

**Здоровье школьников
по результатам по результатам опроса
учащихся**

Афанасьева

Татьяна

Михайловна

Цель работы:

Исследовать средние показатели состояния здоровья учащихся СОШ «Школа № 55 и выявить причины, которые способствуют нарушению состояния здоровья школьников.

Задачи исследования

Для осуществления данной цели нами сформулирован ряд задач:

- Провести анализ данных журнала диспансеризации учащихся с целью выявления уровня заболеваемости учащихся школы.
- Произвести антропометрические исследования учащихся с целью выявления средних показателей развития и сравнить со средними возрастными показателями физического развития юношей и девушек.
- Рассчитать в процентном соотношении количество учащихся с I, II, III и IV группами здоровья.
- Выяснить, какие заболевания характерны для учащихся каждого класса.
- Вычислить количество дней, пропущенных по болезни учащихся школы в первой четверти текущего учебного года.
- Сделать выводы о возможных причинах заболеваемости.

Актуальность

В России около 30 млн. человек - дети, почти 20 миллионов посещают образовательные учреждения, в т.ч. немногим более 15 млн. – школьники. Школа является той средой, в которой вынуждены находиться дети и подростки в возрасте от 6 до 18 лет. Именно в этот период отмечается интенсивность роста и развития организма, происходит его биологическое созревание, формируется мировоззрение, готовность к трудовой деятельности. Мониторинг показывает, что уже на дошкольном этапе здоровых детей не более 10%, у большинства детей (90%) имеются множественные нарушения функций организма.

По данным НИИ педиатрии, 20% детей в возрасте 6-7 лет не готовы к обучению в школе, а 30-35% дошкольников имеют хронические заболевания

Для анализа была разработана анкета для учащихся

Анкета для учащихся: «Мое здоровье»:

1. Есть ли у тебя жалобы на здоровье?
2. Когда ты обращаешься к родителям за помощью, в случае заболевания?
 - сразу, если почувствуешь недомогание;
 - когда становится очень плохо;
 - когда родители сами заметят твое плохое самочувствие.
3. Следишь ли ты за своей осанкой дома при выполнении домашних заданий?
4. Хорошо ли ты видишь то, что учитель пишет на доске?
5. Что ты делаешь, когда встаешь утром, в первую очередь?:
6. Знаешь ли ты, что еда всухомятку наносит вред здоровью?
7. Согласен ли ты с тем, что полные люди чаще болеют?
8. Регулярно ли ты моешь руки? (после посещения туалета, прогулки, перед едой.)
9. Чистишь ли ты зубы?
10. Сколько раз в день ты чистишь зубы?
11. Когда ты обращаешься к зубному врачу: при наличии боли, для проверки состояния зубов?
12. Считаешь ли ты, что курение вредно?
13. Считаешь ли ты, что курение опасно для всех?

Результаты анкетирования

По результатам анкетирования выявлено, что около 30% учащихся предъявляют жалобы на здоровье, большинство которых связано с учебным процессом и проявляется частыми головными болями, болями в спине, висках, ногах, усталостью глаз. Несмотря на младший возраст, около 20% учащихся обращаются к родителям за помощью в случае заболевания не сразу, а лишь когда становится очень плохо, или ждут, когда родители сами заметят их плохое самочувствие.

На вопрос о состоянии осанки учащихся мы получили следующие результаты: за письменным столом или партой всегда стараются правильно сидеть 58,58%, «иногда» - 7,8%, остальные не следят за своей осанкой, что свидетельствует о высокой степени риска искривления позвоночника.

Состояние зрения так же вызывает тревогу. Книгу на расстоянии 35 – 40см. держат 46,4%, 50% - примерно на расстоянии 15- 20см., остальные – на расстоянии 45см. и дальше. Около 6% видят плохо, что пишет учитель на доске. Данный показатель составляют учащиеся с неправильно занятым местом в классе.

Интересными получились данные о режиме дня учащихся начальной школы. На вопрос о том, что ты делаешь, когда встаешь утром, 71% ответили, что пойдут чистить зубы, 12% - делать утреннюю зарядку, 9% - побегут завтракать, 8% - смотреть телевизор.

В отношении следующего важнейшего компонента режима дня – питания получены данные, так же иллюстрирующие наличие проблем. Так, при опросе учащихся младшего школьного возраста установлено, что питание в семьях отличается однообразием. О вреде еды всухомятку знают 64% опрошенных, не осведомлены на эту тему 28% и отрицательно ответили 8%. Согласно с тем, что полные люди чаще болеют 36%, остальные либо не согласны, либо не знают ответа.

От организации гигиенических условий обучения, личной гигиены, гигиены быта, правильности представлений о гигиенических нормах и правилах во многом зависит состояние здоровья. Руки моют регулярно (после посещения туалета, прогулки, перед едой) только 70% учащихся, вообще не чистят зубы 4%, каждый третий чистит зубы один раз в день. Обращаются к зубному врачу только при наличии боли почти половина учащихся.

О вреде курения большинство учащихся младших классов знает, но только каждый пятый считает курение опасно для всех.

Из 480 учащихся 8,3% имеют хронические или врожденные заболевания (рис.2). Из них 2,3% (11 человек) страдают поражение мочевыделительной системы, 0,45% имеют врожденный порок сердца, 0,8% - нарушением работы желудочно-кишечного тракта, 0,6% - хроническими кожными заболеваниями, 1,75 страдают заболеваниями ЛОР-органов), 2,5% страдают нарушениями нервной системы.

За годы обучения в образовательных учреждениях наблюдается дальнейшее ухудшение состояния здоровья учащихся:

- **в 2 раза – увеличивается число нервно-психических расстройств;**
- **в 3 раза – органов пищеварения;**
- **в 5 раз – увеличивается число детей с заболеваниями эндокринной системы;**
- **70% функциональных расстройств переходят в стойкую хроническую патологию;**
- **к окончанию школы в 4–5 раз возрастает заболеваемость органов зрения и костно-мышечной системы.**

По исследованиям на здоровье влияет:
на 50% - его образ жизни,
на 20% - наследственность,
еще 20 % - окружающая среда
и только 10% - здравоохранение.

Здоровый образ жизни это - поддержание
физического здоровья, отсутствие вредных
привычек, правильное питание,
альтруистическое отношение к людям,
радостное ощущение своего существования в
этом мире.

Выводы

Для формирования и сохранения детского здоровья наиболее значимыми считаются:

- **организация учебного процесса и режима учебной нагрузки;**
- **формы и методы здоровьесберегающей деятельности учреждения общего образования;**
- **факторы внешней среды (экологические, экономические, социальные и т.п.);**
- **факторы школьной среды – качественная оценка школьных зданий, санитарно-технического, медицинского, спортивного оборудования и оснащения, освещения, организации системы питания с учетом требований санитарных правил и норм, количественная и качественная характеристика контингента школы;**
- **динамика текущей и хронической заболеваемости учащихся;**
- **организация и формы физического воспитания и физкультурно-оздоровительной работы.**

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ

