

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного
образования межрайонная, территориальная станция юных
натуралистов города-курорта Кисловодска**

ПРИНЯТО

на заседании Педагогического совета МБУ ДО СЮН города-курорта
Кисловодска протокол от «31» 08 2026 г. № 04

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО СЮН _____

«31» 08 2026 г.



В.А.Тельпов

ПРОГРАММА
по формированию здорового образа жизни обучающихся
в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного
образования межрайонной, территориальной станции юных
натуралистов города-курорта Кисловодска
на 2026–2027 учебный год

г. Кисловодск, 2026 год

Паспорт Программы

Параметр	Содержание
Наименование	Программа по формированию здорового образа жизни обучающихся МБУ ДО СЮН города-курорта Кисловодска на 2026–2027 учебный год
Основание для разработки	ФЗ-273 ст. 41 (в ред. от 04.08.2026 № 334-ФЗ); ФЗ-323 «Об основах охраны здоровья граждан в РФ»; СП 2.4.2.4283-26; Устав МБУ ДО СЮН; Положение об охране здоровья обучающихся МБУ ДО СЮН
Разработчик	МБУ ДО СЮН города-курорта Кисловодска
Целевая группа	Обучающиеся МБУ ДО СЮН в возрасте от 5 до 18 лет, родители (законные представители), педагогические работники
Срок реализации	2026–2027 учебный год (с 1 сентября 2026 г. по 31 августа 2027 г.)
Ответственные исполнители	Директор МБУ ДО СЮН, заместитель директора по УВР, заместитель директора по НМР, педагоги дополнительного образования, методист

1. Пояснительная записка

Здоровье детей и подростков — одна из приоритетных задач государственной политики Российской Федерации. В соответствии со статьёй 41 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» образовательные организации обязаны создавать условия для охраны здоровья обучающихся, в том числе обеспечивать пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни.

Город-курорт Кисловодск, являясь бальнеологическим и климатическим курортом федерального значения, располагает уникальными природно-климатическими условиями, которые создают дополнительные возможности для формирования здорового образа жизни обучающихся. МБУ ДО СЮН, реализуя дополнительные общеразвивающие программы естественнонаучной направленности, сочетает экологическое образование с оздоровительной деятельностью, что позволяет формировать у обучающихся целостное представление о взаимосвязи здоровья человека и состояния окружающей среды.

Организация питания обучающихся в Учреждении не предусмотрена в связи с отсутствием специализированного помещения и оборудования. Питательный режим обеспечивается за счёт питьевой воды, принесённой обучающимися с собой из дома в индивидуальной таре. В связи с этим Программа делает акцент на просвещении обучающихся и родителей в области здорового питания, гигиены приёма пищи, правил индивидуального питьевого режима и безопасного хранения продуктов, принесённых из дома.

Программа разработана с учётом требований СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи», вступивших в силу с 1 сентября 2026 года, и направлена на создание здоровьесберегающей образовательной среды в Учреждении.

Программа учитывает мероприятия в рамках Года единства народов России (2026), включая популяризацию традиций народов России в области здорового питания, использования природных ресурсов для оздоровления, физической активности на свежем воздухе.

2. Цель и задачи Программы

2.1. Цель: создание условий для формирования у обучающихся ценностного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, навыков здорового образа жизни, мотивации к сохранению и укреплению здоровья через экологическое образование и природоохранную деятельность.

