

Исследование

*в области укрепления
и сохранения здоровья
учащихся*



Автор: Поваляева Людмила Викторовна

Учитель физической культуры

I. Состояние здоровья учащихся



- **Здоровье – одна из важнейших жизненных ценностей человека, залог его благополучия и долголетия.**
- **Здоровье – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней**



Внутришкольная комплексная программа

Укрепление и сохранение здоровья школьников» - программа профилактики и укрепления здоровья

- **планирование**
- **разработка**
- **проведение**





Анализ ситуации и изучение нужд

- *Оценка образа жизни детей школьного возраста*
- *Интересы и потребности учащихся*
- *Самооценка состояния здоровья школьников*
- *Какие темы о здоровье наиболее актуальны для школьников разных возрастных групп*



Опросы:

1. Какие темы о здоровье наиболее актуальны для школьников разных возрастных групп?

**1. Физическая
активность**

**2. Правильное
питание**

**3. Здоровый образ
жизни**



Опросы:

II. Будут ли востребованы программы по укреплению здоровья школьников?

1. *Считают необходима:*

- **60% школьников 5–11 классов**
- **92% родителей**
- **88% учителей**



Опросы:

III. От кого учащиеся желают получать информацию об укреплении здоровья?

1. От специалистов

2. От Родителей

3. От учителей



Опросы:

IV. Готовность к проведению программ по укреплению здоровья

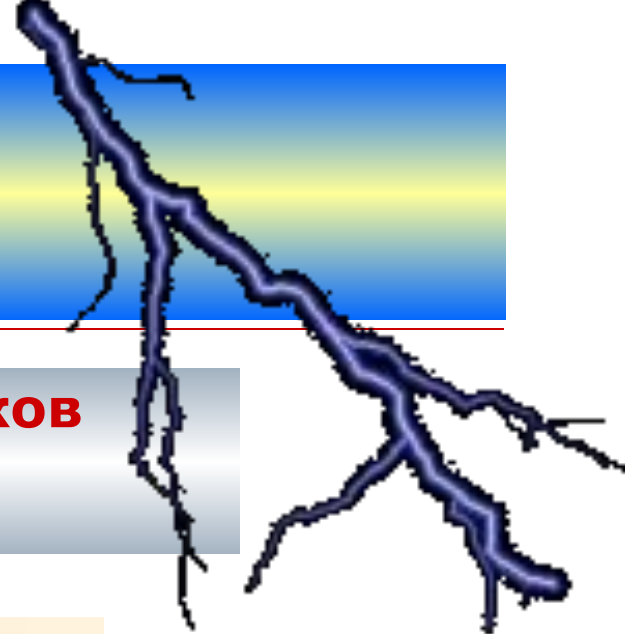
- 1. В 9-11 классах - наиболее высока*
- 2. В 5-7 классах у школьников отсутствует мотивация на здоровый образ жизни*



Опросы:

V. Проблемы безопасности школьников разных возрастных групп

- 1. Старшеклассники не готовы соотнести определенные опасности (употребление наркотиков, алкоголя) непосредственно с собой*
- 2. Родители оценивают высокую вероятность опасностей для школьников в целом, но для своего ребенка считают вероятность попасть в опасную ситуацию небольшой*
- 3. Учителя наиболее критично оценивают вероятность попадания старшеклассников в различные опасные ситуации.*



Опросы:

VI. Распространенность курения



- 1. В 5–8 классах не курят 90% школьников**
 - 2. В 9 – 11 классах - 65%, остальные курят с разной частотой и интенсивностью**
-

Опросы:

VI. Употребление спиртных напитков



- **Алкогольные напитки пробовали старшеклассники — 71%**
- **Только половина из них никогда не испытывала чувство опьянения**
- **Каждый пятый испытывал чувство опьянения хоть однажды**

Физическая активность

- Большинство детей имеют условия для занятий физической активностью во время уроков
- Около половины подростков считают, что есть возможность для занятий в секциях во внеурочное время
- Только 40% школьников действительно дополнительно занимаются спортом, из них только каждый третий занимается в спортивной секции или кружках



