### Районная научная конференция молодых исследователей «Первые шаги в науке»

## Изучение влияния образа жизни на состояние здоровья школьника

Автор: Дегтярев Александр Владимирович, Россия, Тюменская область, Заводоуковский район, Город Заводоуковск, Муниципальное общеобразовательное учреждение «Заводоуковская средняя общеобразовательная школа №2» 6 «А» класс Руководитель: Горшкова Галина Александровна, учитель биологии.

Здоровье- совокупность физических и духовных качеств человека, которые являются основой его долголетия и необходимым условием осуществления творческих планов. Высокопроизводительного труда на благо общества, создания крепкой дружной семьи, рождения и воспитания детей.



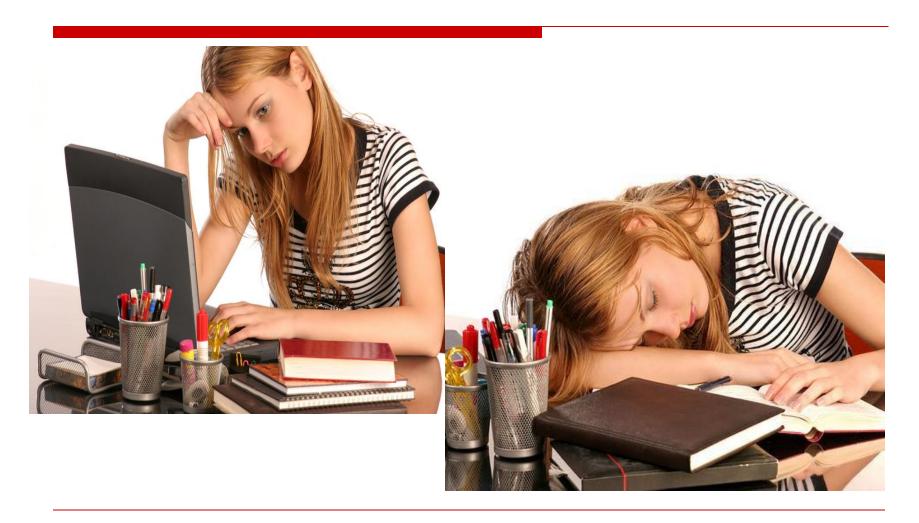
На сегодняшний день в России лишь 14 % детей практически здоровы, 50%- имеют функциональные отклонения, 35-40%-хронические заболевания. Несомненно, что это отразится и на здоровье последующих поколений.



У многих школьников наблюдается дисгармоничное физическое развитие (дефицит массы тела, снижение показателей мышечной силы, емкости легких и др.),что создает проблемы с общей работоспособностью подрастающего поколения.



Около 7,5 млн. детей России страдают заболеваниями нервнопсихической сферы, хотя основная масса таких детей обучается в обычных классах.



#### Гипотеза:

Если МОУ СОШ №2 внедряет здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе, то почему уровень здоровья школьников снижается?



#### Цели:

 Установить взаимосвязь между образом жизни школьников и состоянием их здоровья, выявить факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье учащихся.



#### Задачи:

- □ Установить влияние образа жизни на состояние здоровья;
- □ Оценить состояние здоровья учащихся 6 «А» класса;
- □ Выявить факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье.



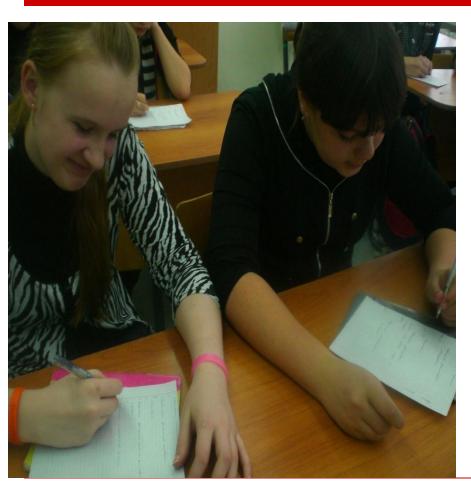


#### Помогает сохранить здоровье:



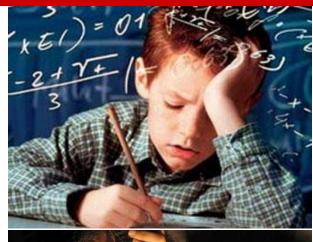
- Четкий режим дня;
- 🛮 Прием пищи;
- □ Сон;
- □ Гигиенические процедуры;
- Высокая двигательная активность.

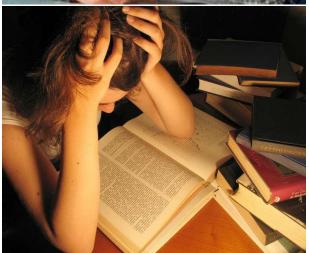
# Факторы ведущие к различным отклонениям состояния здоровья школьников:



- Неоправданно завышенный объем учебных программ;
- Большие размеры учебников, их качество и полиграфическое оформление;
- Несоответствие мебели и оборудования гигиеническим нормам, загрязнение воздуха в школьных помещениях.

21% составляют факторы внутришкольной среды, влияющие на здоровье школьника:





- Большая наполняемость классов;
- Низкий уровень освещенности в помещениях школы;
- Перегруженность учащихся основными и дополнительными занятиями;
- Неблагополучие психологического климата школьных коллективов.

# Пагубное влияние на здоровье оказывают:



- □ Алкоголь
- □ Наркотики
- □ Табак