2.2. Задачи: — формирование у обучающихся знаний о здоровом образе жизни, факторах, влияющих на здоровье, и способах его сохранения; — развитие навыков личной и общественной гигиены, правильного питания, физической активности; — формирование экологической культуры как основы здорового образа жизни (связь состояния окружающей среды и

здоровья человека); — просвещение обучающихся и родителей в области индивидуального питьевого режима, здорового питания и безопасного хранения пищевых продуктов в условиях отсутствия организованного питания в Учреждении; — профилактика нарушений осанки, зрения, инфекционных заболеваний через соблюдение санитарно-гигиенических требований СП 2.4.2.4283-26; — создание здоровьесберегающей образовательной среды в Учреждении (оптимальный режим занятий, проветривание, освещённость, физкультурные паузы, питьевой режим); — социально-педагогическое сопровождение обучающихся, формирование активной гражданской позиции и культуры взаимоотношений; — вовлечение родителей (законных представителей) в деятельность по формированию здорового образа жизни в семье; — популяризация традиций народов России в области здорового питания и природного оздоровления в рамках Года единства народов России.

3. Направления реализации Программы

3.1. Здоровьесберегающая организация образовательного процесса — соблюдение гигиенических нормативов образовательной нагрузки в соответствии с СП 2.4.2.4283-26; — проведение физкультурных пауз и гимнастики для глаз во время занятий (через каждые 20–30 минут); — соблюдение нормативов непрерывного использования ЭСО по возрастным группам; — обеспечение проветривания, освещённости и температурного режима в учебных помещениях; — обеспечение питьевого режима за счёт воды, принесённой обучающимися в индивидуальной таре; при необходимости — наличие запаса бутилированной воды в Учреждении; — организация занятий на свежем воздухе (экскурсии, полевые практики на территории ФГБУ «Национальный парк «Кисловодский»)).

3.2. Обучение навыкам здорового образа жизни — включение в дополнительные общеразвивающие программы тем по экологии человека, здоровому образу жизни, гигиене; — проведение бесед, лекций, викторин по темам: здоровое питание, гигиена, режим дня, закаливание, профилактика инфекционных заболеваний; — просвещение обучающихся и родителей по вопросам индивидуального питьевого режима (использование личной тары, маркировка, запрет на передачу бутылок другим обучающимся); — просвещение обучающихся и родителей по вопросам безопасного хранения и употребления пищевых продуктов, принесённых из дома; — проведение эколого-оздоровительных программ в рамках памятных дат (Всемирный день здоровья, Всемирный день здорового питания, Международный день чистого воздуха и др.); — обучение правилам безопасного поведения в природной среде (на экскурсиях, полевых практиках, при контакте с животными и растениями).

3.3. Профилактика заболеваний — контроль за соблюдением санитарно-гигиенических требований в помещениях Учреждения; — проведение инструктажей по технике безопасности перед выездными мероприятиями; — контроль за соблюдением обучающимися правил индивидуального питьевого режима (использование только личной тары, отсутствие передачи бутылок);

— контроль за соблюдением условий хранения и употребления пищевых продуктов, принесённых обучающимися (сроки годности, индивидуальная упаковка, мытьё рук перед едой); — информирование родителей (законных представителей) о необходимости своевременного прохождения медицинских осмотров и вакцинации; — профилактика нарушений осанки и зрения через правильную организацию рабочего места и чередование видов деятельности.

3.4. Физическая активность и оздоровление — проведение занятий на свежем воздухе в парках и скверах города-курорта Кисловодска; — организация подвижных игр и эстафет на экскурсиях и полевых практиках; — проведение эколого-развлекательных программ на природе (в рамках Дня снега, Дня Земли, Дня птиц и др.); — популяризация природных факторов оздоровления (чистый воздух, минеральные источники, терренкуры Кисловодского парка).

3.5. Популяризация традиций народов России в области здоровья (Год единства народов России) — проведение тематических занятий о традициях народов России в области здорового питания, использования дикорастущих растений, закаливания; — эколого-этнографические программы «Природа и здоровье народов России»; — знакомство с традициями народов Северного Кавказа в области природного оздоровления и фитотерапии; — конкурс творческих работ «Традиции здоровья народов моей малой родины».

