Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Деевская средняя общеобразовательная школа»

Утверждаю:
Врио директора школы:
__29.08.2026_____(Д.М.Госьков)

Утверждено на заседании родительского комитета
__29.08.2026_____
Председатель РК
_____(Н.Г.Терещенко)

Утверждено на заседании МО
классных руководителей __29.08.2026
_____(Е.А.Дунаева)

Программа
«Школа за здоровый образ жизни»

Возраст детей: 7-18 лет
2026-2027 учебный год

Составитель:
Дунаева Екатерина Александровна,
заместитель директора школы по
воспитательной работе,

2026 года

Цель программы: Создание оптимальных условий для сохранения и укрепления здоровья, формирование здорового образа жизни участников образовательного процесса.

Задачи:

- внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий;
- воспитание у педагогов и учащихся сознательного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни;
- формирование у педагогов и обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью;
- непрерывное профессиональное самообразование, накопление банка данных по методологической, диагностической деятельности физкультурно-оздоровительной направленности;
- пропаганда здорового образа жизни, формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности;
- изменение ценностного отношения к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое поведение;
- повышение уровня правовых знаний, касающихся ответственности несовершеннолетних и их родителей за хранение, распространение и применение наркотических и психотропных веществ;
- обучение умению противостоять разрушительным для здоровья формам поведения;

Основные направления:

- Диагностическая деятельность;
- Спортивно-оздоровительная деятельность;
- Профилактика заболеваний у учащихся. Комплексное оздоровление детей;
- Здоровое питание школьников;
- Профилактика наркомании, табакокурения, алкоголизма;
- Работа с педагогическим коллективом, родителями по пропаганде здорового образа жизни в семье;

Концептуальные положения программы:

Здоровье – главная жизненная ценность. Забота о здоровье необходима и больному, и здоровому человеку.

Валеологический подход. Триединый принцип валеологии: формирование, сохранение и укрепление здоровья индивида на основе использования всех позитивных факторов.

Принцип здорового образа жизни – соблюдение санитарно-гигиенического режима.

Педагогизация окружающей среды: организация целесообразного здоровьесберегающего пространства.
Принцип природосообразразности: учет и использование физиологических возможностей организма ребенка в соответствии с возрастным развитием, дифференцированный и индивидуальный подход к ребенку.
Разнообразие методов и средств физического воспитания.
Принцип саморегуляции; «чтобы быть здоровым, нужны собственные усилия, постоянные и значительные».

Возраст детей, участвующих в реализации программы

Программа рассчитана для работы с детьми и подростками 7 - 18 лет в 2026-2027 учебном году

Участники программы

- учащиеся школы;
- классные руководители;
- учителя-предметники
- медицинский работник ОВП с.Деево;
- школьный психолог;
- родители.

Ожидаемый результат

- - Использование в образовательном процессе здоровьесберегающих технологий;
- - сознательное отношение личности к своему здоровью и здоровому образу жизни, отказ от вредных привычек, исключение употребления ПАВ;
- -наличие у обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью;
- - повышение общей культуры в направлении сохранения и развития физического здоровья;
- - повышение уровня общей физической активности;
- -наличие банка данных по методологической, диагностической деятельности физкультурно-оздоровительной направленности;

Участники программы: учащиеся; ученическое самоуправление; родители; педагоги; директор школы; заместители директора по УВР, , учителя-предметники (ОБЖ, биология, физическая культура); классные руководители; медработник; психолог.

