

Администрация
Кирсановского муниципального округа
Тамбовской области
отдел образования
ПРИКАЗ

16.04.2025

г. Кирсанов

№ 37

О реализации регионального проекта «Здоровый регион» в общеобразовательных организациях Кирсановского муниципального округа

В целях создания условий для формирования культуры здоровья обучающихся, как базовой ценности, средствами физической культуры и туризма, привлечения к активному отдыху, изучению культурных и природных богатств Кирсановского муниципального округа, гармоничного сочетания физической активности и познавательного интереса к исследованию новых мест, увеличения численности детей и подростков, в том числе детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, охваченных мероприятиями физкультурно-спортивной и туристско-краеведческой направленности во внеурочное время, а также на основании приказа министерства образования и науки Тамбовской области от 15.04.2025 №915 «О реализации регионального проекта «Здоровый регион», ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Обеспечить реализацию проекта в общеобразовательных организациях, расположенных на территории Кирсановского муниципального округа.

2. Назначить заместителя начальника отдела Сутормину Ольгу Васильевну, ответственной за организацию работы по реализации плана мероприятий проекта.

3. Утвердить:

3.1. План мероприятий регионального проекта «Здоровый регион» в общеобразовательных организациях Кирсановского муниципального округа во внеурочное время согласно Приложению № 1;

3.2. Методические рекомендации по проведению мероприятий регионального проекта «Здоровый регион» в общеобразовательных организациях Кирсановского муниципального округа согласно Приложению № 2.

4. Директору муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Уваровщинская средняя общеобразовательная школа» (Хохлова):

4.1. обеспечить участие обучающихся, педагогических работников и образовательных организаций в мероприятиях проекта.

4.2. назначить лиц, ответственных за проведение мероприятий в рамках реализуемого проекта;

4.3. проводить мероприятия согласно **разработанному** и утвержденному плану мероприятий;

4.4. формировать отчетные документы и **предоставить** их в отдел образования на электронную почту: **obraz4@r37.tambov.gov.ru**;

4.5. обеспечить безопасность проведения мероприятий.

5. Приступить к реализации проекта с апреля 2025 года. Срок реализации проекта – 3 года.

6. Контроль за исполнением приказа возложить на заместителя начальника отдела образования Д.В. Болотину.

Начальник отдела образования



С.Н. Простецова

**План мероприятий регионального проекта «Здоровый регион» в
 общеобразовательных организациях
 Кирсановского муниципального округа
 во внеурочное время**

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки исполнения	Ответственный
Туристско-краеведческие мероприятия			
1	Конкурс рисунков «Мир глазами туриста»	Май	Отдел образования, МБОУ «Уваровщинская сош»
2	Конкурс туристских историй	Май	Отдел образования, МБОУ «Уваровщинская сош»
3	Акция «Маршрут здоровья»	Июнь – август	Отдел образования, МБОУ «Уваровщинская сош»
4	Акция «Туристские фотохроники»	Декабрь – январь	Отдел образования, МБОУ «Уваровщинская сош»
5	Конкурс узлов	Февраль – март	Отдел образования, МБОУ «Уваровщинская сош»
Физкультурно-спортивные мероприятия			
6	Игра в Городки	Май	Отдел образования, МБОУ «Уваровщинская сош»
7	Фестиваль дворовых игр	Июнь	Отдел образования, МБОУ «Уваровщинская сош»
8	Велопробег «По памятным местам Великой Отечественной войны! Помним! Гордимся! Не забудем!»	Июнь-июль	Отдел образования, МБОУ «Уваровщинская сош»
9	Русская народная командная игра «Лапта»	Сентябрь	Отдел образования, МБОУ «Уваровщинская сош»
10	Спортивное мероприятие ко Дню учителя «Наша школьная дружная семья»	Октябрь	Отдел образования, МБОУ «Уваровщинская сош»
11	Фотоконкурс «Спорт в объективе»	Ноябрь-декабрь	Отдел образования, МБОУ «Уваровщинская сош»
12	Конкурс рисунков «Краски спорта»	Январь-февраль	Отдел образования, МБОУ «Уваровщинская сош»
13	Мастер-класс/ тренировка/ зарядка с лучшими спортсменами муниципального округа	Апрель	Отдел образования, МБОУ «Уваровщинская сош»
14	Конкурс чтецов	Апрель	Отдел образования, МБОУ «Уваровщинская сош»



**Методические рекомендации
по проведению мероприятий регионального проекта «Здоровый регион» в
общеобразовательных организациях
Кирсановского муниципального округа**

1. Конкурс рисунков «Мир глазами туриста»

Цель: развитие интереса к туризму, популяризация походов и сохранение культурного наследия через художественное творчество.

Задачи:

- привлечение внимания к красоте родного края и мировых достопримечательностей;
- стимулирование фантазии и художественных навыков у участников;
- формирование бережного отношения к природе и культурным объектам;
- вдохновение на изучение новых мест через искусство;
- поддержка юных и профессиональных художников, занимающихся туристской тематикой.

Краткая аннотация: конкурс проводится в онлайн-формате. Участникам конкурса необходимо нарисовать работы на заданные темы и предоставить на оценку в жюри конкурса, которое подводит итоги. Итоги необходимо разместить на официальных сайтах и в социальных сетях.

Возможные номинации:

1. Пеший туризм;
2. Водный туризм;
3. Горный туризм.

Возрастные категории:

1. 6-7 лет;
2. 8-9 лет;
3. 10-13 лет;
4. 14-18 лет.

2. Конкурс туристских историй

Цель: развитие интереса к путешествиям, популяризация туризма и обмен яркими впечатлениями через увлекательные рассказы о личном туристском опыте.

Задачи:

- популяризация туризма - вдохновить людей на совершение путешествий через живые и эмоциональные истории;
- сохранение туристских традиций – зафиксировать уникальный опыт

путешественников, включая культурные, природные и гастрономические открытия;

- развитие коммуникации между туристами – создать площадку для обмена полезными советами, маршрутами;
- выявление лучших авторов – поощрить самых талантливых рассказчиков, чьи истории отличаются оригинальностью, юмором или глубиной;
- стимулирование творческого самовыражения – предоставить участникам возможность поделиться своими приключениями в литературной форме.

Краткая аннотация: конкурс проводится в онлайн-формате. Участники конкурса должны выбрать тему истории из предложенных и написать свой рассказ.

Темы конкурса:

1. Комичное приключение;
2. Поучительная история;
3. История в стихах.

Истории должны быть оригинальными, эмоциональными, искренними, полезными и написанными самостоятельно.

3. Акция «Маршрут здоровья»

Цель: поддержание исторической памяти среди подрастающего поколения, изучение краеведения и получение практических туристских навыков.

Задачи:

- привитие обучающимся любви к своей Родине, ее природе и истории;
- поддержание чистоты у объектов культурного и природного наследия;
- пропаганда здорового образа жизни путем проведения походов в природной среде.

Краткая аннотация: акция проводится в очном формате. Обучающиеся образовательных организаций идут в поход выходного дня. Маршрут должен пролегать мимо объектов культурного и природного наследия, где обучающиеся проводят экологический десант, облагораживают близлежащую территорию и наводят порядок. Результаты о проделанной работе группа направляет в отдел образования (отчет, фотографии, видеоматериалы).

4. Акция «Туристские фотохроники»

Цель: сохранение и популяризация истории туризма через личные фотографии, демонстрация преемственности поколений, вдохновение людей на активный отдых и путешествия.

Задачи:

- сбор архива туристских фотографий разных эпох, отражающих дух походов, путешествий и активного отдыха;
- отображение связи поколений через истории, запечатлённые на

снимках, показав, как с течением времени менялся туризм, снаряжение;

- развитие интереса к истории туризма и краеведению, напоминая о значимых местах и маршрутах;

- описание эволюции туризма и вдохновение новых путешественников.

Краткая аннотация: акция проводится в онлайн-формате. Участникам необходимо поделиться фотоматериалами, сделанными во время похода, совершенного не позднее 2000 года. Работы принимаются с кратким описанием: указание района похода и тех, кто изображен на ней.

