



Муниципальный этап краевого профессионального конкурса «Учитель здоровья» 2026





Муниципальный этап краевого профессионального конкурса «Учитель здоровья» в 2025 году





Этапы проведения Конкурса:
заочный этап Конкурса с 09.02.2026 – 20.02.2026;
очный этап Конкурса 27.02.2026– в МКУ КНМЦ (ул. Дунайская, 62)

**Заявки (приложение 1 к положению) на участие в Конкурсе,
заверенные подписью и печатью директора, а также работы
подаются в электронном виде до 09.02.2026**

Для участия в Конкурсе участники направляют в жюри Конкурса на электронную почту: veteran.87@mail.ru следующие конкурсные материалы (по образцу) в электронном варианте:

- заявление участника (формат PDF) (приложение 1 к положению);**
- информационную карту участника (формат PDF) (приложение 2 к положению);**
- технологическую карту (конспект) урока или занятия «Культура здоровья» (формат WORD);**
- видеоролик «Творческая презентация участника конкурса «Я – учитель здоровья».**

Материалы, представленные на конкурс, должны быть эстетично оформлены.



Видеофайл размещается на бесплатном общедоступном облачном видеохостинге, который должен быть доступен на протяжении всего срока проведения Конкурса. Оптимальным форматом видео является MPEG4. Ссылка указывается в информационной карте участника;

- 1) актуальность темы, постановка проблемы;**
- 2) оригинальность оформления презентации;**
- 3) профессиональная культура учителя;**
- 4) содержательная часть презентации, результаты.**



«Технологическая карта урока/конспект занятия по внеурочной деятельности» - до 15 страниц текста (в формате Word), схемы, фото, таблицы, дидактические материалы и др. – выносятся отдельно в приложения технологической карте/ конспекту:

- объем описания не должен **превышать 20 страниц**. Требования к оформлению: верхнее поле – 2 см, нижнее – 2 см, правое – 1,5 см, левое – 3 см; одинарный интервал; выравнивание по ширине; шрифт Times New Roman; размер шрифта – 14;

- **Содержание урока/занятия, соответствие теме «Культура здоровья»**

- **Здоровьесберегающий режим урока/занятия;**

- **Глубина содержания и оригинальность формы;**

- **Использование здоровьесберегающих образовательных технологий;**

- **Результативность урока/занятия.**





На очный этап Конкурса допускается 5 работ, набравших максимальное количество баллов по итогам заочного тура.

Конкурсное задание «Творческая презентация участника конкурса «Я – учитель здоровья»:

- цель: демонстрация профессионального и творческого потенциала участника Конкурса.**
- формат конкурсного задания: публичная индивидуальная демонстрация профессионального и творческого потенциала участника Конкурса.**
- регламент выступления – до 5 минут.**



2.

Защита технологической карты урока/конспекта занятия по внеурочной деятельности:

- (выступление участника) на очном этапе Конкурса не должна превышать 15 минут**
- (10 минут – выступление, 5 минуты – вопросы);**



**Корчагин Евгений Юрьевич, начальник
отдела МКУ КНМЦ
Тел: 8 (961)50-40-819
электронная почта: veteran.87@mail.ru**

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар
средняя общеобразовательная школа № 73
имени Александра Васильевича Молчанова

