 апреля 2026 года, в три этапа.

5.2. I этап (подготовительный) – с 6 по 24 октября 2025 года:

5.2.1. Размещение на официальных интернет-ресурсах организаторов информации о проведении Конкурса.

Срок: до 9 октября 2024 года.

5.2.2. Предоставление Кураторами пакета документов на электронный адрес zinova-ey@cmphmao.ru, включающего:

- заявку на участие в Конкурсе (приложение 2).

Срок: до 10 октября 2025 года;

- согласие на участие в Конкурсе и проведение обследования (приложение 3).

Срок: на момент начала первичного обследования участников;

- информацию об охвате участников Конкурса регулярной физической активностью на I этапе (приложение 4).

Срок: до 24 октября 2025 года;

- результаты анонимного анкетирования участников Конкурса (приложение 5).

Срок: до 24 октября 2025 года.

5.2.3. Создание Классом-участником сообщества в социальной сети ВКонтакте: «Здоровый класс (наименование класса) 2025/2026 СОШ №...» (приложение 6).

Срок: до 24 октября 2025 года.

5.2.4. Проведение волонтерами-медиками (студентами «Ханты-Мансийская государственная медицинская академия») обследования участников Конкурса, включающего: измерение роста, массы тела, окружности талии, расчет ИМТ и оценку SD ИМТ (приложение 7), исследование с помощью смониторинга (определение концентрации угарного газа в выдыхаемом воздухе), динамометрии (измерение мышечной силы кистей).

Срок: с 17 по 24 октября 2025 года.

5.2.5. Формирование группы наблюдения из числа участников Конкурса, имеющих оценки SD ИМТ выше возрастной нормы.

5.2.6. К участию в Конкурсе допускается класс в случае отсутствия вредной привычки (курение) у 100% обучающихся в классе.

5.3. II этап (основной) – с 25 октября 2025 года по 13 марта 2026 года:

5.3.1. Проведение участниками Конкурса мероприятий профилактической направленности, в том числе в дистанционной форме (приложение 8).

5.3.2. Освещение всех проводимых мероприятий профилактической направленности в сообществе ВКонтакте в соответствии с приложением 6. В случае отсутствия информации о мероприятии в сообществе в ВКонтакте более 7 дней с момента его проведения, мероприятие не будет учитываться при оценке результатов Конкурса (раздел VI).

5.3.3. Посещение Классами-участниками в полном составе мероприятий, проводимых Оргкомитетом, в том числе:

профилактических мероприятий в образовательных учреждениях и учреждениях культуры г. Ханты-Мансийска;

интерактивных занятий, проводимых волонтерами-медиками, на темы здорового образа жизни: «Курить – здоровью вредить», «Влияние алкоголя на организм подростка», «Гигиена и режим школьника», «Влияние физической активности на здоровье», «Азбука питания», «Вред энергетических напитков», «Польза и вред гаджетов», «Репродуктивное здоровье девочек/мальчиков» (по запросу Класса-участника).

5.3.4. Сопровождение группы наблюдения, предусматривающее: уточнение состава тела при помощи биоимпедансного анализа, консультирование привлеченными врачами-специалистами, проведение родительского собрания и онлайн-лекции врача-диетолога для родителей детей группы наблюдения.

5.3.5. Выборочное (не менее 30% обучающихся в Классе-участнике) тестирование один раз в месяц с помощью смеклайзера (приложение 9).

5.4. III этап (подведение итогов) – с 16 марта по 7 апреля 2026 года:

5.4.1. Представление Кураторами пакета документов, включающего:

- информацию об охвате участников Конкурса регулярной физической активностью (приложение 4) на момент завершения Конкурса в электронном виде на электронный адрес: zinova-ey@cmphmao.ru.

Срок: до 30 марта 2026 года;

- результаты итогового анонимного анкетирования участников Конкурса (приложение 11).

Срок: до 20 марта 2026 года.

5.4.2. Контрольное обследование участников Конкурса, включающего: измерение роста, массы тела, окружности талии, расчет ИМТ, исследование с помощью смеклайзера и динамометра. Срок: с 16 по 20 марта 2026 года.

5.4.3. Проведение Оргкомитетом оценки уровня активности Классов-участников в проведении профилактических мероприятий на основании данных, размещенных в сообществе ВКонтакте (приложение 10).

