

# Роль российского движения «Здоровые города» в сохранении и укреплении здоровья детей и подростков в российских школах

Татьяна Евгеньевна Шестакова

---

Исполнительный директор Ассоциации  
«Здоровые города, районы и поселки»

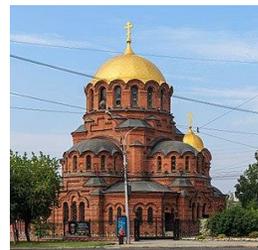
# Ассоциация «Здоровые города, районы и посёлки» - российская национальная сеть проекта ВОЗ «Здоровые города»



**21 октября 2010 года** в Государственной Думе Федерального Собрания Российской Федерации состоялось Учредительное собрание Ассоциации «Здоровые города, районы и посёлки»

**Основная цель Ассоциации:**  
объединение усилий и ресурсов для создания условий улучшения здоровья и качества жизни населения в российских городах, районах и посёлках

2023 год  
145 муниципальных образований  
31 субъекта Российской Федерации  
из 7 федеральных округов  
более 20 млн человек



Новосибирск



Ставрополь



Чебоксары



Новочебоксарск



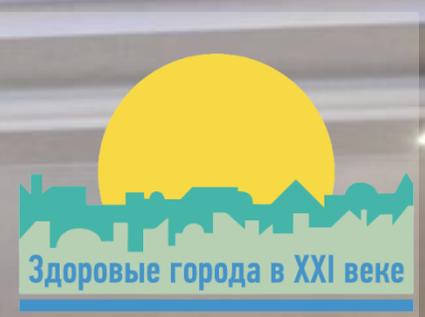
Череповец



Ступино



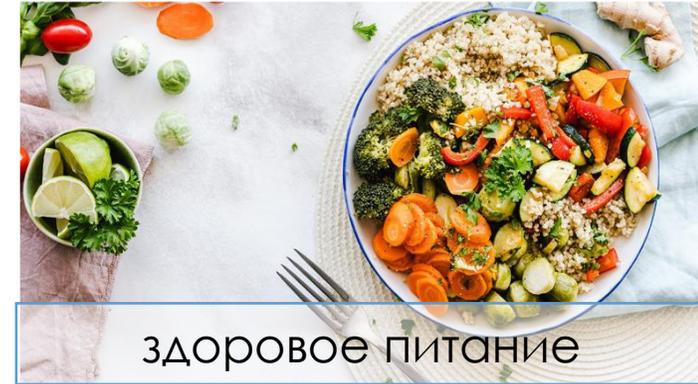
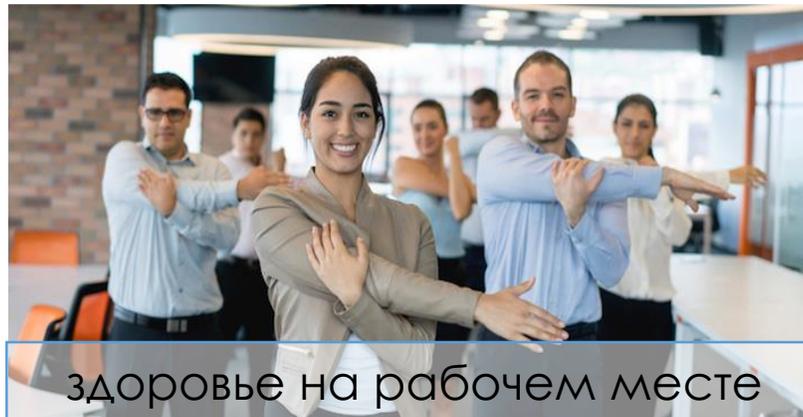
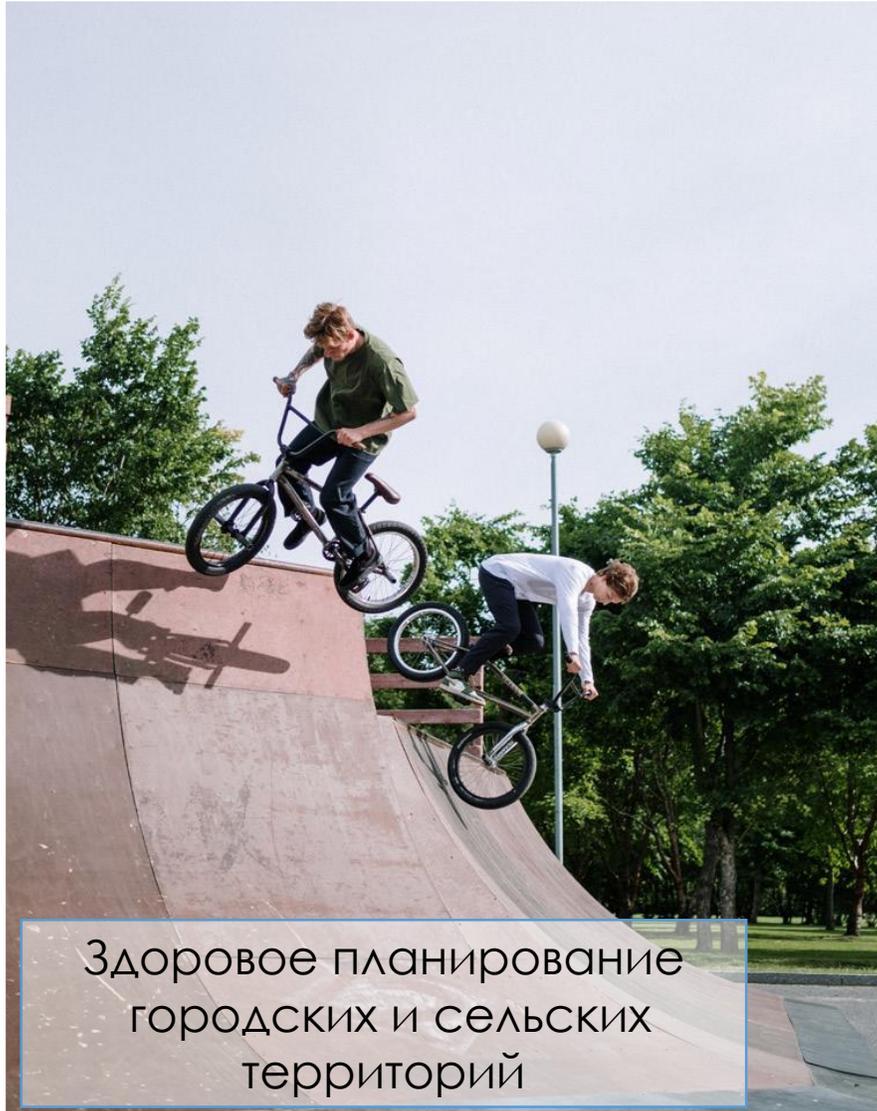
Великий Устюг