Тестирование по физической культуре



- Бег 30 метров**
- Прыжок в длину с места**
- Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа**
- Наклон вперёд из положения сидя на полу**
- Бег 1000 метров**
(оценка по бальной системе)



Уровень физической подготовленности учащихся

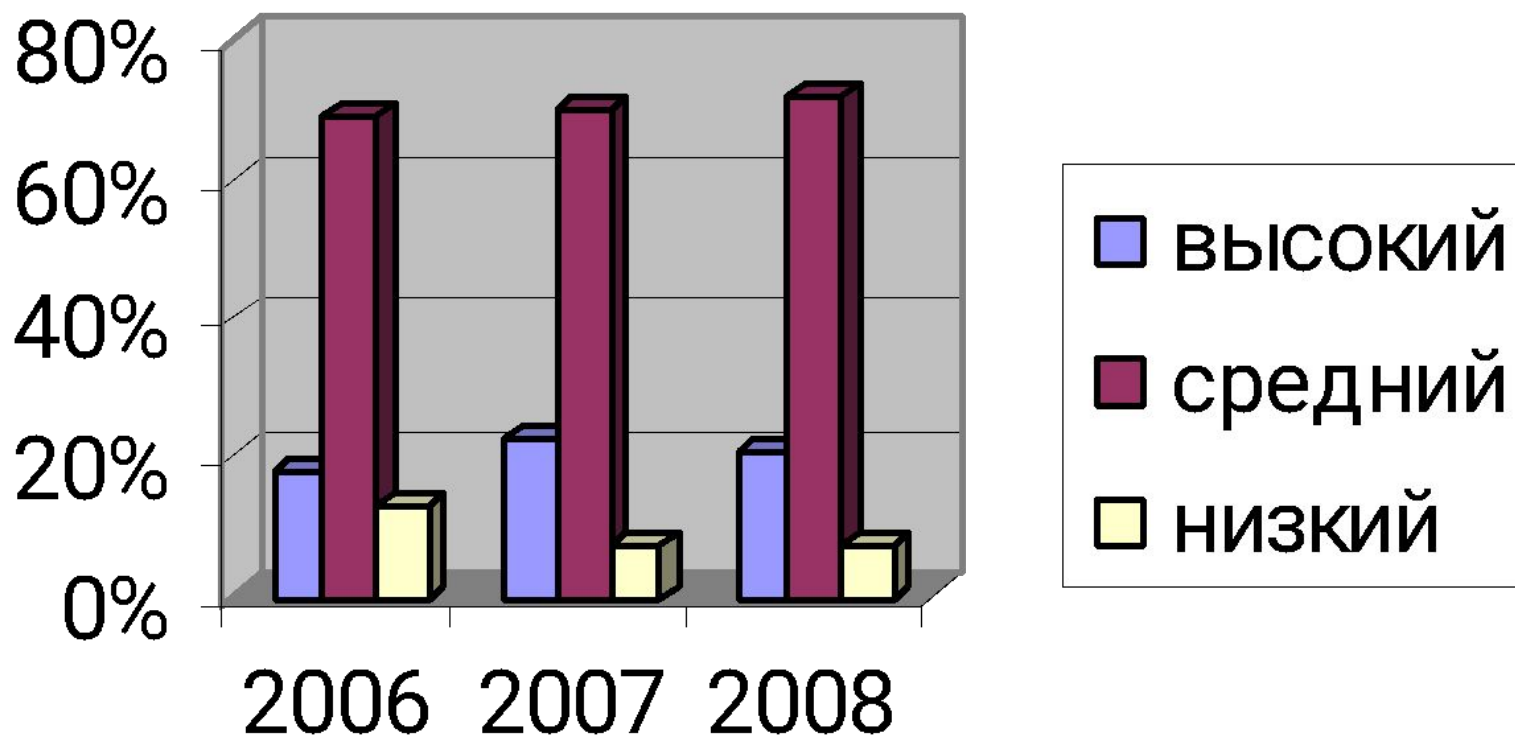


Диаграмма 1. Сравнительная характеристика уровня физической подготовленности школьников за три года