Науменко Виктория Геннадьевна

*Муниципальный конкурс
«Учитель здоровья»*

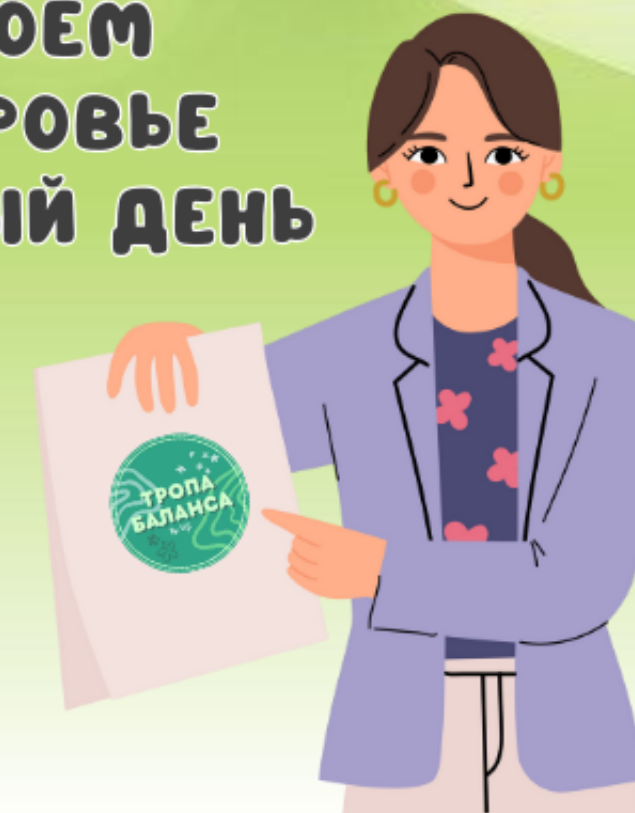
@balancepathbot

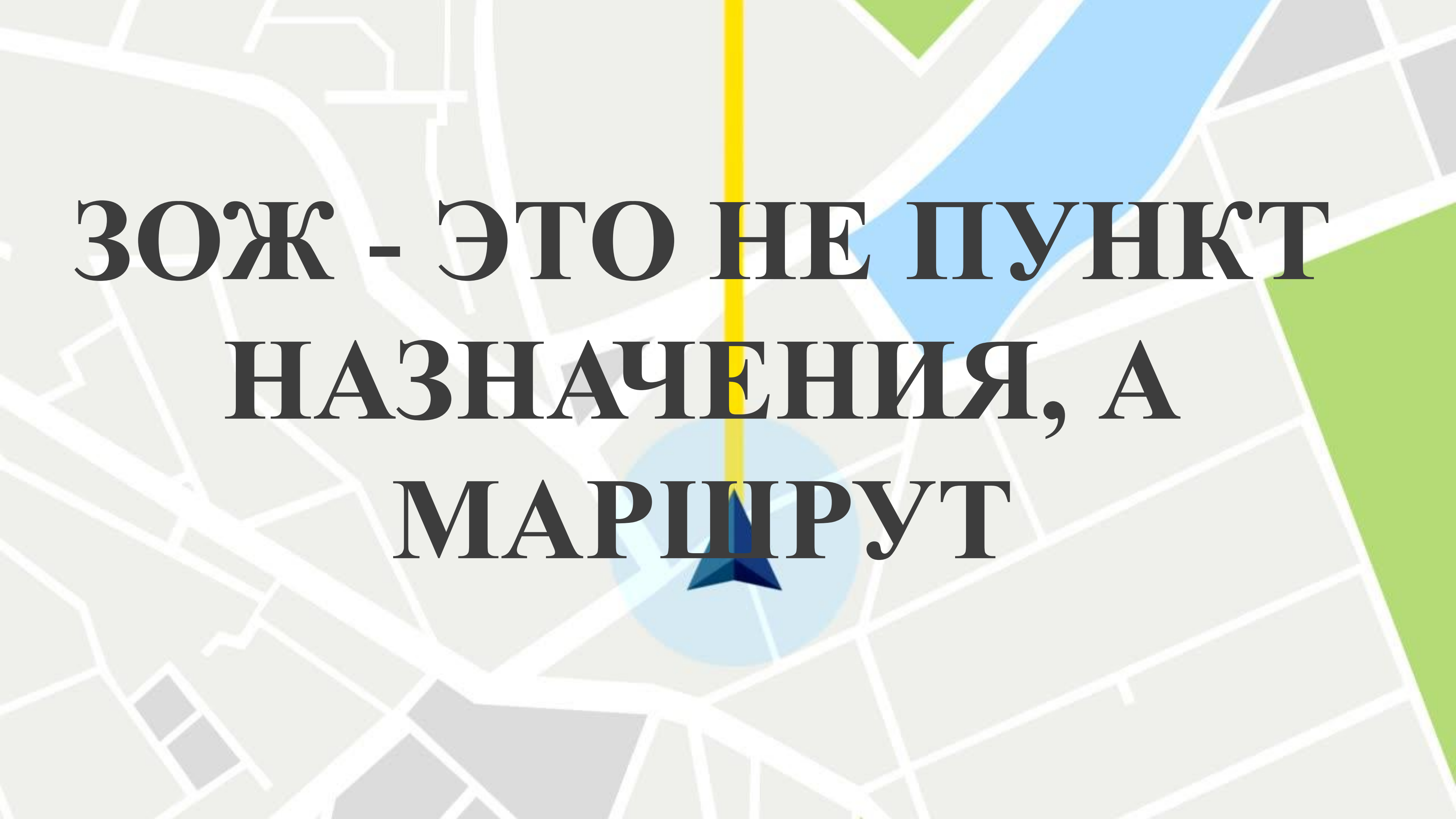
Краснодар, 2025

**ЗДОРОВЫЙ
ОБРАЗ ЖИЗНИ
НАЧИНАЕТСЯ
С МАЛЕНЬКИХ
ШАГОВ**



**ЗАБОТИМСЯ О
СВОЁМ
ЗДОРОВЬЕ
КАЖДЫЙ ДЕНЬ**





**ЗОЖ - ЭТО НЕ ПУНКТ
НАЗНАЧЕНИЯ, А
МАРШРУТ**

Я очень важен для каждого, и без
меня вы не сможете заниматься
спортом, играть на улице или
даже просто сидеть за партой



