Регламенты проведения марафона здорового образа жизни
«Зарядись здоровьем» (для обучающихся 5-9 классов)
в 2023 – 2024 учебном году

Общие положения

Марафон здорового образа жизни «Зарядись здоровьем» (для обучающихся 5-9 классов) (далее – Марафон) проводится в рамках проекта «Урок правопорядка» (далее – Проекта) районной программы «Воспитание». Настоящий Регламент определяет порядок реализации Марафона в образовательных организациях района.

Марафон реализуется путем организации и проведения этапов маршрута здоровья (Приложение 1). Подготовку и проведение этапов маршрута здоровья осуществляет ответственный (куратор **команды/класса**) от образовательного учреждения. Координацию работы команд Марафона осуществляет координатор Марафона – ответственное лицо, назначенное за реализацию модуля в ОУ.

Информация о ходе реализации Марафона размещается на официальном сайте ГБУ ЦППМСП Фрунзенского района (http://www.cpmss-frn.edusite.ru/) в разделе Марафон здорового образа жизни «Зарядись здоровьем» (для обучающихся 5-9 классов), а также в группе социальной сети «ВКонтакте» Марафона https://vk.com/health_frn.

Ответственность за соблюдение авторских прав при представлении материалов для публикации отчетных постов в рамках Марафона несет автор (участник, коллектив участников), представивший данные материалы.

Совершеннолетние участники Марафона, родители/законные представители обучающихся - участников Марафона, предоставляя свои данные, дают согласие на обработку персональных данных участников Проекта.

Организаторы Марафона оставляют за собой право демонстрации поступивших материалов на официальных ресурсах Проекта, а также некоммерческого использования материалов для развития системы профилактики правонарушений и зависимого поведения, а также формирования здорового образа жизни у участников образовательных отношений.

Цель и задачи

Цель Марафона – создание в общеобразовательных организациях Фрунзенского района Санкт-Петербурга условий для пропаганды здорового образа жизни, а также профилактики правонарушений и зависимого поведения обучающимися образовательных организаций.

Задачи Марафона:

- способствовать повышению эффективности функционирования системы профилактики аддиктивного поведения обучающихся образовательных учреждений Фрунзенского района Санкт-Петербурга;
- содействовать формированию в образовательной среде открытого информационно-профилактического пространства, обеспечивающего пропаганду здорового образа жизни участников образовательного процесса;
- развивать социальную ответственность и активность обучающихся на основе вовлечения их в создание социальных проектов, направленных на пропаганду ценностей здорового образа жизни, безопасного поведения и отказа от незаконного (немедицинского) потребления наркотических средств и психотропных веществ;
- активизировать профилактические ресурсы семьи, создать условия для разработки и реализации партнерских проектов, с родителями обучающихся; активизировать привлечение родителей и членов семей к общественно-полезной деятельности, направленной на пропаганду здорового образа жизни, ценностей физического, психического, социального и духовного здоровья.

Организаторы Марафона

Государственное бюджетное учреждение Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи Фрунзенского района (далее – ЦППМСП).

Непосредственное проведение маршрута здоровья Марафона осуществляется

образовательными учреждениями района.

Контактное лицо - Филатова Мария Валентиновна, тел.: +7-950-038-79-91; e-mail: MarafonHealthy2023@yandex.ru

Условия участия в Марафоне

- Участниками Марафона являются обучающиеся 5–9 классов общеобразовательных учреждений Фрунзенского района Санкт-Петербурга
- Участие в Марафоне добровольное.

Порядок проведения Марафона

Марафон проводится на базе образовательных учреждений Фрунзенского района с 01 сентября 2023 года по 25 мая 2024 года в несколько этапов:

1 этап. В срок до 13.09.2023 г. (включительно) координатор Марафона от ОУ подает предварительную заявку, заполнив форму https://forms.yandex.ru/cloud/64f9c7c8c417f310e5dd7597/

До конца сентября кураторам команд необходимо заполнить заявку на участие в марафоне ЗОЖ «Зарядись здоровьем» (Приложение 2), и передать через координатора Марафона от ОУ координатору Модуля (Филатовой М.В.) в ЦППМСП (ул. Белы Куна, 24 к. 2, 10 каб.).

С 14 по 15 сентября 2023 года пройдет установочная встреча координаторов и кураторов Марафона (онлайн). Точная дата и время будет сообщена в письме, высланном на почту, указанную в заявке. Далее будут проводиться консультации с координаторами Марафона от ОУ в очном формате (при запросе).

2 этап. С 18 по 29 сентября 2023 г. команды Марафона создают свои индивидуальные маршруты здоровья.

Маршрут здоровья – это творчески оформленный командой на ватмане или в электронном виде (формат jpeg, pptx) перечень тех активностей, в которых команда планирует принять участие.

При создании маршрута здоровья команда ориентируется на темы, указанные в Приложении 1. Далее в течение сроков проведения Маршрута команды реализуют активности, согласно выбранным темам. Выполнение первого и последнего блоков Маршрута здоровья – обязательное условие участия в Марафоне.

3 этап. С 02 октября 2023 г. по 30 апреля 2024 г. команды Марафона разрабатывают и реализуют активности, отвечающие выбранным темам.