Срок: до 3 апреля 2026 года.

5.4.4. Внесение Оргкомитетом информации в итоговую оценочную ведомость (приложение 12) в соответствии с критериями.

Срок: до 3 апреля 2026 года.

5.4.5. Проведение заседания Оргкомитета по итогам Конкурса, определение Классов-участников, занявших призовые места. Фиксация итогов заседания в протоколе (приложение 13).

Срок: до 6 апреля 2026 года.

5.4.6. Публикация результатов Конкурса на сайте Организатора не позднее 7 апреля 2026 года.

VI. Критерии оценки

6.1. Уровень повышения информированности участников Конкурса в вопросах сохранения здоровья путем использования современных форм профилактической работы, в том числе:

6.1.1. Участие в профилактических мероприятиях в зависимости от уровня:

- федеральный – 5 баллов;
- региональный – 4 баллов;
- муниципальный – 3 балла;

- образовательное учреждение – 2 балла;
- класс – 1 балл.

6.1.2. Оценка степени активности участников Конкурса в организации мероприятия:

- активная самостоятельная работа по организации мероприятия (разработка сценария, исполнение ролей, подготовка выступлений) – 5 баллов;
- активное участие в предложенных педагогами (специалистами) играх, викторинах и прочее – 4 балла;
- пассивное участие в мероприятии (мероприятие проводит приглашенный специалист) – 3 балла.

6.1.3. Оценка ведения сообщества в социальной сети в ВКонтакте: «Здоровый класс 2025/2026 СОШ №...»:

- ведение сообщества с 25 октября 2025 года по 13 марта 2026 года в соответствии с требованиями приложения 6–5 баллов в месяц. При публикации каждого последующих пяти постов Класс-участник получает 1 балл;
- при невыполнении требований к ведению сообщества – баллы не начисляются.

6.2. Формирование позитивной мотивации к ведению здорового образа жизни у участников Конкурса:

6.2.2. Отсутствие у участников Конкурса вредной привычки – курение: к моменту завершения Конкурса Класс-участник должен остаться 100% некурящим – 5 баллов.

В случае недостижения этого критерия класс исключается из участия в Конкурсе.

6.2.3. Динамика количества обучающихся с избыточной массой тела на I и III этапах Конкурса оценивается по формуле:

$\frac{\text{Число участников с SD ИМТ выше возрастной нормы}}{\text{Общее число обучающихся в классе}} \times 100\%$

Критерии оценки:

- уменьшение количества участников Конкурса, имеющих SD ИМТ выше возрастной нормы, оценивается увеличением количества баллов: на 10% – 2 балла, на 20% – 4 балла, на 40% – 6 баллов и т. д.;
- увеличение количества участников Конкурса с избыточным SD ИМТ в период проведения Конкурса оценивается снижением количества баллов: на 10% – 2 балла, на 20% – 4 балла, на 40% – 6 баллов и т.д.

6.2.4. Физическая активность участников Конкурса оценивается на I и III этапах Конкурса как регулярная (2–3 раза в неделю) занятость в спортивной секции, спортивной школе, в студии или школе танцев, посещение спортивного зала (наличие абонементов). Оценивается:

- наличие указанной физической активности у 50% участников Конкурса на I этапе – 3 балла;
- за каждые дополнительные 10% охвата участников физической активностью на III этапе – по 1 баллу.

6.2.5. Оценка персонального вклада участников Конкурса проводится при наличии протоколов о сдаче норм, приказов о присвоении знака отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», информации из личного кабинета на сайте Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» участников Конкурса за предыдущий и текущий учебный год:

- наличие участника Конкурса, получившего бронзовый знак отличия комплекса ГТО, оценивается в 0,1 балла;

- наличие участника Конкурса, получившего серебряный знак отличия комплекса ГТО, оценивается в 0,2 балла;

- наличие участника Конкурса, получившего золотой знак отличия комплекса ГТО, оценивается в 0,3 балла.

6.2.6. Участие в задании «Километры жизни». Задание направлено на повышение ежедневной двигательной активности участников Конкурса. Ходьба – вид физической активности, не имеющий противопоказаний, процесс ежедневной фоновой ходьбы (ходьба, которую человек совершает помимо тренировок, в том числе короткие прогулки в течение дня, ходьба по дому, использование лестницы вместо лифта, ходьба вместо поездки на транспорте и др.) может быть измерен и зафиксирован.

