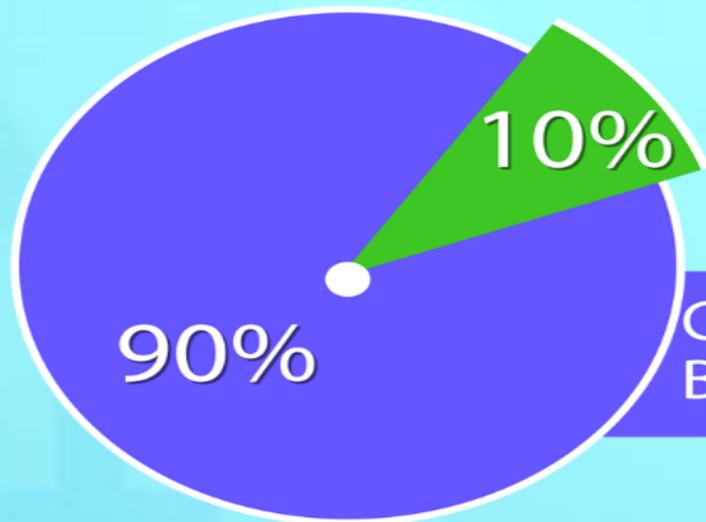


# **Уроки здоровья**

**проект разработан  
ГБУЗ «Республиканский центр  
медицинской профилактики  
им. В.Р. Бояновой МЗ РБ»**





БЕЗ ОТКЛОНЕНИЙ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ

ОТКЛОНЕНИЯ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ

СРЕДИ 90% ДЕТЕЙ С ОТКЛОНЕНИЯМИ  
В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ

МОЗГОВЫЕ ДИСФУНКЦИИ



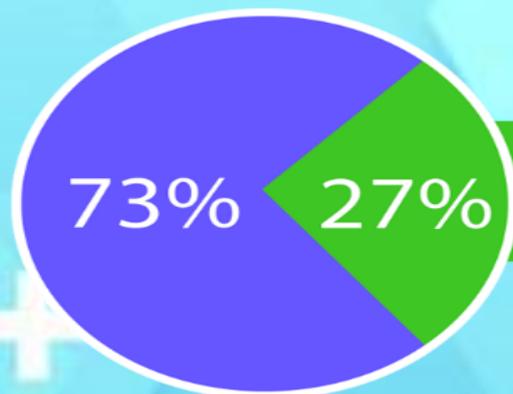
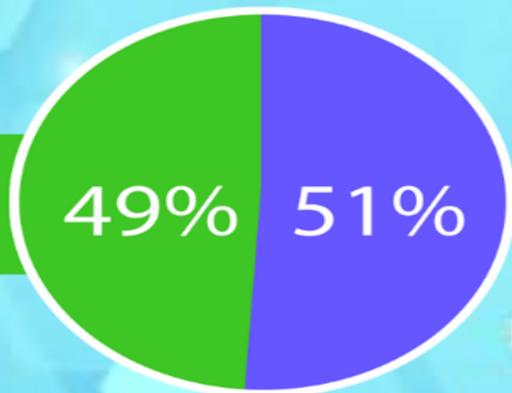
ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ



ИЗБЫТОЧНАЯ МАССА ТЕЛА



ПРОВОДЯТ ВРЕМЯ  
НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ  
ПОСЛЕ ЗАНЯТИЙ В ШКОЛЕ



ДЕЛАЮТ ПЕРЕРЫВЫ  
МЕЖДУ ПРИГОТОВЛЕНИЕМ  
УРОКОВ

# Общая распространенность факторов риска НИЗ среди школьников г. Улан-Удэ

по данным Центра здоровья для детей за 2017 – 2019 г.г

| Фактор риска   | 2017<br>(10.496 чел.) |             | 2018<br>( 11.852чел.) |             | 2019<br>(13.607 чел.) |             |
|----------------|-----------------------|-------------|-----------------------|-------------|-----------------------|-------------|
|                |                       | %           |                       | %           |                       | %           |
| Избыточный вес | 490                   | <b>4,7</b>  | 648                   | <b>5,5</b>  | 855                   | <b>6,3</b>  |
| НФА            | 1871                  | <b>17,8</b> | 1707                  | <b>14,0</b> | 2973                  | <b>21,9</b> |
| Повышение АД   | 70                    | <b>0,7</b>  | 72                    | <b>1,0</b>  | 79                    | <b>0,6</b>  |
| Стресс         | 1929                  | <b>18,4</b> | 1938                  | <b>16,0</b> | 2306                  | <b>17,0</b> |
| Курение        | 412                   | <b>3,9</b>  | 420                   | <b>4,0</b>  | 600                   | <b>4,4</b>  |