Если я не буду в порядке,
вам будет тяжело учиться и
радоваться жизни

Я помогаю вам чувствовать себя бодрыми,
радостными и полными сил

*Необходимо
следить за всем
этим вместе, но у
меня не всегда
получается.*



*Про
здоровье?*



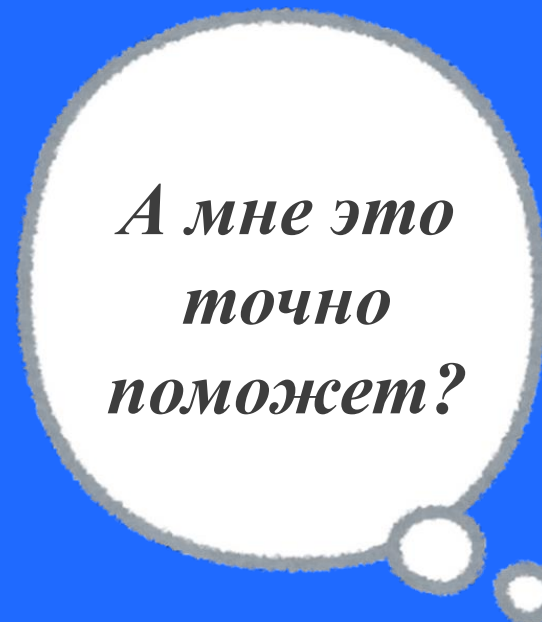
**Осознание проблемы –
от личного опыта к
осознанию**

Поиск решения – «Тропа баланса» как инструмент формирования привычек

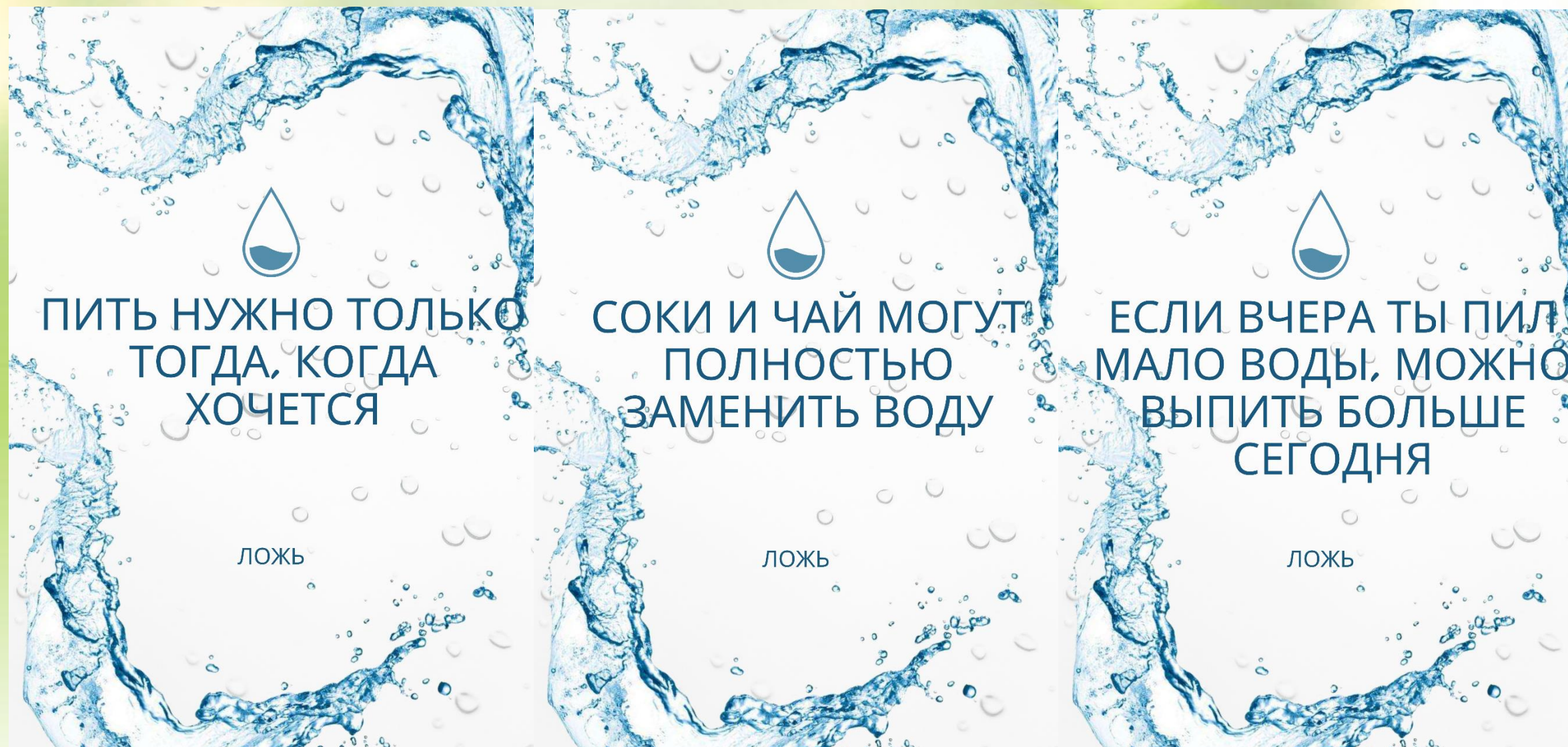
*Можно ли быть
здоровым, если
только заниматься
спортом?*