Количество учащихся, систематически занимающихся спортом

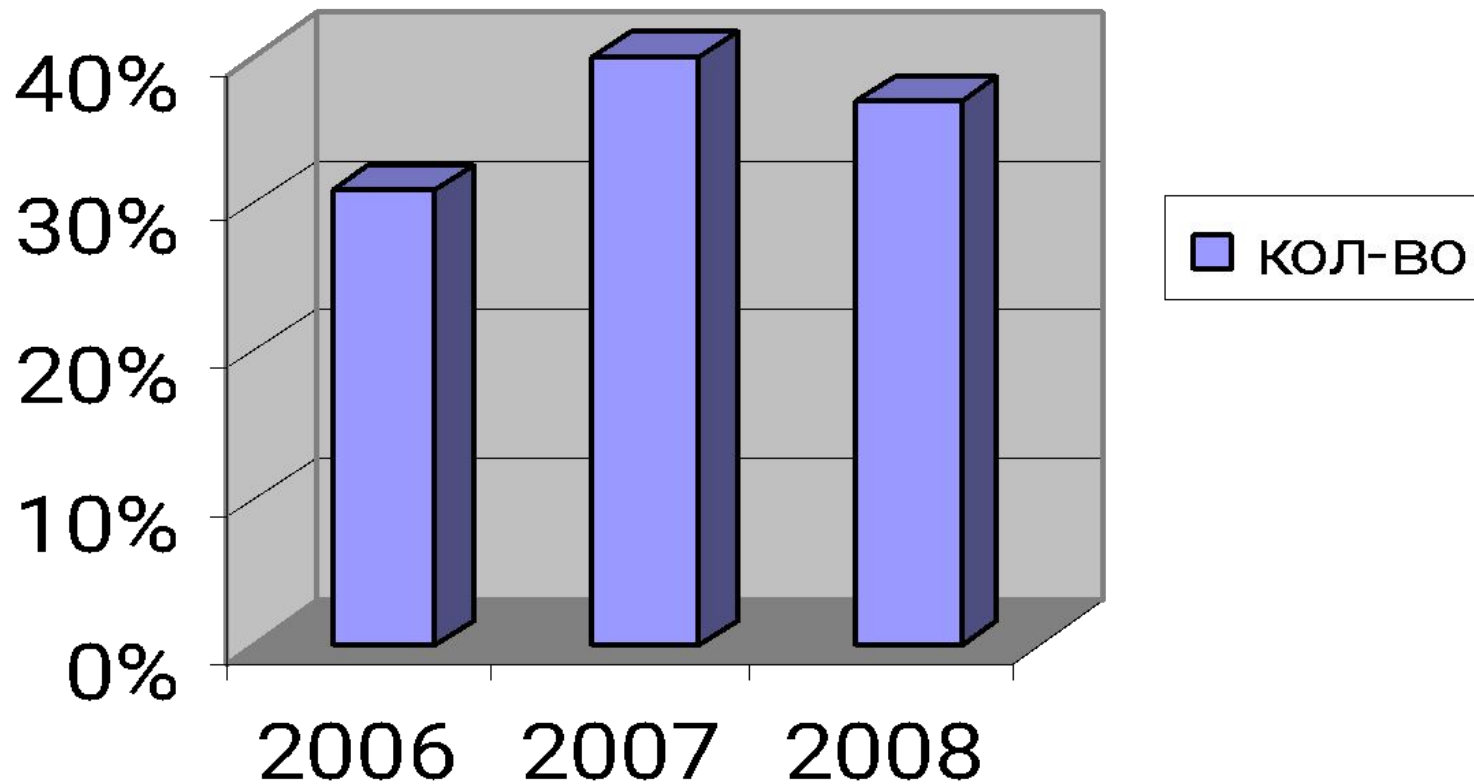


Диаграмма 2. Сравнительная характеристика количества детей, занимающихся спортом за три года.