Программа «Здоровый образ жизни» в 2026-2027 учебном году

Направление деятельности	Задачи	Сроки исполнения	Ожидаемые результаты
Диагностическая деятельность.	Изучить состояние здоровья учащихся, образ жизни учащихся. Выявить нарушения здоровья, наличие вредных привычек. Создать банк данных. Поиск наиболее оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья.	Сентябрь-Май	Получение картины состояния физического здоровья детей, оптимизация форм работы.
Спортивно-оздоровительная деятельность.	Укрепить здоровье, содействовать нормальному физическому развитию через урочную и внеурочную спортивную деятельность. Вовлечь наибольшее количество учащихся в спортивно-оздоровительную деятельность	В течение года	Приобщение учащихся к различным видам спорта. Спорт – норма жизни. Формирование отношения к здоровому образу жизни.
Профилактика заболеваний у учащихся. Комплексное оздоровление детей	Выявить состояние здоровья через профилактические осмотры. Осуществлять коррекцию здоровья в условиях образовательного учреждения	В течение года	Формирование физически развитой и здоровой личности.
Здоровое питание школьников.	Улучшить питание детей в школьной столовой, т.е. использовать разнообразное меню, витаминизация, нормы, калорийность.	В течение года	Уменьшение заболеваний среди учащихся.
Профилактика наркомании, табакокурения,	Воспитание негативного отношения к вредным привычкам. Проведение мероприятий, направленных на пропаганду ЗОЖ.	В течение года	Формирование у школьников потребности вести здоровый образ

алкоголизма.			
Работа с педагогическим коллективом, родителями по пропаганде здорового образа жизни в семье.	Формировать у школьников и их родителей потребности вести здоровый образ жизни.	В течение года	жизни. Обеспечение плодотворного и полноценного сотрудничества с родителями в учебно-воспитательном процессе.

Направления работы по реализации программы «Здоровый образ жизни» в 2026-2027 учебном году

№	Содержание работы	Сроки исполнения	Ответственные
	1. Организационно-методическое обеспечение работы.		
1	Проведение консультации для классных руководителей по пропаганде здорового образа жизни учащихся и профилактике наркомании, токсикомании, ВИЧ-инфекции.	В течение года	Заместитель директора по воспитательной работе, психолог
2	Разработать рекомендации для классных руководителей по проблемам воспитания здорового образа жизни и профилактики вредных привычек.	в течение года	психолог
3	Провести анкетирование учащихся по проблемам наркомании, токсикомании, табакокурения, алкоголизма в молодежной среде.	в течение года	психолог
4	Запланировать и провести мероприятия в рамках		Заместитель директора по

	акции «За здоровый образ жизни!» по различным номинациям.	декабрь	воспитательной работе, классные руководители
5	Месячник «Здоровый образ жизни»	ноябрь - декабрь	Заместитель директора по воспитательной работе, классные руководители
6	Составить совместные планы работы и поддерживать тесный контакт с социальными партнерами	в течение года	Заместитель директора по воспитательной работе, классные руководители
7	Организовывать постоянные консультации специалистов медиков для детей, склонных к девиантному поведению.	в течение года	психолог
2. Работа по профилактике наркомании, токсикомании, ВИЧ-инфекции			
1	Создать и постоянно обновлять базы данных об учащихся « группы риска»	в течение года	психолог
2	Обновить уголок по пропаганде здорового образа жизни, профилактике вредных привычек	сентябрь, январь	психолог
3	Организовать постоянно действующую выставку литературы по пропаганде здорового образа жизни.	Постоянно	Школьный библиотекарь
4	Проводить циклы бесед и лекций по ЗОЖ (совместно с работниками здравоохранения,)	В течение года	психолог, Классные руководители
5	Организовать посещение учащимися кинолекториев по ЗОЖ.	в течение года	психолог, Классные руководители
6	Организовать проведение тематических линеек по ЗОЖ.	в течение года	Классные руководители
7	Провести месячник «Здоровый образ жизни».	ноябрь	Социально-психологическая служба,
8	Участвовать в школьных и районных конкурсах, посвященных здоровому образу жизни.	по плану школы, района	Зам. директора по ВР, классные руководители
3. Работа с семьей и общественностью.			

