

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Красноярская основная общеобразовательная школа»

Утверждаю  
директор школы

*Алсаева*  
«01» / 09 2023 г.



**ПРОГРАММА  
МОНИТОРИНГА СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

с.Красноярво  
2023 год.

## Пояснительная записка

Жизнь ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья. Чтобы быть здоровым нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. Кроме того, нужно постоянно помнить о том, что сейчас идеально здоровых детей не много. Поэтому, оздоровление детей должно вестись целенаправленно, через систематическую спланированную работу всего коллектива образовательного учреждения над длительный период. Коллектив преподавателей школы, хорошо понимает, что воспринять истинную ценность здорового образа жизни каждый отдельный ребенок может только, если все это положительно оценивается детским коллективом. Основная цель, которую преследует современное воспитание, – воспитать не только социально-активную, творческую, грамотную, самостоятельную личность, но и сохраненным физическим и психическим здоровьем, основанном на здоровом образе жизни.

Разработка эффективных мер по укреплению здоровья детей и подростков имеет исключительное значение для современной общеобразовательной школы. Установление гармонической связи между обучением и здоровьем обеспечивает качественный сдвиг в сторону повышения эффективности учебного процесса, то есть осуществления комплексного подхода к проблеме, и имеет прямое отношение к обучению. Можно выделить несколько компонентов здоровья:

- Соматическое здоровье – текущее состояние органов и систем организма человека.
- Физическое здоровье – уровень роста и развития органов и систем организма.
- Психическое здоровье – состояние психической сферы, душевного комфорта.
- Нравственное здоровье – комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информативной сферы жизнедеятельности, основу которой определяет система нравственных ценностей. Чтобы наиболее полно представить картину здоровья каждого ребенка, необходимо ежегодно проводить мониторинг состояния здоровья обучающихся.

Но проблема остается: нет системы сбора, хранения, анализа и использования полученной информации для решения проблем здоровьесбережения. Наиболее трудным моментом

остается систематизация и обобщение полученных сведений, их наглядное оформление и отслеживание какой бы то ни было динамики. На начальном этапе следует создать и оформить Паспорт здоровья каждого класса. Паспорт здоровья класса является новой формой организации здоровьесберегающей деятельности, содержащей данные о состоянии здоровья класса и направленной на охрану и укрепление здоровья учащихся, на формирование у них мотивации к здоровому образу жизни с раннего школьного возраста. Он позволяет организовать личностно-ориентированный подход к сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

**Цель мониторинга:** Оценить уровень здоровья обучающихся, выявить факторы, влияющие на состояние здоровья и определить основные приоритеты дальнейшего развития деятельности образовательного учреждения в области здоровьесбережения.

**Задачи:**

- формировать базу данных о физическом, соматическом, психологическом здоровье обучающихся, создание которых является необходимым условием для прогнозирования дальнейшего развития ОУ, корректировки ее здоровьесберегающей деятельности;
- вести сравнительный анализ по годам, что позволит отслеживать динамику здоровья обучающихся;
- выявлять факторы, влияющие на здоровье обучающихся.

**Реализация задач возможна при следующих условиях:**

1. Тесное взаимодействие и взаимопонимание всех участников мониторинга здоровья учащихся;
2. Наличие высокой компетентности в области здоровьесбережения у всех участников образовательного процесса;
3. Реализация здоровьесберегающего подхода в моделировании процесса обучения.

### **Субъект мониторинга**

Учебный процесс,  
Воспитательный процесс,  
Обучающиеся и педагоги школы.

### **Участники мониторинга**

1. обучающиеся;
2. классные руководители;
3. родители;
4. учитель физической культуры;
5. фельдшер ФАП

### **Объект мониторинга**

Система учебно-воспитательного процесса, цели и результаты, направленные на сохранение физиологического, психологического и социального здоровья обучающихся и педагогов ОУ

### **Основные методы и средства сбора и хранения информации**

1. ежегодный медицинский осмотр;
2. тестирование;
3. анкетирование;

### **Получатели информации**

Сбор информации об уровне здоровья обучающихся возлагается на фельдшера ФАП, учителя физической культуры, родителей, классных руководителей. Полученная информация заносится в паспорт здоровья каждого класса, хранится в папке классного руководителя и должна быть доступна для всех участников образовательного процесса.



### Планируемые результаты

1. Оформление паспорта здоровья для каждого класса (Приложение)
2. Определение уровня здоровья всех обучающихся.
3. Выявление причин снижения уровня здоровья обучающихся.
4. Выбор наиболее адекватных форм и методов работы по сохранению и укреплению здоровья обучающихся (формирование здоровьесберегающей среды образовательного учреждения).