*А мне это
точно
поможет?*

*Как сделать так,
чтобы
чувствовать себя
лучше каждый
день?*



Практика – вовлекаем, пробуем, анализируем



*Я думаю, что
пить воду нужно
регулярно*



**Практика –
вовлекаем,
пробуем,
анализируем**

*Я попробую
ложиться спать
раньше*



*Сон сильно
влияет на наше
настроение и
поведение*



Последствия недосыпа согласно РАМН

- 01 Отставание от сверстников в
физическом или интеллектуальном
развитии**
- 02 Снижение концентрации и
падение успеваемости**
- 03 Конфликты с родными и
друзьями**



Физкультминутка «Энергия утра»



*О, моя любимая
песня!*



*Я чувствую себя
энергичнее*





**Практика –
вовлекаем,
пробуем,
анализируем**

*После шоколадки
я чувствую
прилив энергии*



*Салат с овощами и
курицей даст мне
больше энергии, чем
бургер с картошкой фри*



Практика – вовлекаем, пробуем, анализируем

*Когда я нервничаю, я
стараюсь сделать
перерыв, немного
прогуляться или
послушать музыку*



*Как
справиться
со стрессом?*



*Мне помогает
сделать
несколько
глубоких вдохов*



Какой из аспектов здоровья
оказался для вас самым
сложным для понимания?

Какой совет о
здоровье Вы
можете дать себе?

Что я могу изменить в своей
жизни уже сегодня?

Какое Ваше главное
открытие за урок?