5. Конкурс узлов

Цель: освоение и развитие навыка вязания узлов среди обучающихся.

Задачи:

- знание различных типов узлов;
- понимание назначения каждого узла и условий его применения;
- проверка знаний и навыков участников в области туризма, выживания в природных условиях и работы с веревочными системами;
- привлечение обучающихся к занятиям по туризму, как к одной из наиболее эффективных и доступных форм отдыха и оздоровления.

Краткая аннотация: конкурс проводится в онлайн-формате. Участник должен предоставить на конкурс видеоролик по завязыванию узлов. В видеоролике участник называет свою фамилию и имя, класс, наименование школы и номинацию. Список узлов: проводник, восьмерка, австрийский проводник, прямой, встречный, ткацкий, грейпвайн, брамшкотовый, академический, штык, удавка, булинь, стремя, схватывающий, двойной проводник, а также его назначение, применение и польза как в туризме, так и повседневной жизни.

Номинации:

- «Максимум узлов»: у участника должно быть заготовлено достаточное количество веревок для узлов, которые он запланировал завязать, а также импровизированные опоры для соответствующих узлов. После слов «Приступаю» (начинается отсчет времени) и он начинает вязать узлы из списка. Время работы 2 минуты 30 секунд. По окончании времени участник говорит: «Закончил», после чего предоставляет узлы к осмотру. После чего рассказывает о назначении каждого из перечисленных узлов.

- «От опоры к опоре». Участник заранее устанавливает две опоры, расположенные на 1,5 метра друг от друга. У него должны быть заготовлены 3 веревки разных диаметров (2 — одного, 1 — другого). После слов «Приступаю» начинается отсчет времени. Задача участника связать две опоры, используя 2 разных узла для крепления к опорам и 2 разных узла для связывания веревок. Когда задание выполнено, участник говорит: «Закончил» и время останавливается. Узлы предоставляются к осмотру. Результатом должна быть линия веревок от опоры к опоре с провисанием не более 10 см. Учитывается время исполнения задания и качество завязанных узлов. После чего рассказывает о назначении каждого из перечисленных узлов.

Система штрафов и поощрений:

1. Незначительные ошибки в рисунке узла, незначительные перехлесты 30 сек.;
2. Неправильно завязанный узел (в том числе контрольный) + 60 сек.;
3. За правильное использование узла в рамках задания, не входящих в перечень узлов - 15 сек.

Требования к видео-работам участников турнира:

1. Приоритет — высокое качество видео;
2. Четкий звук и слышимость голоса;
3. После выполнения упражнения — поднести камеру к узлам и показать его со всех сторон, чтобы судьи смогли оценить качество и правильность исполнения.

Возрастные категории:

1. 5-7 классы;
2. 8-11 классы.

6. Русская народная командная игра «Лапта»

Цель: популяризация русско-народной командной игры «Лапта», национального вида спорта.

Задачи:

- получение навыков игры в лапту;
- приобретение соревновательного опыта обучающимися по лапте.

Краткая аннотация: игра проводится в очном формате. В лапту играют две команды, каждая из которых насчитывает до десяти игроков. Они располагаются на большом поле. Покрытие не имеет большого значения, но лучше играть на траве. Одна команда нападает — «бьющие», другая защищается — «водящие». «Бьющие» подают мяч в поле и после этого совершают забег на противоположный его конец за линию кона, разворачиваются и бегут обратно в «пригород». Задача «водящих» попасть в них мячом, иначе говоря, осалить, тем самым выведя соперника из игры. За каждое удачно совершенное действие обеим командам начисляются очки. Победить определяется по наибольшей сумме побед.

7. Игра в Городки

Цель: популяризация национального вида спорта городки.

Задачи:

- освоение навыков игры в городки;
- приобретение соревновательного опыта обучающимися и повышение спортивного мастерства;
- определение лучших команд.

Краткая аннотация: игра проводится в очном формате. Соревнования командные, проводятся отдельно среди команд юношей и команд девушек, в соответствии с правилами вида спорта «гороδοшный спорт», утвержденными Минспортом России.

Состав каждой команды: 3 человека.

