МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Самарской области
Центральное управление министерства образования Самарской области
государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа с. Пискалы
муниципального района Ставропольский Самарской области
(ГБОУ СОШ с. Пискалы)

РАССМОТРЕНА
на заседании методического объединения учителей.
Руководитель МО
_____ Основа Е.А.
протокол № 1
от «31» августа 2026 г.

ПРИНЯТА
Заместитель директора по учебно - воспитательной работе
_____ Говоренко Г.В.
«31» августа 2026 г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом
ГБОУ СОШ с. Пискалы
от «31» августа 2026 г. № 120-од
Директор
_____ Гаврилова О.В.

ОБЩЕШКОЛЬНАЯ ПРОГРАММА

«ЗДОРОВЬЯ»

на 2026/2027 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Развитие полноценной личности немыслимо без сохранения и поддержания здоровья. Отсутствие здоровья часто лежит в основе отчуждения, ограниченной коммуникации, недостаточного самоуважения. Сохранение здоровья каждого – залог здоровья нации.

Статистические данные за последние годы показывают высокую заболеваемость детского населения. Анализ показывает, что это обусловлено ухудшением социально-экономической обстановки, обострением проблем рационального питания, снижение уровня здоровья родителей (законных представителей) и детей, наследственностью.

У обучающихся и их родителей (законных представителей) не сформировано ценностное отношение к своему здоровью, что объясняется недостаточной пропагандой педагогических и медицинских знаний, здорового образа жизни. Это сделало необходимым введение в воспитательную программу школы блока «Здоровье», призванного обеспечить сохранение и улучшение физического, психического и социального здоровья.

Для успешной реализации одной из задач школы «Сформировать потребность в здоровом образе жизни» была разработана программа "Здоровье". Это позволяет систематически вести просветительскую работу, целенаправленно воспитывать установку на здоровый образ жизни, формировать понятие о здоровье, как о жизненной ценности, вести профилактику девиантного поведения, формировать социальную активность, воздействовать на сохранение и укрепление здоровья ребенка.

Данная программа призвана показать достижения физического и духовного совершенства, сделать так, чтобы спорт, здоровье, гармония и красота стала несовместимой с хамством, сквернословием, вымогательством.

Ступени общешкольной программы «Здоровья» ГБОУ СОШ с. Пискалы:

- ✓ *«Здоровое поколение» (1 – 4 классы)*
- ✓ *«Путь к здоровью» (5 – 8 классы)*
- ✓ *«Стиль жизни – здоровье» (9 класс)*

Цель программы:

- ✓ Сохранение здоровья детей.
- ✓ Привлечение внимание общественности к проблеме сохранения и укрепления здоровья детей.
- ✓ Создание системы взаимосвязи и сотрудничества со всеми заинтересованными службами.
- ✓ Создание и апробация здоровье сберегающих технологий в образовательном процессе.

Задачи:

- ✓ сформировать правильное отношение к своему здоровью, восприятие здоровья как жизненной ценности;
- ✓ сформировать способность к самодиагностике состояния здоровья и устойчивую мотивацию на здоровый образ жизни;
- ✓ обучить обучающихся самостоятельно снимать с себя психическое напряжение, подготовить к встрече со стрессами, опасностями трудностями;
- ✓ формирование у педагогов, родителей (законных представителей) и обучающихся здорового образа жизни.

Ожидаемые результаты:

1. Снижение уровня заболеваемости детей школьного возраста.
2. Формирование здорового образа жизни в семье.
3. Улучшение организации питания учащихся.

Направления работы

- ✓ Материально-техническое обеспечение образовательного учреждения;

- ✓ Мониторинг и коррекция развития обучающихся;
- ✓ Организация рационального питания;
- ✓ Формирование валеологических знаний у учителей, обучающихся и их родителей (законных представителей) (беседы врачей - специалистов);
- ✓ Профилактика заболеваний детей и подростков;
- ✓ Предупреждение зависимого поведения (курения, алкоголизации, употребления психоактивных веществ);
- ✓ Воспитание культуры потребления медицинских услуг;
- ✓ Профилактика травматизма и основы личной безопасности;
- ✓ Совершенствование системы спортивно - оздоровительной работы;
- ✓ Мониторинг и совершенствование гигиены помещения, школьного двора, спортивных сооружений;
- ✓ Контроль над выполнением мероприятий по укреплению и сохранению здоровья обучающихся.

СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

1 – 4 классы *«Здоровое поколение»*	*5 – 8 классы* *«Путь к здоровью»*	*9 класс* *«Стиль жизни – здоровье»*
ПЕРВАЯ ЧЕТВЕРТЬ		
1. Диагностика		
Состояние зрительного утомления (мониторинг позы)	Состояние здоровья на начало учебного года (5, 6 кл.)	Мониторинг соматического здоровья
Мониторинг соматического здоровья		
2. Режим учебного процесса		
Составление расписания занятий с учетом санитарных норм		
Формирование банка данных на учащихся группы риска и больных детей		
Мониторинг на классных часах с целью выявления психологического климата в классе, детей, нуждающихся в индивидуальном подходе		
Страхование обучающихся		
3. Уроки и здоровье		
Уроки Мойдодыра (1кл.) Уроки Айболита (2кл.) Уроки Знайки (3-4 кл)	Классный час с приглашением психолога: «Твое психическое здоровье»	Классный час с приглашением психолога: «Умей контролировать эмоции»
Проведение специальной гимнастики на осанку	Проведение бесед о здоровом образе жизни	Проведение бесед о здоровом образе жизни
Организация физкультурной группы для школьников, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе		
4. Методическая работа с педагогическим коллективом		
Выступление на педагогических советах с анализом результатов проведенных диагностик		
Проведение обучающих семинаров «Охрана зрения ребенка»		
5. Работа с родителями (законными представителями)		
Выступление на родительском собрании с результатами диагностик		
Проведение родительского лектория		
Причины быстрой утомляемости младших школьников при интенсивной умственной работе	Организация учебного труда и режима дня	Сфера интересов старших школьников
Индивидуальные консультации		
6. Оздоровительная работа		

День здоровья		
Соревнования по мини-футболу 5 – 9 классы		
Месячник гражданской защиты		
Профилактика ДДТТ	Викторина АВС	Помощь в организации соревнований по мини-футболу (судейство)
Веселые старты	Самооценка физического и познавательного потенциала	
ВТОРАЯ ЧЕТВЕРТЬ		
1. Диагностика		
Диагностика общей утомляемости	Состояние зрительного утомления (мониторинг позы) Уровень мотивации к учению Соответствие объема домашних заданий нормам санПиН	Диагностика функционального состояния Уровень мотивации к учению Соответствие объема домашних заданий нормам санПиН
2. Режим учебного процесса		
Проверка режима проветривания школьных помещений		
Отслеживание чистоты и безопасности пешеходных дорожек в зимний период		
Смотр экологичности школьных помещений		
3. Уроки и здоровье		
Уроки Мойдодыра (1кл): ✓ Уход за руками и ногами	Как не заболеть (профилактика инфекционных заболеваний)	
Уроки Айболита (2кл.): ✓ прививки от болезней; ✓ безопасность при любой погоде	Профилактические беседы медицинскими работниками	Всемирный день борьбы со СПИДом
Уроки Знайки (3-4 кл): ✓ надо уметь сдерживать себя	Интегрированные уроки по истории, биологии, математике и ОБЗР	
4. Методическая работа с педагогическим коллективом		
Проведение обучающих семинаров ✓ Утомление и переутомление школьника		
МО кл. руководителей: ✓ Формы работы с классом для преодоления вредных привычек учащихся		
Встреча со специалистами центров профилактики здоровья («Центр «Семья»)		
5. Работа с родителями (законными представителями)		