## **УЧАСТИЕ АССОЦИАЦИИ В ФОРМИРОВАНИИ СИСТЕМЫ УКРЕПЛЕНИЯ ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Проведение ежегодных форумов/конференций с международным участием,  
реализация ежегодных Всероссийских проектов/конкурсов с  
международным участием в тесном сотрудничестве с ключевыми  
партнерами

# Приоритетные направления деятельности членов Ассоциации



# Пилотный проект «Улучшение здоровья детей и подростков в российских школах, включая продвижение здорового питания и физической активности»



Сборник объединяет **24** лучшие практики из **12** регионов России по направлениям: **здоровое питание и физическая активность**



**Предлагаемый режим питания**

7:00-8:00	первый завтрак дома
10:30-11:00	второй завтрак
13:00-14:00	обед
16:30-17:00	полдник
19:00-19:30	ужин (за 2,5 часа до сна)

**Что положить с собой**

- Фрукт (яблоко, груша, банан)
- Горсть орехов
- Сухофрукты

**20-30 мин**  
основной прием пищи

**10-15 мин**  
перекус

**Не менее 60 минут**  
физической активности  
в день



Пилотные города – участники проекта: Якутск, Ставрополь, Новосибирск, Казань, Череповец, Ульяновск, Чебоксары, Клин, Барнаул, Чапаевск, Тверь, Ижевск.