Питание

- **55,3 % детей не питаются в лицейской столовой**
- **Более половины опрошенных детей не удовлетворены питанием, которое им предлагается в столовой**



Медицинские исследования

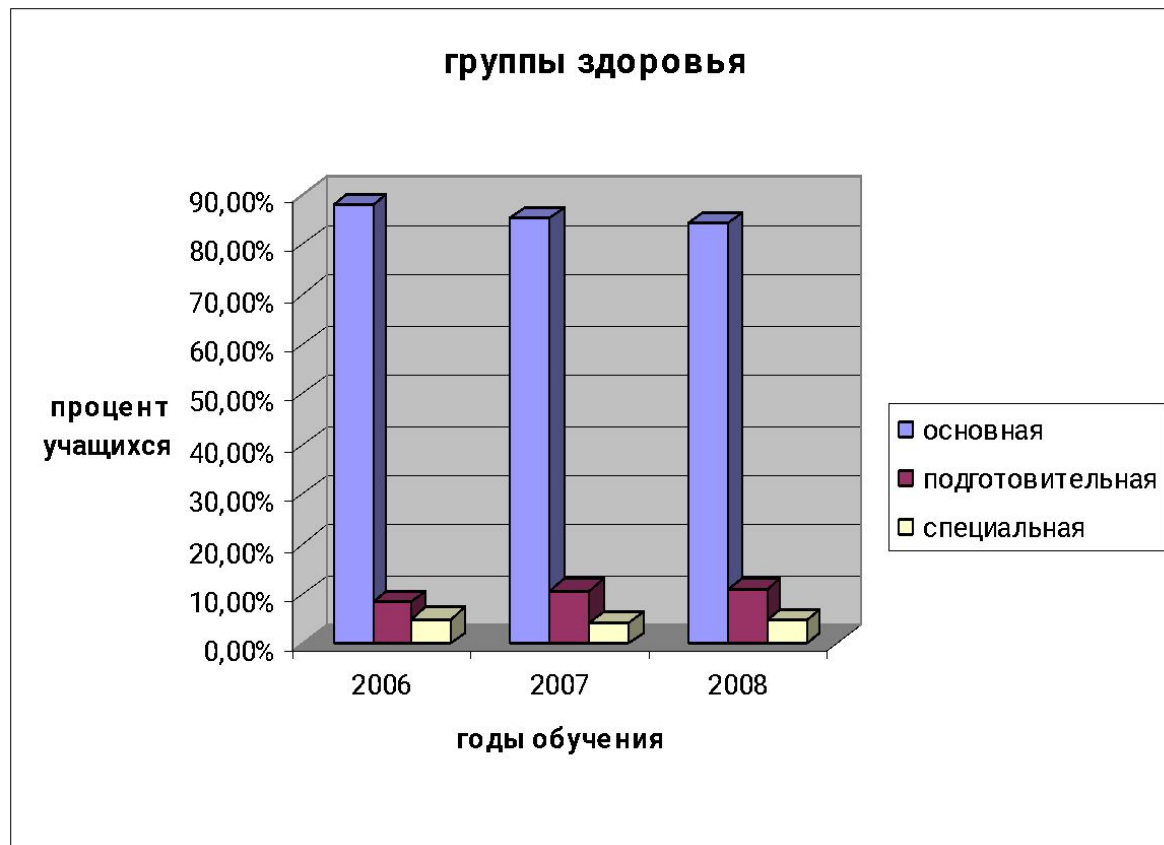


