

Районная научная конференция молодых исследователей
«Первые шаги в науке»

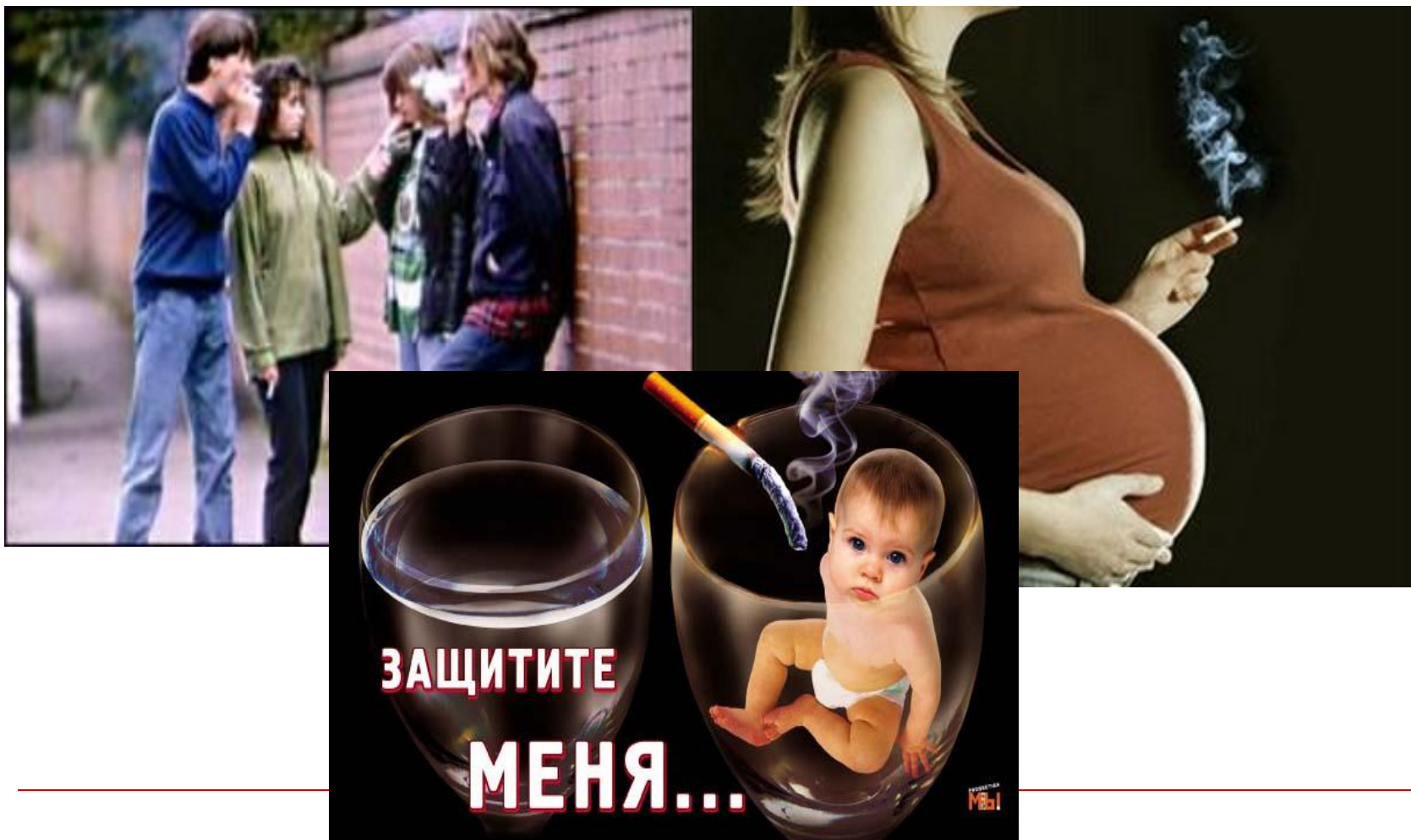
Изучение влияния образа жизни на состояние здоровья
школьника

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.