Выполнение задания проходит в срок с 9 по 15 марта 2026 года (7 дней). Учет количества шагов производится посредством приложения StepUp (версии для андроидов и айфонов). Организаторы создают отдельные группы для Классов-участников и ежедневно отслеживают информацию об активности.

Оценивается средний показатель (сумма шагов всех учащихся класса, принимающих участие в задании, за 7 дней выполнения задания делится на количество участников):

- до 8 000 шагов – 3 балла;
- от 8 000 до 10 000 шагов – 4 балла;
- от 10 000 и более – 5 баллов.

Организационный комитет конкурса «Здоровый класс»

Молостов Алексей Александрович – председатель организационного комитета Конкурса	Главный врач БУ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики»
Джамбинова Светлана Михайловна – заместитель председателя организационного комитета Конкурса	Заместитель главного врача по организационно-методической работе БУ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики»
Нехорошева Александра Викторовна – член организационного комитета (по согласованию)	Ректор БУ «Ханты-Мансийская государственная медицинская академия»
Любякина Наталья Алексеевна – член организационного комитета (по согласованию)	Проректор по молодежной работе и воспитательной работе БУ «Ханты- Мансийская государственная медицинская академия»
Сакаева Марина Николаевна – член организационного комитета (по согласованию)	Заведующая профилактическим отделением №1 детской поликлиники БУ «Окружная клиническая больница»
Тыщенко Ольга Григорьевна – член организационного комитета (по согласованию)	Директор Департамента образования администрации города Ханты-Мансийска
Зинова Елена Юрьевна – секретарь организационного комитета	Психолог отдела анализа и стратегического планирования БУ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики»

**Заявка на участие в конкурсе «Здоровый класс»**

Наименование образовательного учреждения:

Адрес:

Телефон:

Класс:

Ф. И. О. куратора:

Контактные телефоны, электронная почта куратора:

Состав класса:

№ п/п	Ф. И. О.	Дата рождения
1.		
2.		
3.		

Подпись директора школы _____ / _____

МП

Согласие на участие в конкурсе «Здоровый класс»

Я, _____, _____,
(Ф. И. участника) (дата рождения)

выражаю свое согласие на участие в конкурсе «Здоровый класс», согласен(на) на проведение следующих медицинских исследований:

Наименование исследования	Дата	Подпись
Измерение роста, массы тела, окружности талии		
Исследование на аппарате смокелайзер (определение концентрации угарного газа в выдыхаемом воздухе)		
Биоимпедансный анализ (определение компонентного состава тела)		
Динамометрия кистей (измерение мышечной силы кистей)		

Согласен(на) на:

1. Обработку (любое действие (операцию) или совокупность действий (операций), совершаемых с использованием средств автоматизации или без использования таких средств с персональными данными, включая сбор, запись, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), извлечение, использование, передачу (распространение, предоставление, доступ), следующих персональных данных:

- фамилия, имя, отчество, дата рождения;
- данные о росте;
- данные о массе тела.

2. Проведение тестирования аппаратом смокелайзер («Микро СО») для определения статуса курения, в любой день проведения конкурса.

3. Проведение интервью об участии в конкурсе «Здоровый класс», в том числе для радио и телевидения, а равно для иных средств массовой коммуникации.

4. Осуществление кино- и видеосъемки, аудиозаписи для изготовления рекламных материалов, обнародование и дальнейшее использование моего изображения (ст. 152.1 Гражданского кодекса РФ) без уплаты за это какого-либо вознаграждения.

Указанное согласие дается на срок проведения Конкурса и может быть отозвано в любой момент проведения конкурса, на основании письменного заявления.

Я проинформирован что мои персональные данные будут использованы организатором – БУ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики» для количественной и качественной оценки эффективности участия в конкурсе «Здоровый класс».

Дата _____ 2025 г.

Подпись участника конкурса _____ / _____

Подпись законного представителя участника конкурса _____ / _____

**Информация об охвате участников конкурса «Здоровый класс»
регулярной физической активностью***

Образовательное учреждение:

Класс:

Дата:

№ п/п	Ф. И. участника	Наименование спортивной секции, кружка, школы, занятия фитнесом		Наименование танцевальной студии, школы танцев	
		Начало Конкурса	Завершение Конкурса	Начало Конкурса	Завершение Конкурса
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					

* К регулярной физической активности не относятся занятия шахматами, шашками, дополнительные занятия музыкальной и художественной направленности, изучение иностранных языков, стихийное волонтерство.