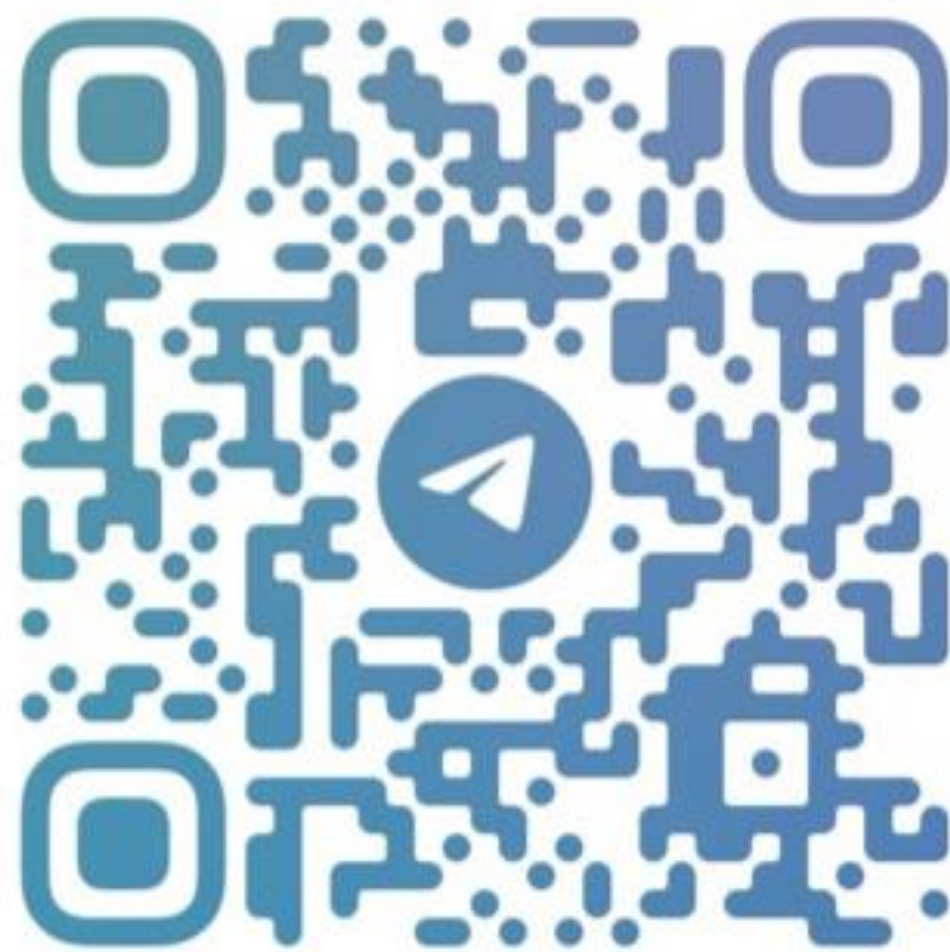
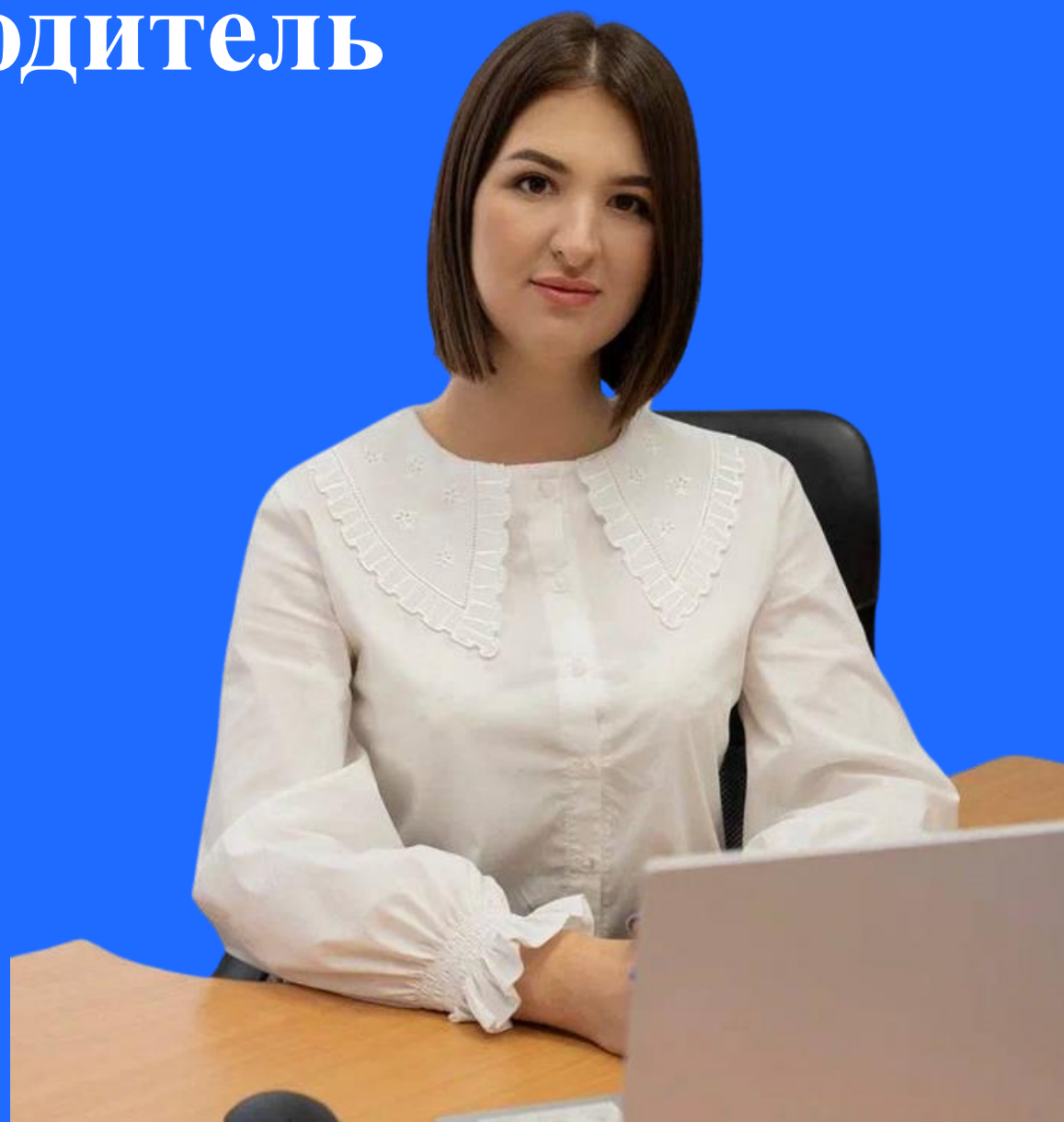
**Какое будущее ВЫ
построите для себя, если
начнёте заботиться о
здоровье каждый день?**