### Мониторинг проводится:

- Учителем физической культуры
- фельдшером ФАП

### Сроки исполнения

Сроки проведения ежегодного мониторинга здоровья обучающихся: сентябрь-май.

### План проведения мониторинга

№п/п	Мероприятия	Исполнители	Сроки
1	Разработать и утвердить план мероприятий по реализации мониторингового исследования	Фельдшер ФАП, зам.директора по ВР	сентябрь
2	Информирование коллектива о мониторинговом исследовании	зам.директорано ВР	сентябрь
3	Подготовка измерителей, таблиц, тиражирование анкет	Фельдшер ФАП, зам.директора по ВР	октябрь
4	Организация проведения анкетирования обучающихся, родителей	классные руководители	октябрь
5	Организация и проведение медицинского осмотра обучающихся	Медработники ГАУЗ Иволгинское ЦРБ	сентябрь
6	Обработка результатов анкет	Классные руководители, зам.директора по ВР	ноябрь
7	Организация и проведение самообследования обучающихся	Классныеруководители	декабрь
8	Изучение валеологической кривой расписания	зам.директорано УВР	октябрь, февраль
9	Посещение уроков с целью выявления использования Здоровьесберегающих технологий на уроке	администрация	сентябрь - апрель
10	Обработка результатов медицинского осмотра обучающихся	Фельдшер ФАП	январь
11	Оформление паспорта здоровья для каждого класса, внесение результатов медицинского осмотра, тестирования, анкетирования.	Классные руководители	октябрь-май
12	Собрание классных руководителей с учителем физкультуры и классными руководителями по выявлению замечаний, дополнений, предложений по мониторинговому исследованию	Зам.директора по ВР, учитель физической культуры	апрель

13	Разработка рекомендаций для создания здоровьесберегающей среды в ОУ	Фельдшер ФАП, зам.директора по ВР	апрель
14	Корректировка плана работы ОУ на следующий учебный год	Зам.директора по ВР	май
15	Информирование коллектива о результатах мониторингового исследования	Зам.директора по ВР	май

### Критерии и показатели мониторинга здоровья обучающихся

Объект мониторинга	Критерии оценки	Показатели оценки	Методики сбора информации
Здоровье обучающихся	Уровень здоровья обучающихся	1. Количество уроков, пропущенных по болезни 2. Медицинские статистические данные: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Количество часто болеющих детей.</li> <li>• Распределение детей для занятий физкультурой по состоянию здоровья</li> <li>• Количество детей с хроническими заболеваниями.</li> <li>• Количество детей с нарушениями состояния здоровья, вызванными адаптацией к школе.</li> <li>• Количество детей, нуждающихся в оздоровительных мероприятиях: 1-4 кл. -5-9кл. Сколько детей охвачено оздоровительными мероприятиями и какими?</li> </ul>	Медицинское обследование, анкетирование обучающихся и родителей. Тестирование обучающихся, Мониторинг физической подготовленности обучающихся
	валеологические ресурсы	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Валеологическая кривая расписания;</li> <li>• Использование здоровьесберегающих технологий на уроке.</li> </ul>	Гигиенические требования к расписанию уроков, посещение уроков
	Нагрузка обучающихся	<ul style="list-style-type: none"> <li>• число проверочных, контрольных работ и других видов аттестации в единицу времени (четверть, год);</li> <li>• время, затраченное на подготовку домашнего задания, их трудоемкость (по предметам, по четвертям)</li> </ul>	Учебный план ОУ, проверка рабочих тетрадей обучающихся.

	обучаемость	<ul style="list-style-type: none"> <li>• легкость освоения материала (отсутствие напряжения, утомления)</li> <li>• гибкость в переключении</li> <li>• прочность сохранения освоенного материала</li> </ul>	Диагностика психолога
	Личностные результаты развития	<ul style="list-style-type: none"> <li>• уровень личностного роста обучающегося</li> </ul>	Мониторинг качества системы воспитания

#### **Теоретическая значимость программы**

Состоит в том, что её результаты способствуют дальнейшему осмыслению проблемы формирования здорового образа жизни школьников на основе использования здоровьесберегающих технологий.

