

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ с. Подстепки

_____ А.Е. Семенов

« ____ » _____ 2026 г.

ПРОГРАММА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ
«Быть здоровым – это здорово!» в ГБОУ СОШ с. Подстепки
на 2026-2027 учебный год

1. Введение

Проблема сохранения и укрепления здоровья учащихся остаётся актуальной и требует поиска новых подходов к решению. Данные медицинских осмотров свидетельствуют о неблагоприятной динамике основных показателей здоровья детей по мере школьного обучения. Количество абсолютно здоровых детей и подростков идет на спад. Особую тревогу вызывают:

- рост гиподинамии (недостатка двигательной активности);
- увеличение числа детей с нарушениями зрения, осанки, нервной системы;
- распространение новых форм зависимостей (вейпинг, снюс, игровая и интернет-зависимость).

Занятия физическими упражнениями являются наиболее рациональным способом подготовки к освоению будущей профессии, учебе и жизни в целом. Программа объединяет усилия педагогического коллектива, медицинских работников, родителей и социальных партнеров по формированию здорового образа жизни учащихся.

2. Пояснительная записка

Анализ состояния здоровья школьников и возможных причин, влияющих на его уровень, показывает необходимость продолжения реализации Программы «Быть здоровым – это здорово». Основной замысел Программы предполагает создание единой системы здоровьесбережения детей и подростков, формирование ценностных установок на здоровый образ жизни.

Ключевые вызовы 2026-2027 учебного года:

- внедрение обновленных ФГОС (акцент на здоровьесбережение и функциональную грамотность);
- реализация национального проекта «Молодежь и дети» (федеральный проект «Всё лучшее — детям» – оснащение кабинетов ОБЗР, спортивных залов);
- профилактика новых форм зависимостей (вейпы, электронные сигареты, снюс);
- цифровая гигиена и профилактика интернет-зависимости.

3. Цель Программы

Формирование у обучающихся устойчивой мотивации к здоровому образу жизни, создание здоровьесберегающей образовательной среды, способствующей сохранению и укреплению физического, психического и социального здоровья участников образовательного процесса.

4. Задачи Программы

1. Создание условий жизнедеятельности школы, адекватных образовательному процессу и наиболее благоприятных для саморазвития личности и повышения уровня здоровья учащихся.
2. Формирование информационной базы по состоянию здоровья детей и подростков (паспортизация здоровья).
3. Внедрение в повседневную практику здоровьесберегающих технологий обучения и оздоравливающих методик коррекции и укрепления здоровья.
4. Формирование у учащихся ценностных ориентаций на сохранение и укрепление здоровья и навыков здорового образа жизни (с учетом профилактики новых зависимостей).
5. Укрепление связей с медицинскими учреждениями и другими социальными партнерами, способствующими укреплению здоровья детей.
6. Просвещение родителей в вопросах здорового образа жизни и профилактики зависимостей.
7. Обеспечение системного контроля за соблюдением санитарно-гигиенических требований и организацией питания.

5. Основные подходы к организации здоровьесбережения учащихся

Подход	Содержание
Системный	Единство обучения, воспитания и оздоровления в единой образовательной среде
Личностно-ориентированный	Учет индивидуальных особенностей, состояния здоровья, уровня физического развития каждого ребенка
Деятельностный	Активное включение учащихся в физкультурно-оздоровительную деятельность

Подход	Содержание
Комплексный	Сочетание медицинских, психолого-педагогических и социальных мер
Преемственный	Непрерывность здоровьесберегающей работы на всех ступенях обучения

6. Функциональные ресурсы различных категорий работников школы

Категория	Функции
Медицинская служба (ФАП, ЦРБ)	Проведение диспансеризации и медосмотров; выявление учащихся специальной медицинской группы; контроль санитарно-гигиенических условий
Администрация	Общее руководство реализацией программы; контроль за организацией горячего питания; организация работы спортзала и спортивных секций; разработка системы внеклассных мероприятий; организация работы психологической службы
Классный руководитель	Санитарно-гигиеническая работа; профилактика заболеваний, травматизма, вредных привычек (включая вейпинг); организация работы с родителями; проведение внеклассных мероприятий; диагностика уровня физического здоровья
Педагог-психолог	Диагностика психоэмоционального состояния; профилактика стрессов и тревожности; работа с мотивацией к ЗОЖ; консультирование родителей и педагогов
Учитель физической культуры	Организация двигательной активности; развитие физических качеств; подготовка к сдаче норм ГТО; проведение спортивных соревнований

7. Участники Программы

- Учащиеся 1-11 классов
- Педагогический коллектив
- Родители (законные представители)
- Социальные партнеры (ФАП, ЦРБ, отдел по делам молодежи, ПДН)

8. Этапы реализации Программы на 2026-2027 учебный год

Этап	Содержание	Сроки
1. Подготовительный	Анализ состояния здоровья; корректировка программно-методического обеспечения; подготовка кадров; ознакомление родителей и учащихся с Программой; взаимодействие с медицинскими учреждениями	Август-сентябрь 2026
2. Практический	Реализация всех направлений Программы в соответствии с планом	Сентябрь 2026 – май 2027
3. Аналитический	Мониторинг состояния здоровья; анкетирование; анализ эффективности; корректировка Программы	Май 2027