Диаграмма 3. Сравнительная характеристика групп здоровья учащихся за три года

Анализ заболеваний учащихся

состояние здоровья учащихся

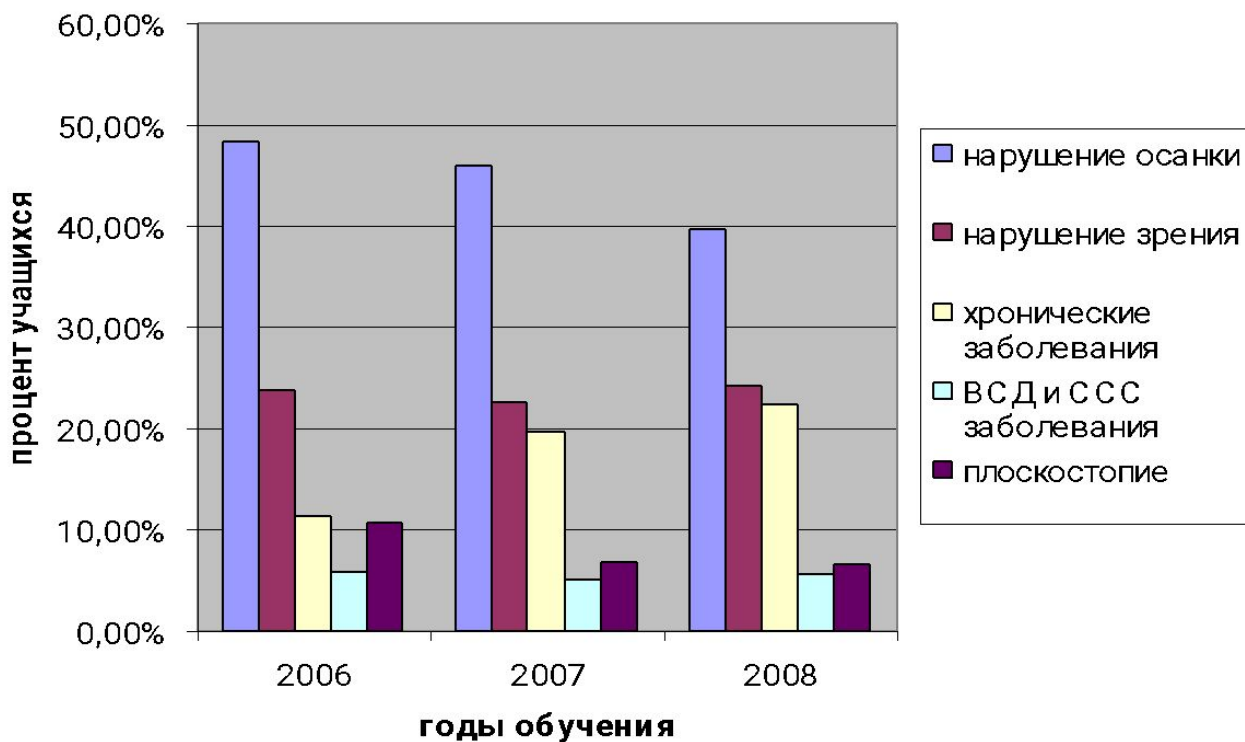
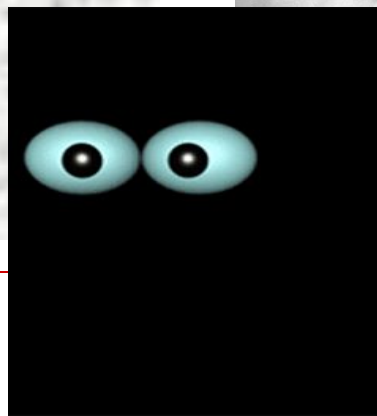


Диаграмма 4. Сравнительная характеристика заболеваний учащихся за три года.