**Что будет с ВАШИМ
здоровьем, если ВЫ
будете откладывать
заботу о нём на
завтра?**

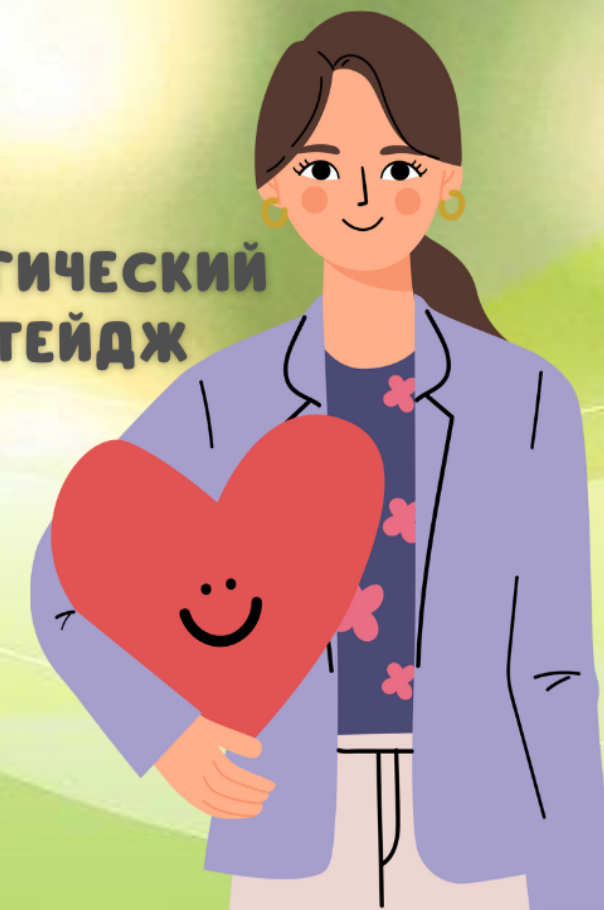
Заместитель
директора

Учитель
английского языка

Классный
руководитель



ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
БЭКСТЕЙДЖ



БАЛАНС БУДУЩЕЕ

ЗДОРОВЬЕ

ПРОЦЕСС

ПРИВЫЧКИ



СООБЩЕНИЕ

now

Я В ТЕБЯ ВЕРЮ!

Ты готов(а) на все 100%! Давай
покажем, на что ты способен(на)!