9. План основных мероприятий Программы «Быть здоровым – здорово!» на 2026-2027 учебный год

Название мероприятия	Сроки	Ответственный
1. Формирование информационной базы данных о состоянии здоровья детей (медосмотры, диспансеризация)	Сентябрь-октябрь	ФАП, соц. педагог
2. Внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс	В течение года	Зам. директора по УВР, учителя
3. Организация работы спортивных секций и кружков	Сентябрь, в течение года	Зам. директора по ВР

Название мероприятия	Сроки	Ответственный
4. Проведение Дней здоровья	Сентябрь, январь, апрель	Зам. директора по ВР, учителя физкультуры
5. Проведение спортивных соревнований (в т.ч. «Безопасное колесо», «Зарница»)	В течение года	Учителя физкультуры, руководитель ЮИД
6. Организация горячего питания	В течение года	Соц. педагог, ответственный за питание
7. Мониторинг состояния здоровья учащихся (сравнительный анализ)	Май	ФАП, соц. педагог
8. Проведение тематических классных часов по ЗОЖ, профилактике зависимостей	Ежемесячно	Классные руководители
9. Участие в акциях: «Бирюзовая ленточка», «Мы за ЗОЖ»	Ноябрь, май	Соц. педагог, педагог-организатор
10. Организация работы родительского лектория по ЗОЖ	В течение года	Зам. директора по ВР, соц. педагог
11. Проведение социально-психологического тестирования (СПТ)	Октябрь-ноябрь	Зам. директора по ВР, педагог-психолог
12. Создание папок с методическими рекомендациями по проведению классных часов по ЗОЖ	Сентябрь	Соц. педагог, педагог-психолог

10. Календарный план реализации программы на 2026-2027 учебный год

Месяц	Мероприятие	Ответственный
Сентябрь	Организация дежурства по школе и классам; налаживание работы кружков и секций; организация питания; День здоровья; месячник безопасности (ПДД, пожарная безопасность); совещание по спортивным мероприятиям	Зам. директора по ВР, учителя физкультуры, классные руководители
Октябрь	Работа по поддержанию порядка в школе; внутришкольные спортивные соревнования; лекции и беседы по ЗОЖ; физкультминутки и динамические паузы (ежедневно); планирование каникулярной занятости	Классные руководители, учителя физкультуры, соц. педагог
Ноябрь	Мероприятия ко Дню матери; воспитательные часы по теме «Вредные привычки» (выпуск плакатов); экскурсии; участие в акции «Бирюзовая ленточка»	Классные руководители, соц. педагог, педагог-организатор
Декабрь	Открытые классные часы, посвященные Всемирному дню борьбы со СПИДом; операция «Мы рядом»; соревнования по игровым видам спорта; инструктажи перед каникулами (ПДД, гололед)	Классные руководители, учителя физкультуры
Январь	Тренинги здорового образа жизни; «Веселые старты»; физкультминутки (ежедневно); повторный инструктаж по ПДД	Соц. педагог, педагог-психолог, учителя физкультуры
Февраль	Месячник оборонно-массовой и патриотической работы; День защитника Отечества; военно-спортивная игра «Зарница»	Зам. директора по ВР, руководитель ВПК, учителя физкультуры
Март	Планирование занятости в каникулярный период; подготовка ко Дню здоровья; организация каникулярного отдыха	Зам. директора по ВР, классные руководители

Месяц	Мероприятие	Ответственный
Апрель	Всемирный день здоровья; благоустройство школьной территории; первенство школы по ГТО; беседы о вреде вейпинга	Зам. директора по ВР, учителя физкультуры, соц. педагог
Май	Подготовка к организации летней занятости; мероприятия к Дню Победы; «Веселые старты»; экскурсии на природу; инструктажи перед летними каникулами	Зам. директора по ВР, классные руководители, соц. педагог
Июнь	Международный день защиты детей; работа по плану летних каникул (лагерь дневного пребывания)	Начальник лагеря, воспитатели

11. Ожидаемые результаты

Показатель	Целевое значение
Снижение заболеваемости учащихся (по сравнению с предыдущим годом)	Не менее чем на 5%
Стабилизация показателей здоровья по основным группам	Положительная динамика
Охват учащихся горячим питанием	100% (1-4 классы – бесплатно, 5-11 – платно / льготные категории)
Охват учащихся спортивными секциями и кружками	Не менее 85%
Участие в сдаче норм ГТО	Не менее 60%
Снижение количества пропусков занятий по болезни	Не менее чем на 5%

Показатель	Целевое значение
Охват родителей профилактическими мероприятиями (лектории, собрания)	Не менее 90%
Сформированность у учащихся устойчивых навыков ЗОЖ (по результатам анкетирования)	Не менее 80%

Заместитель директора по ВР: _____ / Тюрников И.Н.

Социальный педагог: _____ / Гаврикова Л.В.

Педагог-психолог: _____ / Васильева А.Р.

Дата составления: _____ 2026 г.