1.	Проводить родительские собрания, лектории с привлечение специалистов: психологов, медработников, общественности.	в течение года	Заместитель директора по воспитательной работе, классные руководители ,
2.	Проводить рейды «Подросток», «Семья».	Каждая суббота, каникулярное время	Заместитель директора по воспитательной работе, классные руководители
	4. Здоровое питание школьников.		
1	Организовать охват горячим питанием учащихся школы.	Сентябрь- май	Директор школы
2	Составить списки учащихся школы, нуждающихся в получении бесплатного питания.	июль, ноябрь	Классные руководители
3	Инструктивно-методическое совещание с классными руководителями: -работа классного руководителя по организации горячего питания; - организация бесплатного питания.	сентябрь	Директор школы
	Спортивно-оздоровительная деятельность.		
1	Вовлекать учащихся в спортивные кружки, секции, клубы.	В течение года	Учителя физкультуры Классные руководители
2	Проводить Дни здоровья, спортивные соревнования.	В течение года	Классные руководители Учителя физкультуры
3	Вести пропаганду здорового образа жизни среди участников образовательного процесса.	В течение года	Заместитель директора по воспитательной работе, классные руководители

План работы учителей с учащимися

		У обучающихся будут сформированы:	
1.	Консультации по предметам, день открытых дверей для родителей	Понимание обязательности и полезности учения, положительная мотивация, уважительное отношение к учителям и специалистам школы.	Согласованность педагогических и воспитательных воздействий на ребёнка со стороны семьи и школы. Коррекция проблемного поведения детей.
2.	Консультации специалистов школьного психолого-медико-педагогического консилиума для родителей	Бесконфликтное общение в классе и семье, потребность безбоязненно обращаться за помощью к учителям и специалистам.	
3.	Родительские собрания: «Основы правильного питания», «Гигиенические основы режима дня школьника», «Физическая культура и здоровье», «Здоровый образ жизни», «Почему ребёнок не любит читать», «Десять заповедей для родителей».	-Навык организации режима дня и отдыха, -Уважительное отношение к родителям и старшим, потребность в выполнении правил поведения в школе и общественных местах, - Серьёзное отношение и потребность в чтении; - Умение общаться в коллективе класса, толерантность, милосердие.	Повышение педагогической компетентности родителей. Повышение количества инициативных обращений родителей к специалистам школы. Формирование у родителей положительного эмоционального отношения к школе.
4.	Практикум для родителей: «Уметь отказаться», «Я и здоровье», « Что делать, если…» «Профилактика острых и кишечных заболеваний»	- Умение следить за своим здоровьем, -Начальные навыки и умения выхода из трудной жизненной ситуации; - Устойчивость к	Практическое участие родителей в решении вопросов школьной жизни

		неблагоприятным условиям внешней среды	
5.	Анкетирование: «Здоровье и физическая культура ребёнка»: «Как ребёнок справляется с домашним заданием»	-Потребность в общении со сверстниками, выбор установки на здоровый образ жизни; - Умение попросить совета и помощи у старших, мотивация к учению.	Формирование положительной мотивации родителей к получению педагогических знаний
6.	Общешкольное тематическое собрание	Принятие установки на здоровый образ жизни, понимание важности здоровья, экологически сообразного поведения.	Формирование «образа школы» как у родителей, так и у сторонних лиц и организаций
7.	Организация совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек, организация походов, весёлых стартов	Навык толерантности, коммуникабельности.	Активное участие в делах школы и класса

Список литературы

1. Дзятковская Е.Н. Проектируем содержание внеурочной деятельности по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни: Методическое пособие - М.: Образование и экология. 2012, - 72 с.
2. Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. Внеурочная деятельность школьников. М: Просвещение, 2010.
3. Е.В. Советова. Эффективные образовательные технологии. Ростов н/Д: Феникс, 2007.
4. Образовательные здоровьесберегающие технологии: опыт работы методического объединения учителей начальных классов/авт.-сост. В.Ф. Феоктистова.- Волгоград,2009