**ЗДОРОВЫЙ
ОБРАЗ ЖИЗНИ
НАЧИНАЕТСЯ С
МАЛЕНЬКИХ
ШАГОВ**

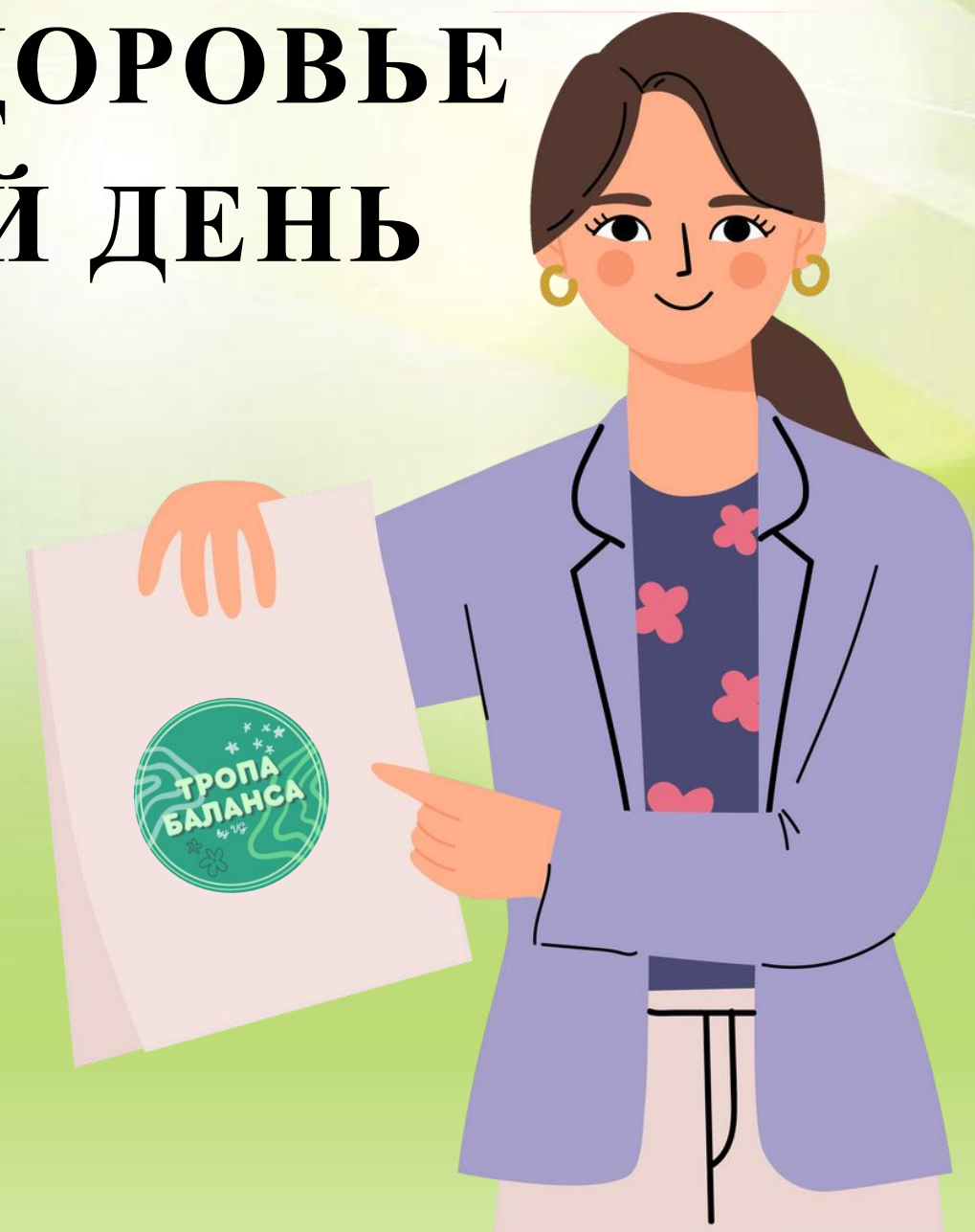


2025



Planner

ЗАБОТИМСЯ О СВОЁМ ЗДОРОВЬЕ КАЖДЫЙ ДЕНЬ



2025 календарь

Январь

п	в	с	ч	п	с	в
		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	26
27	28	29	30	31		

Февраль

п	в	с	ч	п	с	в
				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	26	27	28		

Март

п	в	с	ч	п	с	в
					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	26	27	28	29	30
31						

Апрель

п	в	с	ч	п	с	в
	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	26	27
28	29	30				

Май

п	в	с	ч	п	с	в
				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	26	27	28	29	30	31

Июнь

п	в	с	ч	п	с	в
						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	26	27	28	29
30						

Июль

п	в	с	ч	п	с	в
	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	26	27
28	29	30	31			

Август

п	в	с	ч	п	с	в
				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	26	27	28	29	30	31

Сентябрь

п	в	с	ч	п	с	в
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	26	27	28
29	30					

Октябрь

п	в	с	ч	п	с	в
				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	26	27	28	29	30	31