# Цель проекта:

1. Сохранение и укрепление здоровья детей и подростков в условиях образовательного процесса, формирование культуры здорового образа жизни
2. Совершенствование системы гигиенического обучения и воспитания

# Этапы реализации проекта:

1. Подготовительный этап: разработка, утверждение проекта – январь - февраль 2020 г.
2. Основной этап: реализация плана мероприятий проекта - февраль – ноябрь 2020 г.
3. Заключительный этап: подведение итогов проекта – декабрь 2020 г.

# Ответственные за реализацию проекта :

1. ГБУЗ «Республиканский центр медицинской профилактики МЗ РБ им. В.Р. Бояновой»
2. Комитет по образованию г. Улан-Удэ
3. Районные Управления образования

# Исполнители проекта

- Специалисты ГБУЗ «Республиканский центр медицинской профилактики МЗ РБ им. В.Р. Бояновой»
- Педагоги (классные руководители) школ республики

# В результате реализации мероприятий проекта ожидается:

- Повышение информированности школьников по вопросам здоровьесбережения, формирование и укрепление гигиенических навыков (по результатам тестирования на входе и выходе)
- Повышение мотивации и приверженности к ведению здорового образа жизни (анкетирование на входе и выходе)
- Улучшение показателей здоровья по результатам диагностики Центром здоровья для детей (в пилотной СОШ)

# Единые Уроки здоровья

| Мероприятие   | Срок проведения  |
|---|--|
| Урок «Здоровый образ жизни – путь к успеху»   | 7 апреля 2020 г.<br>Всемирный день здоровья                              |
| Урок «Профилактика экзаменационной тревожности» для учащихся 9, 10, 11 классов                      | 2-я декада апреля 2020 г.  |
| Урок в рамках Всероссийской акции, приуроченной к Всемирному дню оказания первой медицинской помощи | 12 сентября 2020 г.<br>Всемирный день оказания первой медицинской помощи |
| Урок профилактики вредных привычек «Научись говорить «НЕТ!»   | 19 ноября 2020 г.<br>Международный день отказа от курения                |

# Обучающие мероприятия в СОШ - участнике пилотного проекта

| № | Мероприятие   | Срок проведения  |
|---|---|--|
| 1 | Урок «Здоровый образ жизни – путь к успеху»   | Апрель 2020 г.<br>в Всемирный день здоровья                              |
| 2 | Урок «Профилактика экзаменационной тревожности» для учащихся 9, 10, 11 классов                      | 2-я декада апреля 2020 г.  |
| 3 | Урок «Спасите жизни: мойте руки» (программа ВОЗ)  | 5 мая 2020 г.<br>Всемирный день гигиены рук                              |
| 4 | Урок в рамках Всероссийской акции, приуроченной к Всемирному дню оказания первой медицинской помощи | 12 сентября 2020 г.<br>Всемирный день оказания первой медицинской помощи |
| 5 | Урок «Гигиена полости рта»  | 2 октября 2020 г.<br>Всемирный день улыбки                               |
| 6 | Урок по вопросам охраны репродуктивного здоровья девочек и мальчиков                                | Октябрь 202 г.   |
| 7 | Урок по профилактике вредных привычек «Научись говорить «НЕТ!»                                      | 19 ноября 2020 г.<br>Международный день отказа от курения                |

# Центр медицинской профилактики в социальных сетях

НОВОСТИ



ГБУЗ РЦМП МЗ РБ им. В.Р. Бояновой



**Здоровье 03**



**@zdrogovye\_03**



**Центры Здоровья РЦМП**



**Центр здоровья г. Улан-Удэ**

## думаешь ты?



Анкета  
по раннему  
выявлению  
онкологических  
заболеваний



**Стратегия развития  
добровольческого  
движения  
в Республике Бурятия**