В заходе каждый участник команды выходит на кон для бросков только один раз. Нарушение приводит к проигрышу в партии, сыгранной с нарушением. Порядок выхода игроков определяет капитан, представитель команды.

Для соревнований используются 10 фигур в следующей последовательности постановки фигур: 1. «Пушка», 2. «Вилка», 3. «Колодец», 4. «Стрела», 5. «Артиллерия», 6. «Серп», 7. «Пулеметное гнездо», 8. «Самолет», 9. «Тир», 10. «Письмо» (городки ставятся вертикально).

Соревнования проводятся по упрощенным правилам. Броски производятся с расстояния не ближе 6,5 м полимерными битами весом не более 2 кг. Для игры используются цилиндрические городки.

На выбивание 10 фигур 20 бросками (битами) участнику дается два броска. Если первым броском фигура выбивается полностью, то она ставится повторно и снова выбивается, если первым броском выбиты не все городки фигуры, то они добиваются вторым броском. Очередному участнику команды ставится следующая фигура независимо от результатов бросков предыдущего участника.

В зачет идет количество выбитых городков.

При равенстве результатов преимущество получает команда, выбившая меньшим количеством бросков последнюю фигуру в партии, при равенстве – предпоследнюю и т.д.

Победитель определяется по наибольшей сумме побед.

8. Фестиваль дворовых игр

Цель: вовлечение обучающихся в систематические занятия физической культурой и спортом через игровую деятельность, пропаганда здорового образа жизни, содействие в развитии двигательных способностей и талантов у детей и молодежи.

Задачи фестиваля:

- знакомство с дворовыми играми;
- пропаганда здорового образа жизни;
- содействие в развитии двигательных способностей у детей.

Краткая аннотация: игры проводятся в очном формате. Спортивное мероприятие включает в себя знакомство с дворовыми играми: «классики», «резиночка», «казаки-разбойники», «салки», «колечко», «горелки», «жмурки», «море волнуется раз», «вышибалы», «рыбалка», «картошка» и др. на усмотрение организаторов.

9. Велопробег «По памятным местам Великой Отечественной войны! Помним! Гордимся! Не забудем!»

Цель: сохранение памяти о героическом прошлом и укрепление здоровья подрастающего поколения через популяризацию велосипедного спорта активного образа жизни.

Задачи:

- повышение осведомленности участников велопробега о ключевых событиях и героях войны;
- знакомство с памятными местами малой Родины;
- формирование чувства гордости за свою страну и её героев;
- воспитание уважения к ветеранам и их подвигам;
- пропаганда активного отдыха и занятий спортом;
- создание площадки для общения и взаимодействия между молодыми людьми и ветеранами, участниками СВО;
- создание фото- и видеоматериалов о ходе пробега;
- публикация отчетов и статей в средствах массовой информации, на сайтах образовательных организаций, социальных сетях.

Краткая аннотация: мероприятие проводится в очном формате. Определитесь с ключевыми памятными местами, которые вы хотели бы включить в веломаршрут. Это могут быть мемориалы, памятники, места сражений, музеи. Составьте детальную карту маршрута с учетом времени и остановок на каждом пункте. Опишите временные рамки каждой части пробега, включая старт, остановки у памятных мест, перерывы на отдых и финиш. Соблюдайте все необходимые меры безопасности, медицинского сопровождения. Торжественная церемония может включать в себя: открытие, возложение цветов, минуту молчания и другие важные моменты, которые будут проходить на ключевых точках маршрута.

Критерии оценки:

1. Соответствие маршрута заявленному плану (разработка плана с соблюдением всех мер предосторожности и выполнением всех контрольных точек маршрута);
2. Культурно-патриотическая составляющая (запланированные мероприятия на каждом памятном месте, возможно включение выступлений почетных гостей, рассказов экскурсовода/ руководителя маршрута, возложение венков, цветов и пр., концертная программа, церемония награждения и др.);
3. Творческая составляющая (создание фото- видеоматериалов, подготовка отчета, презентаций о мероприятии);
4. Информационная поддержка (пост и пресс релизы, публикации в СМИ, социальных сетях, на сайте образовательной организации).