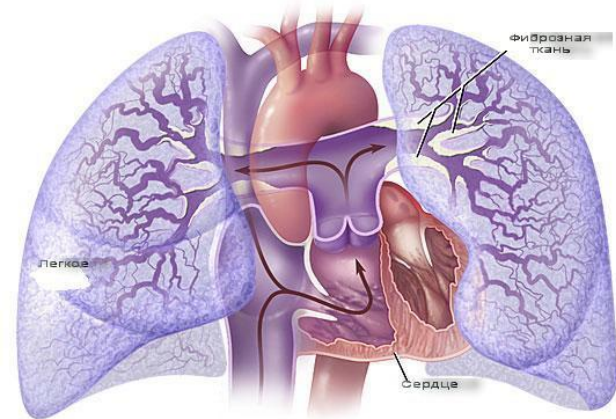
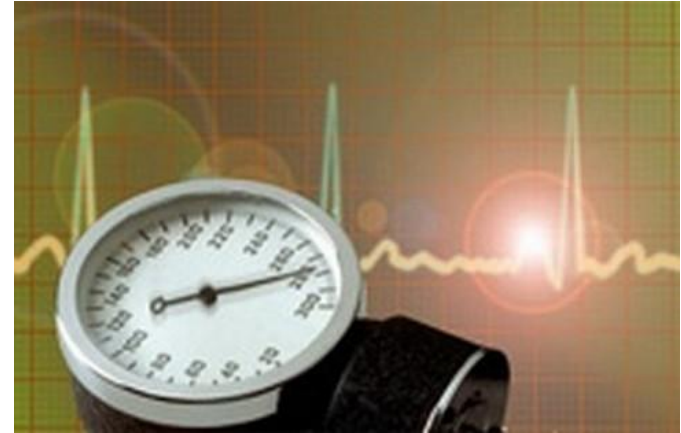
Роль стрессового фактора

- 16% старшеклассников при опросе указали вероятность развития депрессии
- 12% — страх остаться в одиночестве
- 14% — «остаться не у дел» после школы



Артериальная гипертензия

- **Официальные данные статистики здоровья свидетельствуют о низкой заболеваемости детей артериальной гипертонией (5,6%)**



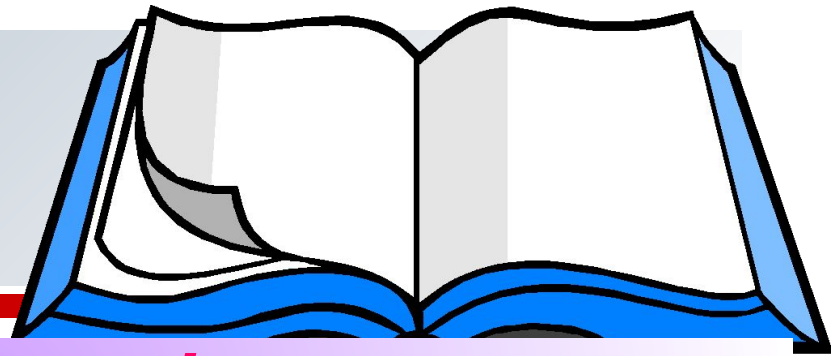


Вывод:

- **За три последних года обучения в лицее:**
 1. Уменьшается количество детей, имеющих нарушение осанки на 6,7%
 2. Проблемы со зрением практически не изменились (разность составляет всего 0,3%)
 3. Различные хронические заболевания имеют тенденцию к увеличению в два раза и составляют 11,1 %
 4. Данные гипертонических заболеваний снизились на 0,3%
 5. Показатель плоскостопия уменьшается на 4,2%



Примечание:



□ **Источниками получения информации служат:**

- 1. Документы статистической отчетности**
 - 2. Медицинские карты**
 - 3. Результаты профилактических осмотров**
 - 4. Данные о пропусках занятий по болезни**
- другие показатели статистики**



II. Обзор программы, направленной на укрепление и сохранение здоровья учащихся

Цель программы:

1. Укрепление здоровья детей и подростков (7–17 лет)

2. Профилактика заболеваний





- ❑ Профилактика вредных привычек (курение, алкоголь, наркотики)
- ❑ **Здоровое питание**
- ❑ **Физическое воспитание**
- ❑ **Репродуктивное здоровье**