# Конкурс «Здоровые города России»



**МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**



2019

2020

2021

**ЗДОРОВЫЙ ГОРОД — ЗДОРОВЫЙ МИР**

Сборник лучших муниципальных практик участников конкурса «Здоровые города России»

**ЗДОРОВЫЙ ГОРОД — ЗДОРОВЫЙ МИР**

Сборник лучших муниципальных практик участников II конкурса «Здоровые города России»

**ЗДОРОВЫЙ ГОРОД — ЗДОРОВЫЙ МИР**

Сборник лучших муниципальных практик участников III конкурса «Здоровые города России»

Сборники объединяют лучшие практики по сохранению традиционных семейных ценностей, развитию физической активности, здоровому питанию, борьбе с зависимостями - более **60** практик, направленных на здоровье детей, более чем из **30** муниципальных образований РФ

**«ФОРМУЛА ЗДОРОВОГО РЕБЕНКА»**

Город Тверь, Тверская область

Конкурсная номинация «Лучшая муниципальная программа укрепления общественного здоровья»

Мировой опыт показывает, что во всех странах наблюдается тенденция к снижению двигательной активности у детей. Новые технологии в сфере коммуникации вытесняют из жизни детей активные игры. Это приводит к негативным последствиям, что способствует развитию ожирения, сахарной болезни, сердечно-сосудистой и дыхательной системы, развитию зависимости у детей.

**ЛИГА ДОШКОЛЬНЫХ И ШКОЛЬНЫХ СПОРТИВНЫХ КЛУБОВ ГОРОДА ПЕРМИ**

Город Пермь, Пермский край

Конкурсная номинация «Лучший проект по развитию физической активности среди населения»

Цель проекта – повышение уровня осознанного отношения к здоровому образу жизни государством, дошкольными и школьными спортивными клубами города Перми.

В ходе реализации проекта решаются ряд важных задач:

1. Привлечь детей, начиная с дошкольного возраста, к занятиям физической культурой.
2. Развивать массовый спорт в школах и детских садах города Перми.

Дальнейшее развитие проекта предполагает создание единой системы мониторинга для оценки эффективности реализуемых практик и внедрения лучших практик в муниципальную программу «Здоровые города России».

Продолжением с проектом «Лига дошкольных и школьных спортивных клубов города Перми» является реализация муниципальной программы «Здоровые города России» в сфере физической культуры и спорта.



**МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ «ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ – СЧАСТЛИВЫЕ РОДИТЕЛИ»**

Конкурсная номинация «Лучшая программа/проект по здоровому питанию»

Челябская, Челябинская Республика

Конкурсная номинация «Лучшая программа/проект по здоровому питанию»

Фундамент здоровой жизни закладывается в детстве, и на него влияют не только генетические факторы, но и условия окружающей среды. Здоровое питание – это основа здоровья и долголетия. Проект «Здоровые дети – счастливые родители» направлен на формирование у родителей и детей навыков здорового питания.

1. Создание единой системы мониторинга за питанием детей в детских садах и школах.
2. Проведение регулярных мероприятий по формированию культуры здорового питания.
3. Внедрение в образовательные учреждения программ по формированию культуры здорового питания.
4. Проведение регулярных мероприятий по формированию культуры здорового питания.
5. Внедрение в образовательные учреждения программ по формированию культуры здорового питания.
6. Проведение регулярных мероприятий по формированию культуры здорового питания.
7. Внедрение в образовательные учреждения программ по формированию культуры здорового питания.
8. Проведение регулярных мероприятий по формированию культуры здорового питания.
9. Внедрение в образовательные учреждения программ по формированию культуры здорового питания.

**«КАЖДЫЙ НОВОКУЙБИШЕВЕЦ ДОЛЖЕН УМЕТЬ ПЛАВАТЬ»**

городской округ Новокуйбышевск, Самарская область

Конкурсная номинация «Лучшая программа/проект по развитию физической активности среди населения»

Плавание является уникальным видом физической активности и способствует развитию выносливости, силы и координации. В городе Новокуйбышевске реализуется программа «Каждый Новокуйбышевец должен уметь плавать», направленная на формирование у детей навыков плавания.

Профессиональные тренеры проводят занятия по плаванию для детей и подростков. Это способствует развитию физической активности и формированию здорового образа жизни.

Участниками данной программы стали учащиеся общеобразовательных учреждений городского округа Новокуйбышевск с 1 по 10 классы.