#### **Практическая значимость программы**

Состоит в том, что отслеживание показателей здоровья обучающихся в мониторинге позволит определить уровень здоровья школьников. Систематическое и своевременное внесение результатов в паспорт здоровья даст наглядную картину состояния здоровья учеников в классах, поможет выявить причины снижения уровня здоровья обучающихся и выбрать наиболее адекватные формы и методы работы по сохранению и укреплению здоровья, сэкономит время для оперативного нахождения требуемой информации по конкретному ученику.

*Анкета для учащихся 5–9 классов «Моёздоровье»*

Ф.И.О. \_\_\_\_\_ класс \_\_\_\_\_

Ребята! Внимательно прочитайте вопросы и предложенные варианты ответов. Выберите несколько, наиболее подходящих именно Вам. Отметьте их крестиком в графе «ответы». Если вы выбрали ответ «другое»- напишите, что именно.

№п/п	Вопросы и варианты ответов	Ответы
1	В чём проявляется неблагополучие твоего здоровья? 1) Плохо сплю 2) Часто болит живот 3) Физические недостатки 4) Часто болит голова 5) Плохое настроение 6) Часто простываю 7) Плохой аппетит 8) Болезненный внешний вид 9) Боюсь сквозняков 10) Другое	
2	От кого ты получаешь информацию о здоровье? 1) От специалистов, врачей 2) От родителей 3) От учителей на уроке 4) От классного руководителя 5) От учителя физической культуры 6) От учителя ОБЖ 7) От одноклассников 8) Читаю специальную литературу 9) Ни от кого 10) Другое	
3	Что ты делаешь, чтобы быть здоровым? 1) Хорошо отношусь к другим 2) Соблюдаю режим дня 3) Правильно питаюсь 4) Занимаюсь физкультурой 5) Закаляюсь 6) Стараюсь много двигаться 7) Сплю при открытой форточке 8) Мою руки перед едой 9) Ничего не делаю 10) Другое	



*Анкета для учащихся 5–9 классов «Мой режим дня»*

Ф.И.О. \_\_\_\_\_ класс \_\_\_\_\_

Ребята! Внимательно прочитайте вопросы и предложенные варианты ответов. Проконтролируйте течение недели свой режим дня, записывая каждый день продолжительность ночного сна, время выполнения домашнего задания и время, затраченное на прогулку. Подсчитайте среднее значение занедело по всем трем вопросам. Выберите наиболее подходящее число из предложенных вариантов. Запишите в графе «ответы».

<b>№п/п</b>	<b>Вопросы и варианты ответов</b>	<b>Ответы</b>
<b>1</b>	Какова продолжительность вашего ночного сна в среднем за неделю? 1. Менее 9ч 2. Менее 9ч30м 3. От 10ч25м до 9ч30м 4. 10ч30м и более	
<b>2</b>	Сколько времени Вы тратите на выполнения домашних заданий в среднем за неделю? 1. Менее 1ч 2. 1ч30м и менее 3. От 1ч до 1ч30м 4. От 1ч35 м до 2ч 5. Более 1ч30м 6. Более 2ч	
<b>3</b>	Сколько времени занимает прогулка на свежем воздухе (в часах и минутах) в среднем за неделю? 1. 4ч более 2. 3ч30ми более 3. 3ч более 4. От 3ч55м до 3ч30м 5. От 3ч25м до 3ч 6. От 2ч55м до 2ч30м 7. Менее 3ч30м 8. Менее 3ч 9. Менее 2ч30м	



### Анкета для родителей «Здоровье моего ребенка»

Уважаемые родители! Внимательно ознакомьтесь с содержанием анкеты. В зависимости от характера ответа вам следует подчеркнуть да или нет.

№	Вопросы	Ответы	
		да	нет
1	Бывают ли головные боли (беспричинные, при волнении, после школы, после физической нагрузки).	да	нет
2	Бывает ли слезливость.	да	нет
3	Бывает ли слабость, утомляемость после занятий в школе и дома.	да	нет
4	Бывает ли нарушение сна (плохое засыпание, чуткий сон, трудное вставание)	да	нет
5	Отмечается ли при волнении повышенная потливость или появление красных пятен	да	нет
6	Бывают ли головокружения, неустойчивость при перемене положения тела	да	нет
7	Бывают ли обмороки	да	нет
8	Бывают ли боли, неприятные ощущения в сердце, сердцебиения,	да	нет
9	Бывает ли часто: насморк, кашель, потеря голоса	да	нет
10	Бывают ли боли в животе	да	нет
11	Бывают ли боли в животе, после приема пищи	да	нет
12	Бывают ли боли в животе до еды	да	нет
13	Бывают ли нарушения стула(поносы,запоры).	да	нет
14	Бывала ли дизентерия.	да	нет
15	Была ли болезнь Боткина(желтуха).	да	нет
16	Бывают ли реакции на какую-нибудь пищу, запахи, цветы, пыль, лекарства(сыпь, отёки, затруднение дыхания).	да	нет
17	Бывает ли реакция на прививки(сыпь, отёки, затруднение дыхания).	да	нет
18	Часто ли бывают жалобы на боли в мышцах после физкультурных занятий, тренировок?	да	нет

**Анкета для учащихся 4—5 классов «Здоровый образ жизни»**

Класс \_\_\_\_\_ Пол М  Ж  Дата заполнения анкеты 20\_\_ г.

