



УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ БОЛЬШЕБОЛДИНСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА
НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

Руководителям
образовательных
организаций

607940, Нижегородская область,
с. Большое Болдино,
ул. Юбилейная, дом 1
тел./факс 2-36-01, 2-39-69
e-mail: boldinuo@yandex.ru
<http://obrazovanie-bbr.narod.ru>
ОКПО 02105097 ОГРН 1025200917818
ИНН/КПП 5203000559/520301001

от 14.03.2025 № 210
на № от

О направлении информации

В соответствии с письмом Территориального отдела Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Нижегородской области в Лукояновском, Большеболдинском, Гагинском, Починковском, Шатковском районах (далее - Территориальный отдел) и в целях реализации коммуникационной стратегии "Санпросвет" Управление образования рекомендует провести уроки с использованием материала «17 марта - Международная неделя здоровья подростков», а также опубликовать материал на официальных сайтах общеобразовательных учреждений

Текстовые материалы:

1. Полноценный рацион ребенка: что включает (подробная инструкция)
<https://здоровое-питание.пф/healthy-nutrition/articles/polnotsennyy-ratsion-rebenka-chto-vklyuchaet/>
2. Чем вреден фастфуд: 4 причины
<https://здоровое-питание.пф/healthy-nutrition/articles/chem-vreden-fastfud/>
3. Урок «Школы здорового питания» - питание для школьников 7 – 17 лет (видео + текстовые материалы)
<https://xn----8sbehgcimb3cfabqj3b.xn--plai/school/courses/ede-vse-vozhrasty-pokorny-/zdorovoe-pitanie-dlya-shkolnikov/>
4. Почему ограничения в еде особенно опасны в юном возрасте
<https://здоровое-питание.пф/healthy-nutrition/video/pochemu-ogranicheniya-v-ede-osobenno-opasny-v-yunom-vozhraсте-/>
5. Правильное питание детей и подростков – залог здоровья
<https://здоровое-питание.пф/healthy-nutrition/articles/den-molodezhi/>
6. Основные принципы, способствующие успешному развитию и росту подростка
<https://здоровое-питание.пф/healthy-nutrition/articles/videourok6/>

7. Вакцинация подростков: что нужно знать? - Александр Горелов, зам.директора по научной работе ФБУН ЦНИИ Эпидемиологии Роспотребнадзора https://санцит.рус/education/articles/vaktsinatsiya-podrostkov-chto-nuzhno-znat/?sphrase_id=44414
8. О профилактике йододефицита https://санцит.рус/prevention/o-vaktsinatsii-protiv-grippa-v-voprosakh-i-otvetakh0/?sphrase_id=44414
9. Профилактика заболеваний у молодежи https://санцит.рус/education/articles/profilaktika-zabolevaniy-u-molodezhi/?sphrase_id=44428
10. Простые правила для школьников https://санцит.рус/prevention/prostye-pravila-dlyashkolnikov/?sphrase_id=44428
11. Е.А. Бабура – о воспитании гигиенических привычек у ребенка и мерах профилактики заболеваний https://санцит.рус/education/articles/e-a-babura-o-vozpitanii-gigienicheskikh-privychek-u-rebenka-i-merakh-profilaktiki-zabolevaniy/?sphrase_id=44428
12. Гигиена подростков <https://cgon.rosпотребнадзор.ru/naseleniyu/zdorovyy-obraz-zhizni/kosmetika-dlya-podrostkov/>

Видеоматериалы:

1. **Как не пропустить развитие РПП у ребенка и подростка** - Гладышев Олег Александрович, кандидат медицинских наук, психотерапевт клиники ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии»
<https://disk.yandex.ru/i/CU4WE0fJuWDfGw>
2. **Почему ограничения в еде особенно опасны в юном возрасте** - Гладышев Олег Александрович, кандидат медицинских наук, психотерапевт клиники ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии»
https://disk.yandex.ru/i/v27u_LzbjFIILw
3. **Чем при РПП помогут психологи и психотерапевты** - Гладышев Олег Александрович, кандидат медицинских наук, психотерапевт клиники ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии»
<https://disk.yandex.ru/i/NNndENyKRDSfsA>
4. **Режим питания на школьных каникулах** - Галина Владиславовна Яновская, начальник отдела организации надзора по гигиене детей и подростков Роспотребнадзора
<https://disk.yandex.ru/i/93ytqdkSzDZBvw>
5. **Как защитить себя и своих детей от набора веса и от возможного развития диабета второго типа в дальнейшем?** - Шестакова Екатерина Алексеевна, эндокринолог, Кандидат медицинских наук, ведущий научный сотрудник
<https://disk.yandex.ru/i/eY60P2dph95gyg>
6. **Об организации здорового питания детей** - Александр Васильевич Джеус, директор Всероссийского детского центра «Орленок»
<https://disk.yandex.ru/i/Px0JzByWV0qCgA>
7. **Чем опасно детское ожирение и почему важно отслеживать вес ребенка?** - Ольга Владимировна Васюкова, к.м.н., детский эндокринолог, ведущий научный

сотрудник детского отделения тиреоидологии, репродуктивного и соматического развития ФГБУ "НМИЦ эндокринологии" МинЗдрава РФ
<https://disk.yandex.ru/i/yVxPw6ApGCTtsg>

Мультфильмы:

1. Мультфильм «Ванечка». Питание подростков.

<https://disk.yandex.ru/i/nounyACYbSxdFA>

2. Мультфильм «Санпросвет». Простые правила гигиены на каждый день – напоминание подросткам

https://disk.yandex.ru/i/RY_3GEHjTt2hrQ

Визуальные материалы:

1. Карточки с Петей Лентяевым <https://disk.yandex.ru/d/n4aVsAQ9s4uTaA>

2. Гигиена подростков в школе (карточки для соц.сетей)

<https://disk.yandex.ru/d/fUyZWjPQCZSJw>

3. К чему может привести недостаток йода в организме (карточки для соц.сетей) <https://disk.yandex.ru/d/llmYNeP2wjVmRg>

4. Топ-8 здоровых перекусов для школьника (подростка)

<https://disk.yandex.ru/d/GZCC2H1jUhjcvw>

Информацию о проведенных уроках и о публикации материалов просим направить в Управление образования до **12.00 18.03.2025г.** по ссылке:

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1AKBh3wOY_iSajbT7BnwxRRvabwAFiNpa8QwOzEUZdt8/edit?usp=sharing .

Начальник управления



Н.И.Шорин

Сеняева С.К., 2-39-69