После проведения активностей в срок до 25 числа каждого месяца куратор (или представитель команды публикует пост о том, как была реализована тема Марафона в группе социальной сети «ВКонтакте» Марафона https://vk.com/health_frn, подписывая каждый пост тегами (подробнее можно узнать в данном разделе https://vk.com/topic-222460090_49960808)

В итоговой таблице ежемесячно будут отражаться результаты участия команд Марафона.

4 этап. С 01 по 10 мая 2024 г. команды создают итоговый продукт (видеоролик, презентацию) о том, как участники команды проходили Маршрут здоровья. Материал также публикуется в группе социальной сети «ВКонтакте» Марафона https://vk.com/health_frn, подписывая каждый пост тегами (подробнее можно узнать в данном разделе https://vk.com/topic-222460090_49960808). С требованиями к публикации поста в группе можно также ознакомиться по ссылке https://vk.com/topic-222460090_49960808.

Подведение итогов Марафона

Подведение итогов Марафона проводится заочно на основе анализа представленных ежемесячных материалов (публикаций в группе https://vk.com/health_frn). Итоговые результаты выкладываются на официальных ресурсах Марафона (см. «Общие положения») не позднее 20 мая 2024 г. Команды-участники получают сертификат участников Марафона.

Электронный сертификат участника получают те команды, которые прошли весь маршрут здоровья (выполнили все 9 заданий).

Приложение 1
к Положению о реализации
во Фрунзенском районе Санкт-Петербурга
Марафона здорового образа жизни
«Зарядись здоровьем» (для обучающихся 5-9 классов)
в 2023-2024 учебном году

№ п/п	Название темы	сроки	Содержание темы
1.	**Старт Марафона***	сентябрь 2023 г.	- создание маршрута здоровья - создание визитки команды
2.	тема "Распорядок дня"	октябрь 2023 г.	- команда придумывает и реализует активности по заданной тематике
3.	тема "Правильное питание"	ноябрь 2023 г.	- команда придумывает и реализует активности по заданной тематике
4.	тема "Чистота вокруг меня"	декабрь 2023 г.	- команда придумывает и реализует активности по заданной тематике
5.	тема "Физическая активность"	январь 2024 г.	- команда придумывает и реализует активности по заданной тематике
6.	тема "Социальная реклама здорового образа жизни"	февраль 2024 г.	- команда придумывает и реализует активности по заданной тематике
7.	тема "Отказ от пагубных привычек"	март 2024 г.	- команда придумывает и реализует активности по заданной тематике
8.	тема "Будь здоров" (ко всемирному дню здоровья)	апрель 2024 г.	- команда придумывает и реализует активности по заданной тематике
9.	**тема "Подводим итоги" ***	май 2023 г.	- создание итогового видео-отчета о работе команды в течение 2023-2024 учебного года

* обязательные для реализации командой темы маршрута

Приложение 2
к Положению о реализации
во Фрунзенском районе Санкт-Петербурга
Марафона здорового образа жизни
«Зарядись здоровьем» (для обучающихся 5-9 классов)
в 2023-2024 учебном году

* ОФОРМЛЯЕТСЯ НА ОФИЦИАЛЬНОМ БЛАНКЕ ОУ
** численный состав команды определяет куратор команды, но не менее 15 человек от класса.

Заявка
на участие в марафоне здорового образа жизни «Зарядись здоровьем»
(для обучающихся 5-9 классов)
в 2023/2024 учебном году

Администрация_____

_____

(полное название образовательного учреждения)

приняла решение об участии в марафоне здорового образа жизни «Зарядись здоровьем» (для обучающихся 5-9 классов) в 2023-2024 учебном году.

В проекте примут участие команды обучающихся 5-9 классов:

№ класса	Количество Человек	Название команды	ФИО, должность, контактная информация руководителя команды
Пример 6А	**Пример** 20	**Пример** КоЛоБкИ	**Пример** Иванов Иван Иванович, учитель русского языка, тел.: 8-921-000-00-00, почта: iva@mail.com

Получено и хранится в образовательном учреждении (в соответствии с установленной в образовательном учреждении формой) согласие родителей/законных представителей на участие их детей в Марафоне. В соответствии с положениями Федерального закона от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных» получено согласие совершеннолетних (взрослых) участников Марафона, родителей/законных представителей обучающихся - участников Марафона на обработку персональных данных участников Марафона.

ФИО Координатора проекта в школе: _____,
Должность: _____,
Контакты: телефон мобильный _____,
телефон рабочий _____,
e-mail_____

Директор образовательного учреждения _____/_____
подпись / расшифровка

М.П.
_____ (дата)

Список участников марафона здорового образа жизни «Зарядись здоровьем»
(для обучающихся 5-9 классов) в 2023/2024 учебном году
во Фрунзенском района Санкт-Петербурга

Школа, класс, название команды марафона _____		
№/№	Фамилия, имя, отчество участника	Дата рождения
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		

Получено и хранится в образовательном учреждении (в соответствии с установленной в образовательном учреждении формой) согласие родителей/законных представителей на участие их детей в Марафоне.

В соответствии с положениями Федерального закона от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных» получено согласие совершеннолетних (взрослых) участников Проекта, родителей/законных представителей обучающихся - участников Марафоне на обработку персональных данных участников Марафона.

Директор: _____

Дата: _____ МП