

**МОБУ Краснохолмская СОШ №3
имени Героя Советского Союза Д.И. Лазарева**

**ПРОГРАММА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ
«Школа — территория здоровья»**

на 2026–2027 учебный год

с. Краснохолмский
2026 год

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Программа здоровьесбережения «Школа — территория здоровья» МОБУ Краснохолмской СОШ №3 имени Героя Советского Союза Д.И. Лазарева на 2026–2027 учебный год
Заказчик программы	Администрация МОБУ Краснохолмской СОШ №3 имени Героя Советского Союза Д.И. Лазарева
Разработчик программы	Творческая группа педагогического коллектива МОБУ Краснохолмской СОШ №3
Срок реализации программы	Сентябрь 2026 г. — август 2027 г. (1 учебный год)
Контингент обучающихся	308 обучающихся 1–11 классов
Адрес	Республика Башкортостан, Краснохолмский район, с. Красный Холм
Нормативно-правовая база	Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; ФГОС НОО, ООО, СОО; СП 2.4.3648-20; СанПиН 2.3/2.4.3590-20; Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребёнка»; приказ Минобрнауки РФ «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся»

2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Проблема сохранения и укрепления здоровья детей и подростков в современных условиях является одной из приоритетных задач государства, общества и системы образования. Здоровье детей школьного возраста, как и других групп населения, зависит от воздействия сложного комплекса социальных, экологических, гигиенических, медико-биологических, организационно-педагогических и других факторов. Современная школа наряду с выполнением своей основной функции — образованием и воспитанием учащихся — должна обеспечивать формирование, сохранение и укрепление их здоровья.

В МОБУ Краснохолмской СОШ №3 имени Героя Советского Союза Д.И. Лазарева обучается 308 детей. Школа работает в одну смену. Функционирует медицинский кабинет, столовая на 120 посадочных мест, спортивный зал, спортивная площадка. В школе организовано горячее питание, охват составляет 100% обучающихся.

Программа здоровьесбережения «Школа — территория здоровья» определяет комплексный подход к сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса, формирование у них ценностного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

Программа разработана с учётом национально-региональных особенностей Республики Башкортостан, климато-географических условий Краснохолмского района, а также в соответствии с требованиями ФГОС начального, основного и среднего общего образования.

3. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

3.1. Цель программы

Создание в МОБУ Краснохолмской СОШ №3 образовательной среды, гарантирующей безопасный учебный процесс, который способствует развитию физического, психологического и социального здоровья 308 обучающихся, и формирование у них культуры отношения к своему здоровью.

3.2. Задачи программы

1. Отслеживание санитарно-гигиенического состояния школы и соответствия требованиям СанПиН.
2. Гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объёма домашних заданий и режима дня обучающихся.
3. Освоение педагогами здоровьесберегающих технологий и внедрение их в практику преподавания.
4. Планомерная организация полноценного сбалансированного питания всех 308 обучающихся.
5. Развитие психолого-медико-педагогической службы школы для профилактики и коррекции отклонений в здоровье.
6. Привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни.
7. Пропаганда здорового образа жизни среди учащихся, родителей и педагогов.
8. Обеспечение достаточной двигательной активности детей всех групп здоровья.
9. Профилактика дорожно-транспортного травматизма, детского травматизма, употребления ПАВ.
10. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья педагогических работников.

4. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ И БЛОКИ ПРОГРАММЫ

Блок I. Здоровьесберегающая инфраструктура

Обеспечение соответствия состояния здания и помещений школы гигиеническим нормативам; оснащённость учебных кабинетов, спортивного зала и спортивной площадки; наличие и оборудование медицинского кабинета и столовой; организация качественного горячего питания; квалифицированный состав специалистов (медработник, психолог, учитель физкультуры).

- Контроль за состоянием здания, освещения, отопления, водоснабжения.
- Обеспечение учебных кабинетов мебелью, соответствующей СанПиН.
- Оснащение медицинского кабинета необходимым оборудованием.
- Организация питания: охват 100% обучающихся (308 чел.), контроль качества.

Блок II. Рациональная организация учебного процесса

- Соблюдение гигиенических норм учебной и внеучебной нагрузки.
- Использование методов обучения, адекватных возрастным возможностям обучающихся.
- Соблюдение требований к использованию технических средств обучения.
- Индивидуализация обучения, работа по индивидуальным программам (обучающиеся с ОВЗ, индивидуальные учебные планы).
- Контроль объёма домашних заданий в соответствии с СанПиН.