Заполнил Куратор _____ / _____
(Ф. И. О.) (подпись)

Анкета №1

Уважаемые участники конкурса «Здоровый класс»!

Вам предлагается заполнить анкету на тему: **«ЧТО ВЫ ЗНАЕТЕ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ»**.

Ваши искренние ответы очень важны для нас. Заполнение анкеты не представляет сложности.

Отвечая на вопросы анкеты, поставьте галочку в квадрате рядом с выбранным Вами вариантом ответа.

В некоторых вопросах можно выбрать несколько вариантов ответа.

Все Ваши ответы будут использованы только в данном исследовании, конфиденциальность гарантируется.

Свое имя, школу и адрес указывать не нужно: анкета анонимна.

1. В каком классе Вы учитесь?	☐ 6 класс	☐ 7 класс		
2. Ваш пол:	☐ Мужской	☐ Женский		
3. Что такое на Ваш взгляд, здоровый образ жизни? <i>(один или несколько вариантов ответа)</i>	☐ Это образ жизни, направленный на сохранение здоровья ☐ Это соблюдение режима дня и правильного питания ☐ Это занятия спортом и закаливание ☐ Не знаю			
4. Является ли Ваш образ жизни здоровым?	☐ Да	☐ Нет	☐ Частично	☐ Не знаю
5. Насколько эффективность жизни зависит от образа жизни?	☐ Полностью	☐ Во многом	☐ Не очень	☐ Не зависит
6. Для чего бы Вы стали вести здоровый образ жизни? <i>(один или несколько вариантов ответа)</i>	☐ Чтобы не беспокоили болезни ☐ Чтобы выглядеть красиво ☐ Чтобы жить долго ☐ Чтобы всего добиться в жизни			
7. На Ваш взгляд Вы считаете свой образ жизни здоровым?	☐ Да		☐ Нет	
8. Какие из нижеперечисленных факторов риска, по Вашему мнению, связанных с образом жизни, опасны для здоровья? <i>(один или несколько вариантов ответа)</i>	☐ Курение ☐ Гиподинамия ☐ Стрессовые ситуации ☐ Низкий культурный и образовательный уровень ☐ Употребление алкоголя ☐ Несбалансированное питание ☐ Употребление наркотиков			
9. Употребляете ли Вы что-либо из перечисленного: алкоголь, никотинсодержащую продукцию, в том числе вейп, наркотики?	☐ Да	☐ Нет	☐ Пробовал (а)	☐ Уже отказался (лась)
10. Как Вы считаете, что больше всего вредит здоровью? <i>(один или несколько вариантов ответа)</i>	☐ Курение ☐ Употребление наркотиков ☐ Стрессовые ситуации ☐ Несоблюдение личной гигиены ☐ Низкий культурный и образовательный уровень ☐ Нарушение питания (переедание, недоедание, нерегулярность приема пищи, питание всухомятку) ☐ Малоподвижный образ жизни ☐ Нарушение режима труда и отдыха ☐ Употребление алкогольных напитков			
11. Что, на Ваш взгляд, необходимо для ведения здорового образа жизни? <i>(один или несколько вариантов ответа)</i>	☐ Наличие денежных средств ☐ Сила воли ☐ Наличие соответствующих знаний ☐ Соответствующая литература ☐ Желание ☐ Другое (что именно):			
12. Кто должен помогать Вам вести здоровый образ жизни? <i>(один или несколько вариантов ответа)</i>	☐ Врачи ☐ Учителя ☐ Друзья ☐ Тренеры	☐ Родители ☐ Родственники ☐ Я сам (сама) ☐ Другое (что именно):		
13. Необходимы ли Вам знания по вопросам здорового образа жизни?	☐ Да	☐ Нет	☐ Не знаю	
14. Вы хотели бы получать информацию о здоровом образе жизни?	☐ Да	☐ Нет		

*** Крепкого Вам здоровья! *** Благодарим за участие! ***

Требования к ведению официального открытого сообщества в социальной сети в ВКонтакте «Здоровый класс 2025/2026 СОШ №...»