**1. Представь, что ты приехал в летний лагерь. Твой лучший друг, который приехал вместе с тобой, забыл дома сумку с вещами и просит тебя помочь. Отметь, какими из перечисленных ниже предметов не стоит делиться даже с лучшим другом?**

- |                                  |   |  |
|----------------------------------|---|--|
| мыло <input type="checkbox"/>    | зубная щетка <input type="checkbox"/>       | полотенце для рук <input type="checkbox"/> |
| мочалка <input type="checkbox"/> | зубная паста <input type="checkbox"/>       | шампунь <input type="checkbox"/>           |
| тапочки <input type="checkbox"/> | полотенце для тела <input type="checkbox"/> |  |

**2. На дверях столовой вывесили два расписания приема пищи—одно из них правильное, а другое содержит ошибки. Отметь правильное расписание.**

Завтрак	08.00	09.00
Обед	13.00	15.00
Полдник	16.00	18.00
Ужин	19.00	21.00
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**3. Оля, Вера и Таня не могут решить—сколько раз в день нужно чистить зубы. Как ты думаешь, кто из девочек прав. Отметь тот ответ, который тебе кажется верным:**

- Зубы нужно чистить по вечерам, чтобы удалить  
 Из рта все скопившиеся за день остатки  
 пищи   
 Зубы нужно чистить утром и вечером   
 Зубы нужно чистить по утрам, чтобы дыхание было свежим весь день

**4. Тебя назначили дежурным. Тебе нужно проследить за тем, как соблюдаются правила гигиены твоими друзьями. Отметь, в каких случаях ты посоветуешь им вымыть руки:**

- Перед чтением книги   
 Перед посещением туалета   
 После посещения туалета   
 После того, как заправил постель   
 Перед едой   
 Перед тем, как идешь гулять   
  
 После игры в баскетбол   
 После того, как поиграл с кошкой или собакой

**5. Как часто ты посоветуешь своим друзьям принимать душ? Отметь:**

- Каждый день  Два-три раза в неделю  1 раз в неделю

**6. Твой товарищ поранил палец. Что ты ему посоветуешь? Отметь:**

- Положить палец в рот

- Подставить палец под кран с холодной водой
- Намазать ранку йодом и накрыть чистой салфеткой

### Анкета для учащихся 5–7 классов «Здоровый образ жизни»

Класс \_\_\_\_\_ Пол М  Ж  Дата заполнения анкеты 20\_\_ г.

**1. Какие из перечисленных условий ты считаешь наиболее важными для счастливой жизни? Оцени их, проставив баллы от 8 (самое важное) до 1 (наименее важное для тебя).**

- Иметь много денег
- Много знать и уметь
- Быть здоровым
- Иметь любимую работу
- Иметь интересных друзей
- Быть красивым, привлекательным
- Быть самостоятельным (самому решать, что делать и самому обеспечивать себя)
- Жить в счастливой семье

**2. Какие условия для сохранения здоровья ты считаешь наиболее важными? Из приведенного перечня условий выбери отметь 4 наиболее важных для тебя.**

- Регулярные занятия спортом
- Хороший отдых
- Знания о том, как заботиться о своем здоровье
- Хорошие природные условия (чистый воздух, вода и т.д.)
- Возможность лечиться у хорошего врача
- Деньги, чтобы хорошо питаться, отдыхать, посещать спортивный зал и т.д.
- Ежедневное выполнение правил здорового образа жизни (соблюдение режима дня, регулярное питание, занятия физкультурой и т.д.)

**3. Что из перечисленного присутствует в твоём распорядке дня?**

	Ежедневно	Несколько раз в неделю	Очень редко, никогда
Утренняя зарядка, пробежка	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Завтрак	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Обед	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ужин	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Прогулка на свежем воздухе	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Сон не менее 8 ч	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Занятия спортом	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Душ, ванна	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

4. Можно ли сказать, что ты заботишься о своем здоровье? (отметь нужное).