# Всероссийский конкурс детского изобразительного творчества «Здоровые города глазами детей»



Конкурс стартовал в 2011 году и направлен на популяризацию здорового образа жизни, привлечение внимания к вопросам здоровья - физического, духовного, социального благополучия, экологического благополучия, воспитание патриотизма и поддержку талантливых детей.

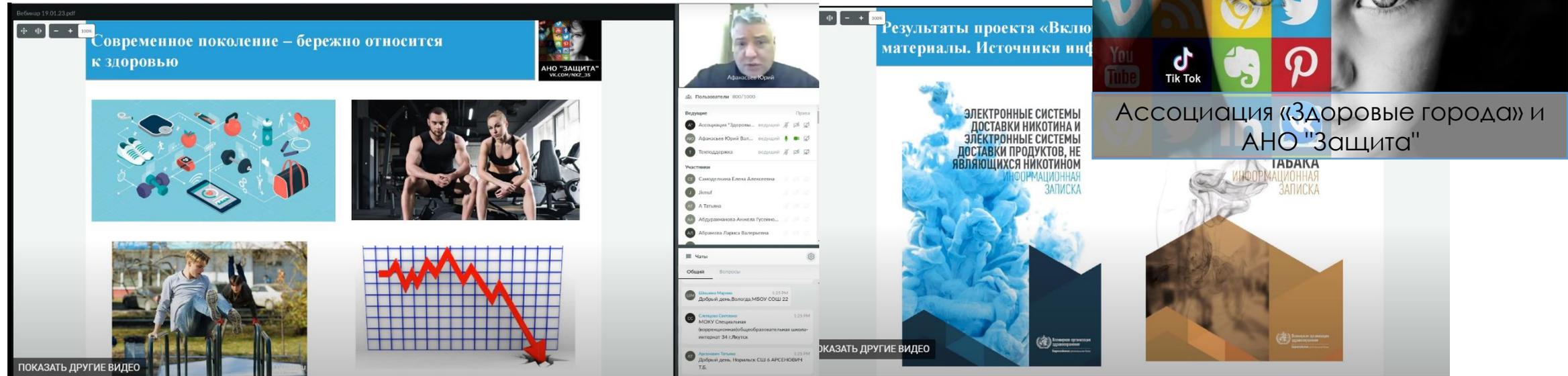
В **2022** году в конкурсе приняли участие **990** детей из **55** регионов Российской Федерации

## Конкурс детского изобразительного творчества



# Организация и проведение тематических вебинаров

Участниками вебинаров стали представители более **80** муниципальных образований из **24** регионов Российской Федерации



«Современные аспекты профилактики употребления несовершеннолетними никотинсодержащей продукции и психоактивных веществ (ПАВ) с элементами информационной безопасности»

«Профилактика интернет-зависимости. Цифровая гигиена семьи»

«Практический урок для специалистов, работающих с детьми по профилактике употребления никотинсодержащей, спиртосодержащей продукции с элементами информационной безопасности»

«Кибербуллинг: профилактика и защита»

«Влияние интернет-пространства на суицидальное поведение современных несовершеннолетних. Профилактика селфхарма и самоповреждающего поведения»

«Профилактика экстремизма и терроризма. Колумбайн, скулшутинг»

# Развитие межстрановой платформы по общественному здоровью

Обсуждение вопросов формирования межстрановой платформы по укреплению общественного здоровья, направленной на развитие международного сотрудничества стран СНГ и Азии.



# Сессия «Здоровые города – новые вызовы времени: опыт и перспективы сотрудничества по общественному здоровью в странах СНГ» в рамках форума «Здоровое общество» (23 марта 2023 года, г. Санкт-Петербург)

Здоровье детей и молодежи,  
психическое здоровье - одни из  
возможных флагманских проектов/  
направлений сотрудничества



# Здоровые города – здоровая Россия!





**Ассоциация по улучшению состояния здоровья  
и качества жизни населения  
«Здоровые города, районы и посёлки»  
<http://zdorovyegoroda.ru>**

Председатель Ассоциации  
**Кувшинников Олег Александрович**

Исполнительный директор  
**Шестакова Татьяна Евгеньевна**

Тел.: 8 (8202) 57 89 85  
E-mail: [zdorovyegoroda@gmail.com](mailto:zdorovyegoroda@gmail.com)