1. Все представленные материалы, выкладываемые в сообществе в ВКонтакте (далее – ВК), должны соответствовать основной идее Конкурса и пропагандировать их в информационном пространстве. Сообщество должно быть открытым.

2. На странице ВК допускается размещение: фото/видео материалов, инфографики, рисунков, текстов, памяток, опросов по пропаганде ЗОЖ и профилактике потребления психоактивных веществ, тематические публичные выступления обучающихся в онлайн-формате по теме ЗОЖ, проведение опросов (анкетирования), подготовленных классом-участником, и выложенных на стене сообщества. Темы опросов (анкетирования) не должны повторяться. Обязательное условие – публикация на стене сообщества краткого анализа проведенного опроса (анкетирования).

3. В официальном сообществе ВК рекомендовано размещение постов с информацией об организуемых и проводимых Классом-участником профилактических мероприятиях хештегом #мыорганизуем. Необходимо сопровождение поста о проведенном мероприятии видео- или фото-сюжетом.

4. Посты об участии в профилактических мероприятиях, организованных не Классом-участником, размещаются с хештегом #мыучаствуем.

5. На сообщество должно быть подписано не менее 70% человек от состава Класса-участника. В случае недостижения участниками Конкурса возраста регистрации в указанной социальной сети (14 лет), в сообщество могут включаться родители участников-

6. Наполняемость страницы ВК должна быть не менее пяти постов в месяц.

7. Недопустимо в материалах, выкладываемых в сообществе, наличие ненормативной лексики, оскорблений, клеветы, призывов к насилию, а также высказываний, направленных на разжигание расовой, межнациональной и религиозной розни, не должно содержаться материалов пропагандистского характера с использованием изображений сигарет, алкоголя и наркотиков.

8. Материалы о проведенных профилактических мероприятиях должны сопровождаться следующей информацией:

- уровень проведения мероприятия*;
- наименование;
- цель;
- дата проведения;
- количество участников Конкурса, принимающих участие в мероприятии;
- охват аудитории.

*Уровень проведения мероприятия может быть федеральным, региональным, муниципальным, общешкольным, классным

**Результаты медицинского обследования участников
конкурса «Здоровый класс»**

Образовательное учреждение:

Класс:

Ф.И. участника:

Показатели	Начало конкурса	Завершение конкурса
Возраст (полных лет, месяцев)		
Масса тела		
Рост		
SD ИМТ		
Заключение по SD ИМТ (норма, избыточная масса, ожирение (с указанием степени))		
Смокелайзер (отсутствие курения)		
Динамометрия кистей		
Дата обследования		

Заполнил: _____ / _____
 (Ф. И. О.) (подпись)

**Перечень мероприятий, оцениваемых в рамках
проведения II этапа Конкурса**

№ п/п	Вид активности	Мероприятие	Новость
1.	Физическая активность		
1.1.	Экскурсии (в том числе интерактивные) в музей/океанариум/тир/библиотеку по вопросам здорового образа жизни	+	
1.2.	Экскурсии (в том числе интерактивные) в музей/океанариум/тир/библиотеку НЕ касающиеся вопросов здорового образа жизни		+
1.3.	Организация и проведение мероприятий малой подвижности: физкультминутка, зарядка, динамическая перемена, подвижная игра с обучающимися, не входящими в состав класса-участника (в том числе из других образовательных организаций)	+	
1.4.	Участие в мероприятиях малой подвижности: физкультминутка, зарядка, динамическая перемена, подвижная игра при условии занятости не менее 30% состава класса	+	
1.5.	Участие в спортивных акциях, спортивных соревнованиях, челленджах, флешмобах различного уровня (школьные, городские, региональные, федеральные) при условии занятости не менее 30% состава класса	+	
1.6.	Постановка и исполнение танцев, спортивно-музыкальных композиций (при условии занятости не менее 30% состава класса)	+	
1.7.	Активное участие в мастер-классах, пропагандирующих здоровый образ жизни и отказ от вредных привычек (не менее 30% занятости участников конкурса)	+	
1.8.	Организация патрулей по вопросам здорового образа жизни и профилактики вредных привычек (не менее 30% занятости участников конкурса)	+	
1.9.	Активные прогулки (в лес, на каток, катание с горок и др.)		+
2.	Интеллектуальная активность		
2.1.	Организация и проведение интерактивных викторин по вопросам здорового образа жизни среди обучающихся класса-участника, с обучающимися не входящими в состав класса-участника (в том числе из других образовательных организаций)	+	
2.2.	Участие в уроках здоровья, классных часах, квестах, квизах по тематике здорового образа жизни (при условии участия не менее 30% состава класса)	+	
2.3.	Посещение кинодемонстраций с обсуждением, направленных на пропаганду здорового образа жизни, профилактику вредных привычек	+	