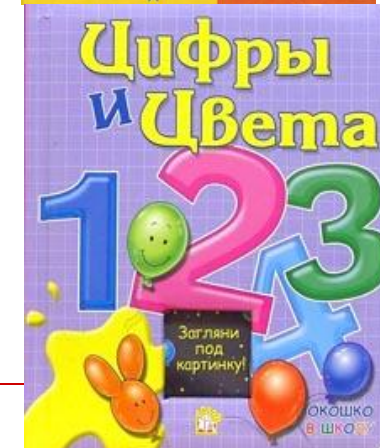
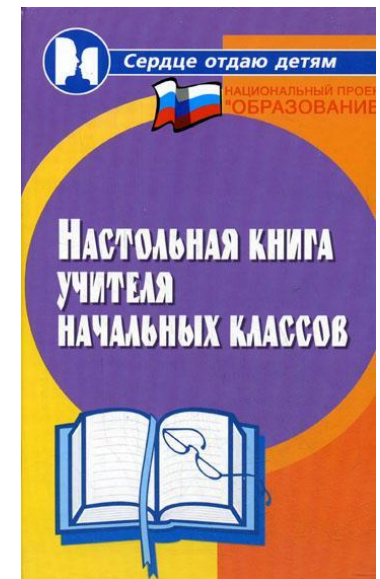
Первостепенное значение

- 1. Социальная и физическая среда**
- 2. Образовательное пространство**
- 3. Поле развития практических навыков здорового образа жизни**



Программы и подпрограммы

- *Курс обучения здоровому образу жизни, разработанный в рамках программы пропаганды здорового образа жизни*
- *Подпрограмма «Обучение жизненным навыкам»*
- *Программа для начальных классов «Педагогика здоровья»*



Программы и подпрограммы



- Проект «О тебе»
- Проект «Репродуктивное здоровье подростков»
- Проект «Сексуальное и репродуктивное здоровье и права подростков»
- Проект «Здоровая и дружелюбная школа»





III. Особенности программы укрепления здоровья школьников



Образовательное пространство

1. **Комплексный подход**
2. **Необходимость непосредственного участия в образовательном процессе специалистов (медиков, психологов, учителей физкультуры, ОБЖ, пр.)**
3. **Организованное участие родительской общественности**
4. **Социально-психологические различия детей разных образовательных ступеней**



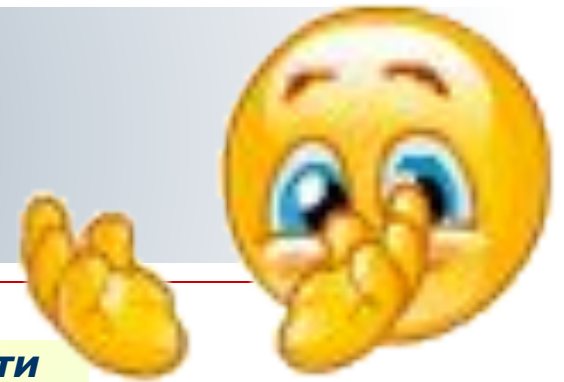
Основные

направления работы:

- 1. Самостоятельная проектно-исследовательская деятельность детей**
- 2. Практика интегрированных предметов**
- 3. Разработка и внедрение учебно-методических материалов**
- 4. Теоретические разработки, методические пособия, сборники задач, программы, нормативные документы и пр.**
- 5. Создание информационного пространства для детей и их семей**
- 6. Формирование системы изменения педагогического профессионализма и повышения квалификации**



Результаты работы:



- **Анализ существующей практики и нужд в области укрепления здоровья, прав и социальной защиты детей по единой методике**
- **Создание координационного совета (представители администрации лицея, учителя физического воспитания, ОБЖ, представители здравоохранения, представители родительского комитета)**
- **Внедрение в практику различных проектов и модулей программы в лицее**
- **Создан единый информационный центр по обработке данных**
- **Подготовлен отчет об исследовании поведенческих факторов риска у школьников**
- **Разработаны и напечатаны методические материалы по профилактике наркомании, курения, а также по сексуальному воспитанию для учащихся педагогов и родителей**