3.6. Социально-педагогическое сопровождение — создание благоприятного психологического климата в учебных группах, формирование культуры взаимоуважения и толерантности; — выявление обучающихся, нуждающихся в социально-педагогической помощи и поддержке; — профилактика конфликтных ситуаций, содействие в их разрешении; — вовлечение обучающихся в волонтёрские проекты, природоохранные акции, юннатское движение; — профориентационная работа — знакомство с профессиями в области экологии, биологии, природопользования; — взаимодействие с родителями (законными представителями) по вопросам адаптации, мотивации и личностного развития обучающихся.

3.7. Взаимодействие с семьёй — информирование родителей (законных представителей) о здоровьесберегающих технологиях через сайт Учреждения, собрания, консультации; — информирование родителей об отсутствии организованного питания в Учреждении, о порядке питьевого режима (необходимость обеспечивать обучающихся водой в индивидуальной таре) и рекомендациях по обеспечению обучающихся пищевыми продуктами при длительном пребывании; — привлечение родителей к участию в эколого-оздоровительных мероприятиях, акциях, экскурсиях; — психолого-педагогическое просвещение родителей по вопросам формирования здорового образа жизни в семье; — проведение совместных природоохранных акций и волонтёрских проектов на свежем воздухе.

4. План мероприятий по реализации Программы на 2026–2027 учебный год

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки	Ответственный	Категория участников
1	Эколого-просветительская программа «Воздух и здоровье» (ко Всемирному дню чистого воздуха для голубого неба)	Сентябрь 2026	Герасименко Т.В.	Обучающиеся, дошкольники, жители города
2	Эколого-оздоровительная программа «Природа и здоровье» (ко Всемирному дню здоровья окружающей среды)	Сентябрь 2026	Герасименко Т.В.	Обучающиеся, дошкольники, жители города
3	Беседа «Питьевой режим и здоровое питание» — просвещение обучающихся и родителей об индивидуальном питьевом режиме и правилах хранения продуктов из дома	Сентябрь 2026	Писарева О.С.	Обучающиеся, родители
4	Эколого-оздоровительная программа ко Всемирному дню здорового питания	Октябрь 2026	Писарева О.С.	Обучающиеся, дошкольники, жители города
5	Природоохранная акция: День «Замены обычную лампочку на энергосберегающую» — акция по энергосбережению и здоровью	5 октября 2026	Лебедева О.Б.	Обучающиеся, дошкольники, жители города
6	Эколого-этнографическая программа «Традиции здоровья народов России» (в рамках Года единства народов России)	Сентябрь–октябрь 2026	Арешкина И.А.	Обучающиеся, дошкольники
7	Практикум «Гимнастика для глаз и осанка» — обучение упражнениям для профилактики нарушений зрения и осанки	Ежемесячно в течение года	Педагоги доп. образования	Обучающиеся
8	Эколого-просветительская программа ко Всемирному дню климата	Октябрь–ноябрь 2026	Юферев Д.П.	Обучающиеся, дошкольники, жители города
9	Конкурс творческих работ «Традиции здоровья народов моей малой родины» (Год единства народов России)	Ноябрь–декабрь 2026	Герасименко Т.В.	Обучающиеся