2.4.	Подготовка и защита презентаций, проектов, рефератов по теме здорового образа жизни (при условии занятости не менее 30% состава класса)	+	
2.5.	Активное участие в мастер-классах, пропагандирующих здоровый образ жизни и отказ от вредных привычек (не менее 30% занятости участников конкурса)	+	
3.	Творческая активность		
3.1.	Организация и проведение творческих конкурсов (рисунков, плакатов, видеороликов, сочинений и др.) среди участников Конкурса, с обучающимися не входящими в состав класса-участника (в том числе из других образовательных организаций)	+	
3.2.	Участие в творческих конкурсах (рисунков, плакатов, видеороликов, сочинений, эссе), викторинах, олимпиадах и др. по тематике здорового образа жизни (при условии участия не менее 30% состава класса)	+	
3.3.	Съемка видеороликов, мультфильмов по теме пропаганды здорового образа жизни (при условии участия не менее 30% состава класса)	+	
3.4.	Подготовка и выпуск радио- и телепрограмм (сюжетов) по тематике здорового образа жизни (при условии занятости не менее 30% состава класса)	+	
3.5.	Издание школьной газеты, стенгазеты по теме здорового образа жизни	+	
3.6.	Постановка тематических спектаклей, театрализованных представлений	+	
3.7.	Участие в тематических днях, неделях по вопросам здорового образа жизни и профилактики вредных привычек	+	
3.8.	Участие в мероприятиях в рамках деятельности всероссийских молодежных и детских общественных организаций («Юнармия», «Росмолодежь», «Молодая Гвардия Единой России», «Движение первых» и др.)		+

Результаты выборочного тестирования участников Конкурса «Здоровый класс» на оборудовании, объективирующем факт курения (смокелайзер)

Образовательное учреждение:

Класс:

Дата:

№ п/п	Ф.И. участника	Показатели концентрации карбосигемоглобина	Степень курения
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			

Заполнил _____ / _____ / _____
(должность) Ф. И. О. подпись

**Результат оценки
уровня участия и степени активности в
организации мероприятий участников Конкурса**

Образовательное учреждение/класс _____ / _____

№ п/п	Наименование мероприятия	Уровень проведения мероприятия*	Степень активности участников**
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
		*Сумма всех оценок	**Средний арифметический показатель

Заполнил _____ / _____
(должность) (подпись)

Анкета №2

Уважаемые участники конкурса «Здоровый класс»!

Вам предлагается заполнить анкету на тему: **«ЧТО ВЫ УЗНАЛИ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ»**.

Ваши искренние ответы очень важны для нас. Заполнение анкеты не представляет сложности.

Отвечая на вопросы анкеты, поставьте галочку в квадрате рядом с выбранным Вами вариантом ответа.

В некоторых вопросах можно выбрать несколько вариантов ответа.

Все Ваши ответы будут использованы только в данном исследовании, конфиденциальность гарантируется.

Свое имя, школу и адрес указывать не нужно: анкета анонимна.