10. Мастер-класс/ тренировка/ зарядка с лучшими спортсменами муниципального округа

Цель: пропаганда здорового образа жизни и приобщение к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Задачи:

- формирование навыков ведения здорового образа жизни;

- развитие физических качеств (выносливости, ловкости, силы, умения координировать свои движения);
- предоставление возможности взаимодействия с известными спортсменами для мотивации подрастающего поколения на достижение спортивных успехов.

Краткая аннотация: мероприятие проводится в очном формате. Спортивное мероприятие, проводится коллективно с привлечением организаций дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, ведущих спортсменов малой Родины.

Фото, видеоотчет - в формате публикации на странице образовательной организации с сопутствующими хештегами* Проекта.

11. Фотоконкурс «Спорт в объективе»

Цель: формирование здорового и безопасного образа жизни через искусство фотографии.

Задачи Конкурса:

- развитие фотографических навыков;
- формирование творческого потенциала обучающихся через фотографию;
- приобщение детей и подростков к эстетическому восприятию спорта, как искусства.

Краткая аннотация: конкурс проводится в онлайн-формате.

Номинации Конкурса:

- «Эмоции спортивных побед»;
- «Главное - не победа, главное - участие!»;
- «Команда – спортивная семья!».

Критерии оценки:

- соответствие работы теме, целям, задачам и условиям Конкурса;
- оригинальность сюжета;
- степень воспитательного воздействия на зрителя.

12. Конкурс рисунков «Краски спорта»

Цель: привлечение внимания детей и молодежи к спорту и физической активности через творчество.

Задачи Конкурса:

- приобщение детей и подростков к здоровому образу жизни через изобразительное искусство;
- создание условий для раскрытия творческого потенциала обучающихся;
- формирование уважения к достижениям российских спортсменов и гордости за спортивные успехи страны, свои собственные успехи;
- воспитание социальной активности молодого поколения.

Краткая аннотация: конкурс проводится в онлайн-формате. Рисунки могут быть выполнены в любой технике (гуашь, акварель, карандаш,

смешанная техника) в формате А4. Работы осуществляются без помощи родителей или педагогов. Количество представляемых на Конкурс работ – не больше одной от участника.

Критерии оценки:

- соответствие работы теме, целям, задачам и условиям Конкурса;
- художественное исполнение;
- оригинальность идеи;
- степень воспитательного воздействия на зрителя.

13. Конкурс чтецов

Цель: создание условий для активизации интереса обучающихся к литературному наследию, отражающему спортивную историю нашей Родины.

Задачи конкурса:

- развитие интереса к литературному творчеству в контексте спортивной тематики;
- создание условий для раскрытия творческого потенциала обучающихся;
- определение наиболее одаренных чтецов;
- пробуждение интереса к истории российского спорта, героическим победам наших атлетов и чувства гордости за страну;
- формирование навыков публичного выступления.

Краткая аннотация: конкурс проводится в очном формате. Художественное чтение стихов на спортивную тему.

Критерии оценки:

- артистизм и выразительность исполнения;
- знание текста произведения;
- техника чтения;
- дикция;
- понимание текста и глубина проникновения в образ;
- соответствие выбранного произведения возрасту и возможностям исполнителя;
- внешний вид участника и манеры поведения.

14. Спортивное мероприятие «Наша школьная дружная семья» посвященное Дню Учителя

Цель: пропаганда здорового образа жизни и приобщение к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Задачи:

- формирование навыков ведения здорового образа жизни;
- приобщение к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- развитие физических качеств (выносливости, ловкости, силы, умения координировать свои движения);
- развитие навыков работы в команде.

Краткая аннотация: мероприятие проводится в очном формате

Спортивное мероприятие, проводится по командным видам спорта в формате малой спартакиады (волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис и др., на усмотрение организаторов) с привлечением ученического, педагогического сообщества и родительской общественности.

Победителем становится команда, одержавшая большее количество побед.

Информация о вышеуказанных мероприятиях, акциях и событиях Проекта размещается на сайтах и в социальных сетях образовательных организаций с хештегами: **#здоровыйрегион68, **#туризмнатамбовщине**, **#ЗОЖнатамбовщине**.*