Блок III. Физкультурно-оздоровительная работа

- Работа с учащимися всех групп здоровья (основная, подготовительная, специальная).
- Динамические паузы, физкультминутки на уроках, подвижные перемены.
- Работа спортивных секций (волейбол, баскетбол, лёгкая атлетика, настольный теннис, национальные виды спорта).
- Регулярные спортивно-оздоровительные мероприятия и соревнования школьного, районного и республиканского уровней.
- Проведение Дней здоровья (1 раз в четверть).

Блок IV. Профилактика и динамическое наблюдение

- Профилактика заболеваний: витаминизация, профилактика нарушений осанки, зрения.
- Медицинские осмотры, мониторинг состояния здоровья 308 обучающихся.
- Анализ травматизма и заболеваемости.
- Профилактика гриппа и ОРВИ в осенне-зимний период.
- Профилактика употребления ПАВ, табакокурения, алкоголя.

Блок V. Просветительско-воспитательная работа с учащимися

- Лекции, беседы, классные часы по проблемам здоровья и ЗОЖ.
- Дни здоровья, конкурсы, спортивные праздники.

- Профилактика вредных привычек (лекции, ролевые игры, тренинги).
- Участие в районных и республиканских акциях и мероприятиях по ЗОЖ.
- Курсы внеурочной деятельности по программе «Разговоры о важном» с включением тематики ЗОЖ.

Блок VI. Работа с педагогами и родителями

- Лекторий для родителей по вопросам здоровья детей и ЗОЖ.
- Семинары и методическая работа с педагогами по здоровьесберегающим технологиям.
- Совместные мероприятия с участием семей (Дни здоровья, соревнования «Папа, мама, я — спортивная семья»).
- Индивидуальные консультации психолога и медработника для родителей.
- Анкетирование родителей по вопросам здоровья детей.

5. КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ НА 2026–2027 УЧЕБНЫЙ ГОД

Месяц	Мероприятия	Ответственные	Срок
Сентябрь	День здоровья; осенний кросс «Золотая осень»; организация горячего питания (охват 308 чел.); инструктаж по ТБ; классные часы по гигиене; месячник по профилактике ДТП; организация работы специальной группы по физкультуре; мониторинг занятости во внеурочное время	Директор, зам. директора по ВР, учитель физкультуры, кл. руководители, медработник	В течение месяца
Октябрь	Подвижные игры на переменах; физкультминутки на уроках; урок здоровья «Всемирный день питания»; беседы о вреде табакокурения; конкурс плакатов «Здоровым быть модно»; спортивные соревнования; мониторинг заболеваемости; родительское собрание «Здоровье ребёнка — в ваших руках»	Зам. директора по ВР, кл. руководители, учитель физкультуры, психолог, медработник	В течение месяца
Ноябрь	Мероприятия ко Дню матери; классные часы «Курение — категорическое нет»; тематическая неделя «Планета здоровья»; «Весёлые старты» (1–4 классы); турнир по шашкам; конкурс рисунков «Каникулы с пользой»; мониторинг занятости в секциях	Зам. директора по ВР, кл. руководители, учитель физкультуры	В течение месяца
Декабрь	Мероприятия ко Всемирному дню борьбы со СПИДом (1 декабря); классные часы по ЗОЖ; физкультминутки и динамические паузы; организация каникулярного отдыха; профилактика гриппа и ОРВИ	Зам. директора по ВР, кл. руководители, медработник	В течение месяца
Январь	Тренинг «Мой выбор — здоровье» (8–11 классы); «Весёлые старты» (5–7 классы); физкультминутки; контроль питания; мониторинг заболеваемости; профилактика инфекционных заболеваний	Зам. директора по ВР, кл. руководители, психолог, медработник	В течение месяца
Февраль	День защитника Отечества — спортивные соревнования «А ну-ка, парни!»; физкультминутки и динамические паузы; контроль питания; конкурс «Самый спортивный класс»	Зам. директора по ВР, учитель физкультуры, кл. руководители	В течение месяца
Март	Планирование занятости на каникулы; подготовка ко Дню здоровья; антинаркотический месячник «Будем жить!»; организация каникулярного отдыха; спортивный праздник «Мама, папа, я — спортивная семья»	Зам. директора по ВР, кл. руководители, учитель физкультуры	В течение месяца
Апрель	Всемирный день здоровья (7 апреля) — День здоровья; благоустройство школьной территории; мониторинг заболеваемости;	Директор, зам. директора по ВР, кл. руководители,	В течение месяца

	динамические паузы; неделя безопасного поведения	медработник	
Май	Подготовка к летней занятости; мероприятия ко Дню Победы; контроль питания; учёт участия 308 обучающихся в мероприятиях по ЗОЖ за год; итоговый мониторинг здоровья	Зам. директора по ВР, кл. руководители, медработник, учитель физкультуры	В течение месяца
Июнь	Международный день защиты детей (1 июня); Всемирный день защиты окружающей среды (5 июня); летняя оздоровительная кампания на базе школы; работа лагеря дневного пребывания	Директор, зам. директора по ВР, начальник лагеря	В течение месяца

6. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ

В МОБУ Краснохолмской СОШ №3 применяются следующие группы здоровьесберегающих технологий:

6.1. Гигиенические технологии

- Соблюдение СанПиН, влажная уборка, проветривание, рациональное расписание, контроль питания.