Да, конечно       Скорее да, чем нет       Скорее нет, чем да       Нет

5. Интересно ли тебе узнавать о том, как заботиться о своем здоровье? Отметь один ответ.

Да, очень интересно       Скорее интересно, чем не интересно   
 Скорее неинтересно, чем интересно       Не интересно

6. Откуда ты узнаешь о том, как заботиться о здоровье?

	Часто	От случая к случаю	Никогда
В школе	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Дома	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
От друзей	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Из книг и журналов	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Из передач радио и телевидения	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7. Как ты оцениваешь сведения о здоровье, которые узнаешь...

	Интересно	Не всегда интересно	Неинтересно
В школе	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Дома	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
От друзей	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Из книг и журналов	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Из передач радио и телевидения	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

8. Какие мероприятия по охране и укреплению здоровья проводятся в твоём классе? Какие из них ты считаешь интересными полезными?

	Проводятся	Интересно	Неинтересно
Уроки, обучающие здоровью	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Беседы о том, как заботиться о здоровье	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Спортивные соревнования	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Викторины, конкурсы, игры на тему здоровья	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Праздники, вечера на тему здоровья	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



## Анкета для учащихся 8–9 классов «Здоровый образ жизни»

Класс \_\_\_\_\_ Пол М  Ж  Дата заполнения анкеты 20\_\_ г.

1. Какие из ценностей, приведенных ниже, для вас наиболее важны? Оцените их, проставив баллы от 8 (самое важное) до 1 (наименее важное).

Материальное

благополучие

Качественное образование

Привлекательная

внешность

Хорошее здоровье

Возможность общаться с интересными

людьми

Благополучная семья

Свобода и независимость (возможность самому планировать жизнь и реализовывать желания)

Любимая работа

2. Какие условия для сохранения здоровья вы считаете наиболее важными? Из приведенного перечня условий выберите и отметьте четыре наиболее важных для вас.

Хорошая наследственность

Хорошие экологические условия

Выполнение правил здорового образа жизни (режим, зарядка и т.д.)

Возможность консультации и лечения у хорошего врача

Знания о том, как заботиться о своем здоровье

Отсутствие физических и умственных перегрузок

Регулярные занятия спортом

Достаточные материальные средства для хорошего питания, занятий спортом и т.д.

3. Что из перечисленного присутствует в вашем распорядке дня?

	Ежедневно	Несколько раз в неделю	Очень редко
Утренняя зарядка, пробежка	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Завтрак	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Обед	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ужин	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Прогулка на свежем воздухе	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Сон не менее 8 ч	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Занятия спортом	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Душ, ванна	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Достаточно ли вы заботитесь о своем здоровье?

В полнее достаточно  Не в полнее достаточно  Не достаточно

**5. Как вы относитесь к информации о том, как заботиться о здоровье?**

- Очень интересна и полезна   
Довольно интересна и полезна   
Не очень интересна и полезна   
Не интересна и не нужна

**6. Откуда вы узнаете о том, как заботиться о здоровье?**

	Часто	От случая к случаю	Никогда
От родителей	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
От друзей	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
В школе	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Из журналов, книг	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Из передач ТВ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Через интернет	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**7. Как вы оцениваете сведения о здоровье, которые получаете?**

	Интересны	Не всегда интересны	Не интересны
От родителей	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
От друзей	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
В школе	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Из журналов, книг	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Из передач ТВ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Через интернет	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**8. Какие мероприятия по охране и укреплению здоровья проводятся в вашем классе? Какие из них вы считаете интересными и полезными?**

	Проводятся	Интересно	Не интересно
Специальные уроки	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Лекции, беседы	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Спортивные соревнования	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Работа спортивных секций, кружков	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Тематические вечера	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Мониторинг показателей физической подготовленности обучающихся  
МОУ «Красноярская ООШ»  
Дата тестирования «   » 20\_\_ г.**

Класс \_\_\_\_\_

Классный руководитель \_\_\_\_\_

№ п/п	Ф.И.О.	Физическая подготовленность								
		Сгибание и разгибание руки в локтевом суставе	Поднимание и опускание навысокой	Прыжок в длину с места, см	Наклон вперед, см	Челночный бег 3х10 м, с	Бег 30 м, с	Бег 60 м, с	Бег 100 м, с	Бег 500 м, мин, с
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										

Ответственный за тестирование учитель физической культуры \_\_\_\_\_ (Петренко И.М)