1. В каком классе Вы учитесь?	☐ 6 класс	☐ 7 класс		
2. Ваш пол:	☐ Мужской	☐ Женский		
3. Что такое на Ваш взгляд, здоровый образ жизни? <i>(один или несколько вариантов ответа)</i>	☐ Это образ жизни, направленный на сохранение здоровья ☐ Это соблюдение режима дня и правильного питания ☐ Это занятия спортом и закаливание ☐ Не знаю			
4. Является ли Ваш образ жизни здоровым?	☐ Да	☐ Нет	☐ Частично	☐ Не знаю
5. Какие из нижеперечисленных факторов риска опасны для здоровья? <i>(один или несколько вариантов ответа)</i>	☐ Курение ☐ Гиподинамия ☐ Стрессовые ситуации ☐ Низкий культурный и образовательный уровень ☐ Употребление алкоголя ☐ Несбалансированное питание ☐ Употребление наркотиков			
6. На Ваш взгляд Вы считаете свой образ жизни здоровым?	☐ Да		☐ Нет	
7. Как Вы считаете, что больше всего вредит здоровью? <i>(один или несколько вариантов ответа)</i>	☐ Курение ☐ Употребление наркотиков ☐ Стрессовые ситуации ☐ Несоблюдение личной гигиены ☐ Низкий культурный и образовательный уровень ☐ Малоактивный образ жизни ☐ Нарушение режима труда и отдыха ☐ Употребление алкогольных напитков ☐ Нарушение питания (переедание, недоедание, нерегулярность приема пищи, питание всухомятку)			
8. Употребляете ли Вы что-либо из перечисленного: алкоголь, никотинсодержащую продукцию, в том числе вейп, наркотики?	☐ Да	☐ Нет	☐ Пробовал (а)	☐ Уже отказался (лась)
9. Что, на Ваш взгляд, необходимо для ведения здорового образа жизни? <i>(один или несколько вариантов ответа)</i>	☐ Наличие денежных средств ☐ Сила воли ☐ Наличие соответствующих знаний ☐ Соответствующая литература ☐ Желание ☐ Другое (что именно):			
10. Кто должен помогать Вам вести здоровый образ жизни? <i>(один или несколько вариантов ответа)</i>	☐ Врачи ☐ Учителя ☐ Друзья ☐ Тренеры	☐ Родители ☐ Родственники ☐ Я сам (сама) ☐ Другое (что именно):		
11. Необходимы ли Вам знания по вопросам здорового образа жизни?	☐ Да	☐ Нет	☐ Не знаю	
12. Вы хотели бы получать информацию о здоровом образе жизни?	☐ Да	☐ Нет		

*** Крепкого Вам здоровья! *** Благодарим за участие! ***

Итоговая оценочная ведомость конкурса «Здоровый класс»

№ п/п	Школа, класс- участник	Уровень проведени я меропр ия тия (количес тво баллов)	Ведение сообщес тва ВКонта кте (баллы)	Степень активно сти в меропри ятиях (средни й балл)	Динамика SD ИМТ Участника		Охват регулярной физической активностью %/баллы		Некурящие учащиеся %/баллы		Индив идуаль ные достиж ения	Задани е «Кило метры жизни»	Итоговое количество баллов
					Начало Конкурса	Завершение Конкурса	Начало Конкурса	Завершение Конкурса	Начало Конкурса	Завершение Конкурса			
1							%	%	%	%			
					балл	балл	балл	балл	балл	балл			
2							%	%	%	%			
					балл	балл	балл	балл	балл	балл			
3							%	%	%	%			
					балл	балл	балл	балл	балл	балл			

Председатель Оргкомитета: _____ / _____
 Заместитель председателя Оргкомитета: _____ / _____
 Члены Оргкомитета: _____ / _____
 _____ / _____
 _____ / _____
 _____ / _____

Протокол заседания Оргкомитета конкурса «Здоровый класс»

Дата проведения: «__» апреля 2026 г.

Ф. И. О. присутствующих:

	- председатель Оргкомитета;
	- заместитель председателя Оргкомитета;
	- член Оргкомитета;
	- член Оргкомитета;
	- член Оргкомитета;
	- член Оргкомитета;
	- член Оргкомитета;
	- секретарь организационного комитета.

Обсуждаемые вопросы:

1. Результаты Конкурса (рассмотрение отчетных документов классов-Участников, итоговой оценочной ведомости).

2. Качественный анализ данных по физическому развитию детей на момент завершения Конкурса, с обсуждением возможности отметить индивидуальные достижения.

Решение:

1. Члены Оргкомитета обсудили результаты работы классов-участников и присудили следующие оценки:

№ п/п	Наименование образовательного учреждения, класса- Участника	Итоговое количество баллов	Присужденное место	Примечания
1				
2				
3				
4				

2. Обсуждение возможности индивидуального награждения детей, достигших положительных изменений в состоянии своего физического развития.

Председатель Оргкомитета: _____ / _____

Заместитель председателя Оргкомитета: _____ / _____

Секретарь Оргкомитета: _____ / _____

Члены Оргкомитета: _____ / _____
 _____ / _____
 _____ / _____
 _____ / _____
 _____ / _____
 _____ / _____