10	Беседа «Безопасное хранение продуктов, индивидуальный питьевой режим и гигиена приёма пищи»	Ноябрь 2026	Писарева О.С.	Обучающиеся, родители
11	Эколого-развлекательная программа в рамках Дня снега (занятия на свежем воздухе, подвижные игры)	15 января 2027	Юферев Д.П.	Обучающиеся, дошкольники, жители города
12	Эколого-познавательная программа ко Всемирному дню водно-болотных угодий	Февраль 2027	Юферев Д.П.	Обучающиеся, дошкольники, жители города
13	Муниципальная программа ко Дню Земли — природоохранные акции на свежем воздухе	Март—апрель 2027	Юферев Д.П.	Обучающиеся, дошкольники, жители города
14	Участие во Всероссийском климатическом экокуроке	Апрель 2027	Юферев Д.П.	Обучающиеся, дошкольники, жители города
15	Муниципальный экологический субботник «Зелёная Весна» — физическая активность на свежем воздухе	Апрель—июнь 2027	Арешкина И.А.	Обучающиеся, дошкольники, жители города
16	Эколого-познавательный квест «Заповедные маршруты» на территории ФГБУ «Национальный парк «Кисловодский»»	Апрель 2027	Юферев Д.П.	Обучающиеся
17	Летняя природоохранная деятельность «Эколето» — занятия на свежем воздухе, полевые практики	Июнь—август 2027	Юферев Д.П.	Обучающиеся
18	Беседы с обучающимися о здоровом образе жизни, гигиене, индивидуальном питьевом режиме (в рамках учебных занятий)	В течение года	Педагоги доп. образования	Обучающиеся
19	Инструктажи по технике безопасности и охране труда перед выездными мероприятиями	В течение года	Педагоги доп. образования, Юферев Д.П.	Обучающиеся

20	Родительское собрание «Здоровьесберегающие технологии в семье. Индивидуальный питьевой режим, рекомендации по питанию»	Сентябрь 2026, январь 2027	Зам. директора по УВР	Родители (законные представители)
21	Информирование родителей о здоровом образе жизни через сайт Учреждения и информационные стенды	В течение года	Зам. директора по УВР	Родители (законные представители)
22	Контроль за соблюдением санитарно-гигиенических требований СП 2.4.2.4283-26 (проветривание, освещённость, температурный режим, индивидуальный питьевой режим)	Ежемесячно	Зам. директора по УВР	Педагогические работники
23	Проверка аптечки первой помощи, обучение педагогов оказанию первой помощи	Сентябрь 2026, январь 2027	Директор	Педагогические работники
24	Социально-педагогическая работа: выявление обучающихся, нуждающихся в поддержке, индивидуальные беседы, вовлечение в волонёрскую деятельность	В течение года	Зам. директора по УВР, педагоги доп. образования	Обучающиеся, родители

5. Ожидаемые результаты

— формирование у обучающихся устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и ценностного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;

— овладение обучающимися навыками личной гигиены, правильного питания, физической активности, безопасного поведения в природной среде;

— овладение обучающимися и родителями навыками индивидуального питьевого режима, безопасного хранения и употребления пищевых продуктов в условиях отсутствия организованного питания; — повышение уровня экологической культуры обучающихся как основы здорового образа жизни; — соблюдение в Учреждении требований СП 2.4.2.4283-26 к организации образовательного процесса (нагрузка, освещённость, проветривание, использование ЭСО, питьевой режим); — снижение количества пропусков учебных занятий по причине заболеваний; — создание благоприятного социально-педагогического климата в Учреждении, снижение уровня конфликтности в учебных группах; — увеличение количества обучающихся и родителей, вовлечённых в эколого-оздоровительные мероприятия и природоохранные акции на свежем воздухе; — укрепление взаимодействия Учреждения с семьёй по вопросам формирования здорового образа жизни.

6. Контроль за реализацией Программы

6.1. Контроль за реализацией Программы осуществляет директор Учреждения.

6.2. Заместитель директора по учебно-воспитательной работе и заместитель директора по научно-методической работе осуществляют:

- мониторинг включения тем здорового образа жизни в дополнительные общеразвивающие программы;
- контроль за проведением физкультурных пауз и соблюдением нормативов использования ЭСО;
- контроль за соблюдением санитарно-гигиенических требований в помещениях;
- контроль за соблюдением обучающимися индивидуального питьевого режима и условий хранения пищевых продуктов, принесённых из дома;
- контроль за организацией социально-педагогического сопровождения обучающихся;
- анализ участия обучающихся и родителей в эколого-оздоровительных мероприятиях.

6.3. По итогам учебного года составляется аналитический отчёт о реализации Программы, который представляется на Педагогическом совете Учреждения.