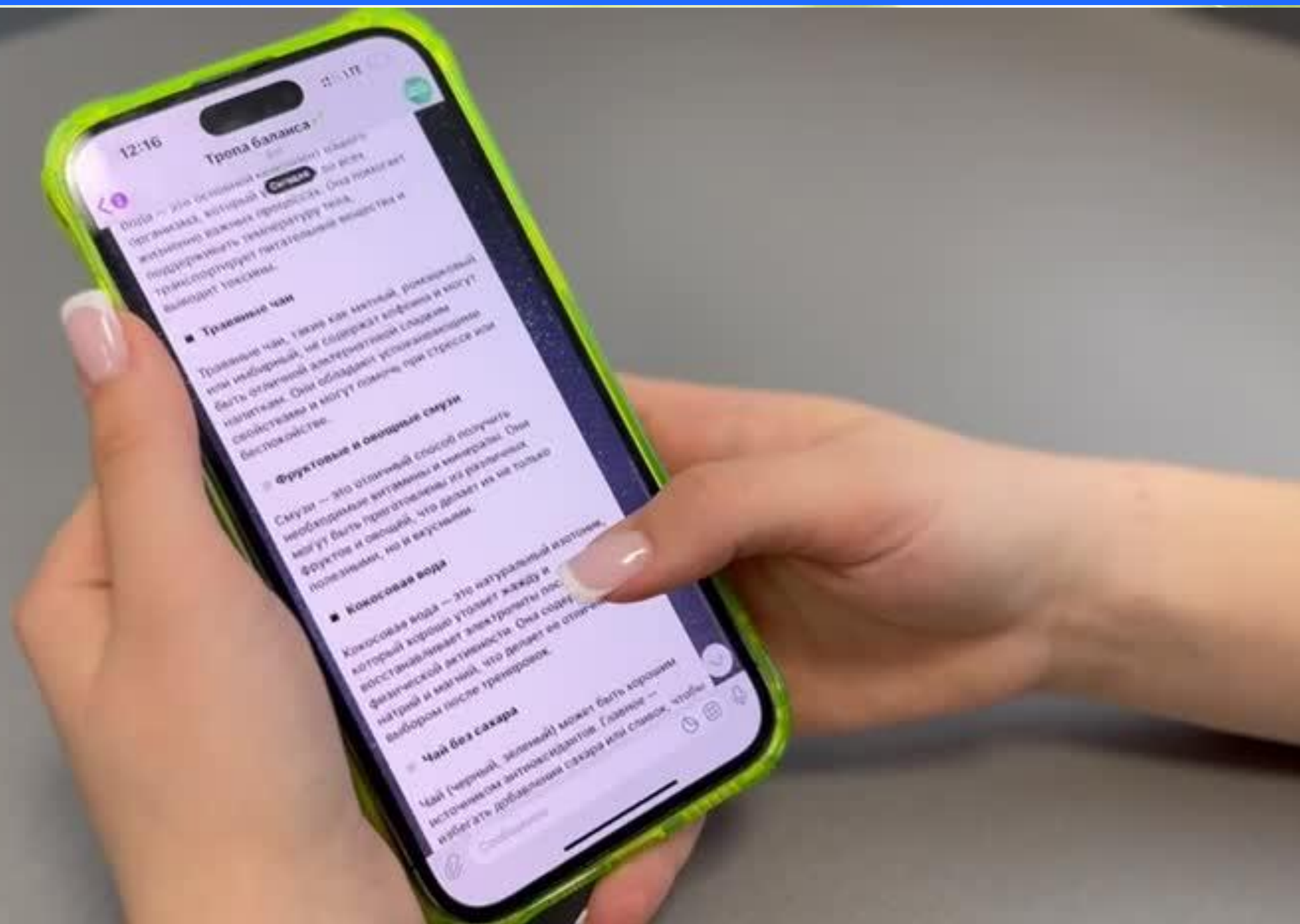
Ноябрь

п	в	с	ч	п	с	в
					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	26	27	28	29	30

Декабрь

п	в	с	ч	п	с	в
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	26	27	28
29	30	31				

Telegram-бот «Тропа Баланса»



Огромное спасибо за то, что мой
ребенок стал заботиться о своем
здоровье

Благодаря вам я стал следить
за своим сном и питанием!

Спасибо за то, что мой ребенок
стал более осознанно подходить к
своему здоровью!

Я теперь знаю, как заботиться о
себе, спасибо вам!!

Спасибо, что помогли мне
стать здоровее



Учитель английского языка

Учитель высшей квалификационной категории
Подготовила победителя муниципального этапа ВСоШ
Показатели ЕГЭ выше муниципального и регионального уровня

Классный руководитель

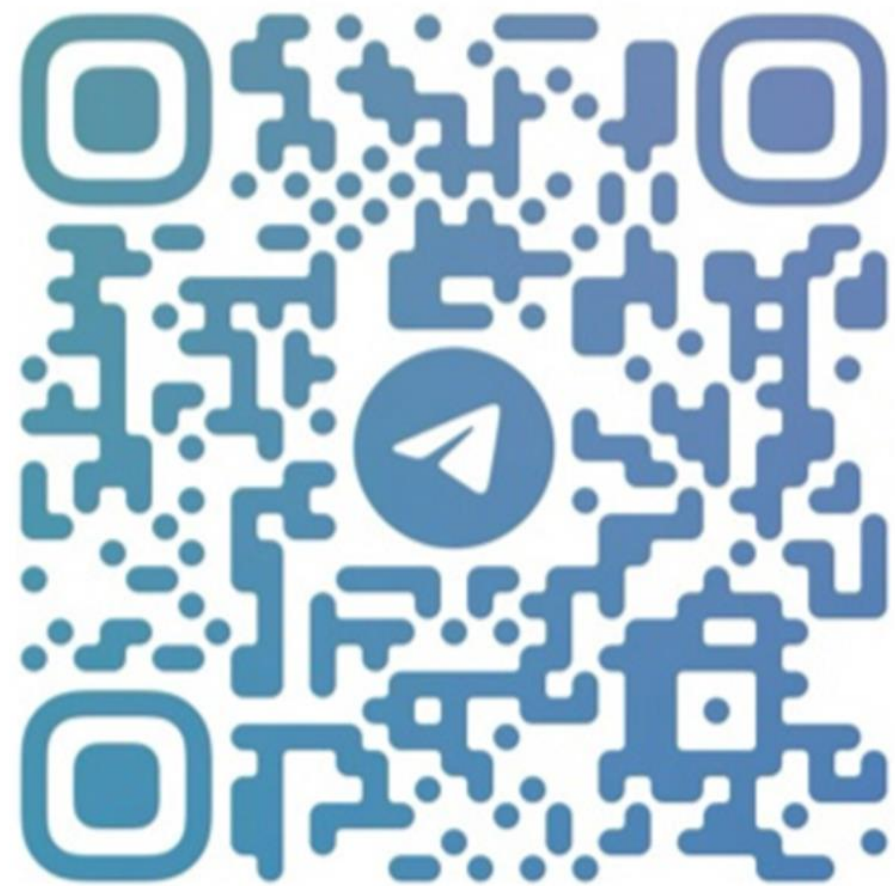
Классный руководитель потрясающего 9 “Г”

Заместитель директора

Всероссийская метапредметная олимпиада “Команда большой страны”
призер регионального этапа, 2022
Краевой профессиональный конкурс “Лучшие практики наставничества”
призер, 2024
Руководитель ППЭ ЕГЭ 2024, 2025



Каждый
день - день
за днём



**В ЗДОРОВОМ
ТЕЛЕ-
ЗДОРОВЫЙ
ДУХ!**