Проведение родительского собрания		
Формирование учебной мотивации обучающихся младшей школы	Влияние конфликтных ситуаций в семье на учебную деятельность подростков	Мотивация учения и пути ее формирования в семье
Индивидуальные консультации		
Встречи родителей (законных представителей) со специалистами Центра «Семья» (по запросу)		
6. Оздоровительная работа		
Общешкольная классный час «Курение: дань моде, привычка, болезнь»		
Занятие «Ребенок в мире вредных привычек»	Конкурс плакатов «Молодежь за здоровый образ жизни»	
Конкурс рисунков «Будь осторожен с огнем»	Школьные соревнования по баскетболу и волейболу	
	Просмотр документального фильма о вреде алкоголизма и курения	
ТРЕТЬЯ ЧЕТВЕРТЬ		
1. Диагностика		
Диагностика школьных трудностей	Склонности к девиантному поведению (курение, алкоголь) Уровень тревожности учащихся	Склонности к девиантному поведению (наркотики и психотропные вещества) Уровень тревожности учащихся
2. Режим учебного процесса		
Контроль освещенности в классах и коридорах		
3. Уроки и здоровье		
Уроки Мойдодыра	Беседы «О вреде курения, алкоголя, наркотиков»	Деловая игра «Умей сказать НЕТ!»
Уроки Айболита	Занятие на тему «Моя уверенность в себе или как сказать «нет»	Лекция «Болен-лечись, а здоров - берегись»
		Мини-сочинение по профилактике зависимого поведения
Интегрированные уроки по истории, биологии, математике и ОБЖ по материалам книги «Будьте здоровы!» (как не болеть и как не ходить в больницу), под ред. Гусаровой Г.И., Котельникова Г.П.- Самара: ГУСО, «Перспектива». 2007.		
4. Методическая работа с педагогическим коллективом		
Проведение обучающих семинаров ✓ профилактика сезонного обострения заболеваемости		
Итоги диагностики склонности к девиантному поведению		

МО класс. руководителей: ✓ Деловые игры по профилактике девиантного поведения и ЗОЖ		
5. Работа с родителями (законными представителями)		
Проведение родительского собрания		
Забота родителей о физическом и гигиеническом воспитании младших школьников	Факторы, влияющие на формирование вредных привычек в подростковом возрасте	Роль семьи в формировании основ здорового образа жизни
Индивидуальные консультации		
6. Оздоровительная работа		
Спортивный праздник, посвященный Масленице		
Ледовая эстафета		
	Соревнования по н/теннису	
ЧЕТВЕРТАЯ ЧЕТВЕРТЬ		
1. Диагностика		
Уровень удовлетворенностью школьной жизнью		
Состояние здоровья на конец учебного года		
2. Режим учебного процесса		
Организация динамических пауз на свежем воздухе		
Экологический субботник		
3. Уроки и здоровье		
Уроки Мойдодыра: ✓ как правильно вести себя на воде	Интегрированные уроки по истории, биологии, математике и ОБЗР	
Уроки Айболита: ✓ первая помощь при травмах	Мозговой штурм «Зачем люди пробуют курить»	Как готовиться к экзаменам
Уроки Знайки: ✓ нехорошие слова, недобрые шутки		
День защиты детей		
4. Методическая работа с педагогическим коллективом		
Проведение обучающих семинаров: ✓ методы релаксации для взрослых и детей		
5. работа с родителями (законными представителями)		
Проведение родительского собрания		

Поощрение и наказание в семье. Словесные воздействия	Роль психологической поддержки семьи в критических жизненных ситуациях	
Информация о работе школьной оздоровительной площадки		
6. оздоровительная работа		
День здоровья		
Спортивная игра «Зарница»		
Игры на свежем воздухе	Туристический слет	

Систематически в течение года осуществляется:

- ✓ работа спортивных секций;
- ✓ контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм;
- ✓ динамические паузы во время занятий;
- ✓ физминутки во время уроков;
- ✓ игры на свежем воздухе и динамические паузы;
- ✓ цикл тематических классных часов;
- ✓ профилактические мероприятия в начальной школе;
- ✓ мониторинг заболеваемости;
- ✓ отслеживание качества и организации горячего питания;
- ✓ инструктирование по ТБ учителей и обучающихся;
- ✓ регулярная дезинфекция помещений

Взаимодействие:

В ходе реализации программы складывается сотрудничество со специалистами Центра психолого-медико-социального сопровождения, ГБУЗ СО «Ставропольская ЦРБ» амбулатория с. Пискалы, СП «Спектр», СП ДЮСШ, отделом «Материнства и детства» м.р. Ставропольский, центром «Семья», ОМВД ПДН Ставропольского района.