6.2. Технологии двигательной направленности

- Уроки физкультуры, физкультминутки, оздоровительная гимнастика (пальчиковая, дыхательная, для коррекции зрения), ЛФК, подвижные перемены.

6.3. Психолого-педагогические технологии

- Позитивный эмоциональный климат на уроках, психофизическая диагностика, кабинет психологической разгрузки, тренинги, индивидуальные консультации психолога.

6.4. Образовательные технологии

- Интеграция оздоровительной деятельности в учебный процесс, индивидуализация обучения, проектная деятельность по темам ЗОЖ, игровые технологии.

6.5. Профилактические и закаливающие технологии

- Просветительский лекторий, культурно-массовые мероприятия, работа с семьёй, воздушное закаливание, прогулки на свежем воздухе.

7. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

11. Снижение заболеваемости обучающихся (по итогам анализа пропусков по болезни).
12. Повышение мотивации к ЗОЖ и двигательной активности у обучающихся.
13. Формирование ценностного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.
14. Внедрение здоровьесберегающих технологий в практику всех педагогов школы.
15. Улучшение психологического климата в коллективе обучающихся и педагогов.
16. Повышение эффективности работы по физкультурно-оздоровительному направлению.
17. Увеличение доли обучающихся, охваченных спортивными секциями и кружками.
18. Укрепление партнёрских отношений с родителями в вопросах здоровья детей.

8. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЭФФЕКТИВНОСТИ

- Динамика показателей здоровья обучающихся (группа здоровья, физкультурная группа).
- Снижение количества пропусков учебных занятий по болезни.
- Уровень травматизма (снижение или отсутствие случаев).
- Охват обучающихся горячим питанием (целевой показатель — 100%).
- Охват обучающихся спортивными секциями и кружками.

- Количество проведённых оздоровительных и профилактических мероприятий.
- Уровень психологического комфорта в школе (по результатам анкетирования).

9. СИСТЕМА МОНИТОРИНГА И КОНТРОЛЯ

Направление мониторинга	Периодичность	Ответственный
Мониторинг показателей здоровья (группа здоровья, физкультурная группа)	Ежегодно (сентябрь–октябрь)	Медработник, учитель физкультуры
Анализ посещаемости и пропусков по болезни	Ежемесячно / за учебный год	Кл. руководители, зам. директора по ВР
Анализ травматизма	Ежеквартально	Зам. директора по АХЧ
Мониторинг эмоционального состояния обучающихся	2 раза в год	Педагог-психолог
Мониторинг занятости в спортивных секциях	Сентябрь, январь, май	Учитель физкультуры, зам. директора по ВР
Контроль выполнения норм СанПиН	1 раз в четверть	Директор, зам. директора по АХЧ
Контроль организации питания	Ежедневно / ежемесячно	Директор, медработник
Анкетирование родителей по вопросам ЗОЖ	1 раз в год	Зам. директора по ВР, кл. руководители

10. УПРАВЛЕНИЕ РЕАЛИЗАЦИЕЙ ПРОГРАММЫ

Общее руководство реализацией программы осуществляет директор МОБУ Краснохолмской СОШ №3. Координацию и контроль — заместитель директора по воспитательной работе. Оперативное управление — классные руководители, учитель физкультуры, педагог-психолог, медицинский работник.

Программа утверждается педагогическим советом школы. Корректировка содержания и плана мероприятий проводится по итогам полугодия на основе данных мониторинга.

Финансирование мероприятий программы осуществляется за счёт бюджетных средств и внебюджетных источников (спонсорская помощь, гранты).

Директор МОБУ Краснохолмской СОШ №3
имени Героя Советского Союза Д.И. Лазарева

_____/_____/_____
(подпись) (Ф.И.О.)

«__» _____ 2026 г.

С программой ознакомлены:

Заместитель директора по ВР _____/_____/_____

Педагог-психолог _____ / _____ /

Учитель физкультуры _____ / _____ /

Медицинский работник _____ / _____ /