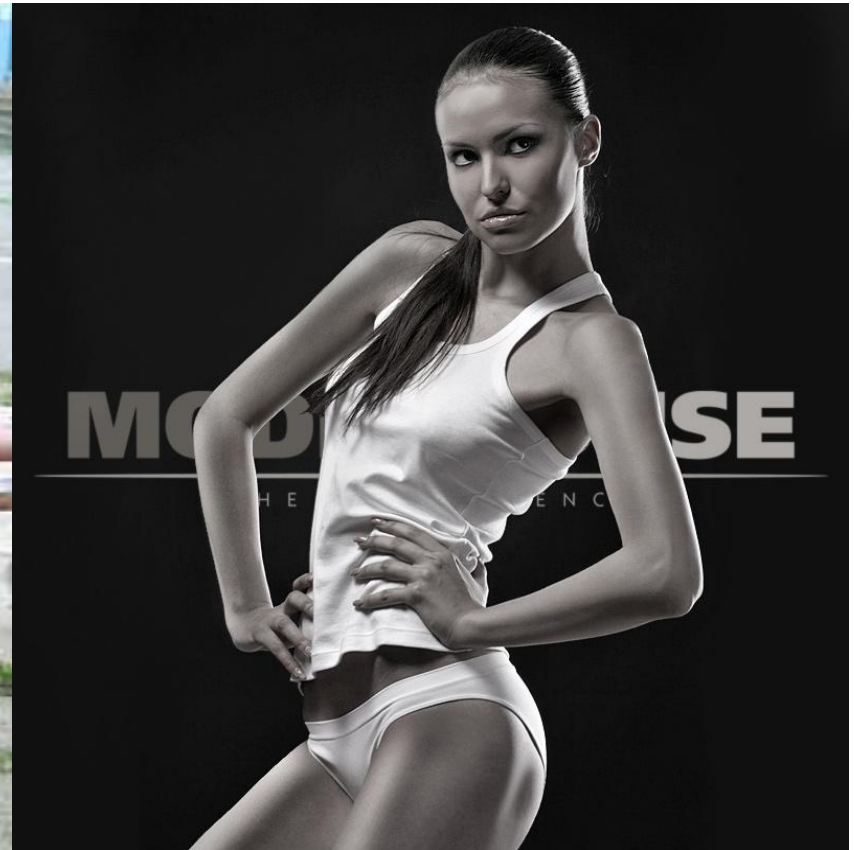
Здоровье- совокупность физических и духовных качеств человека, которые являются основой его долголетия и необходимым условием осуществления творческих планов. Высокопроизводительного труда на благо общества, создания крепкой дружной семьи, рождения и воспитания детей.



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 нервно-психической 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?



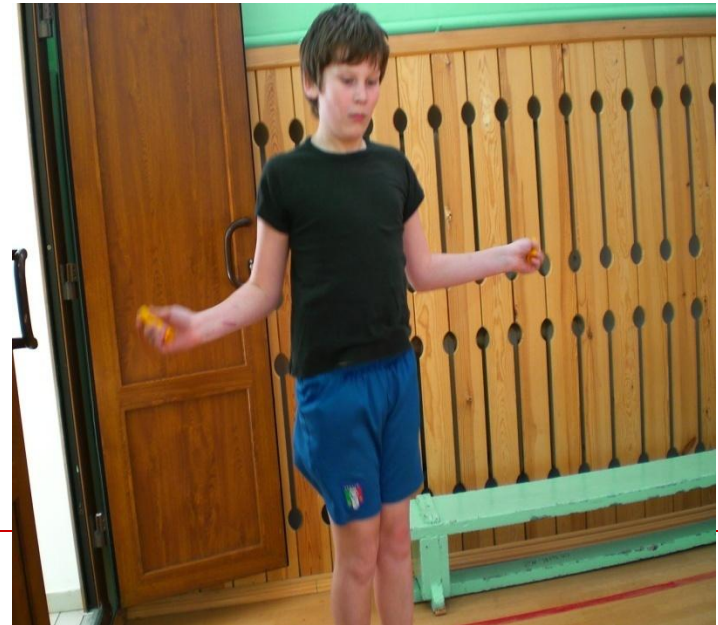
Цели:

- 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:



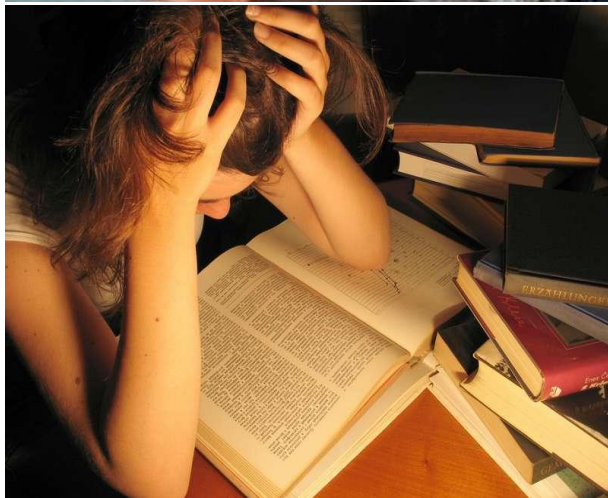
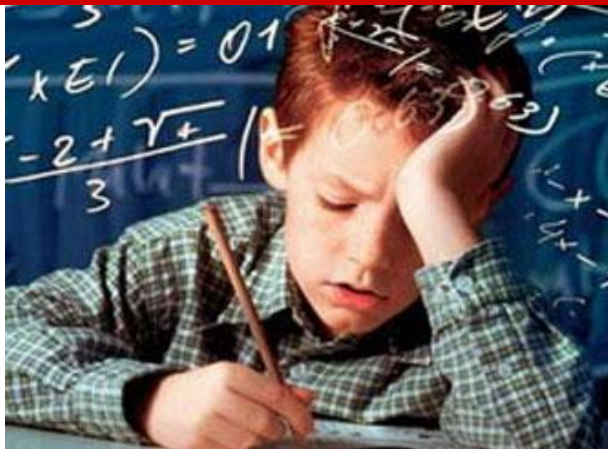
- Четкий режим дня;
 - Прием пищи;
 - Сон;
 - Гигиенические процедуры;
 - Высокая двигательная активность.
-

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

