

Анализ работы по здоровьесбережению и формированию ЗОЖ МОУ Ахинская СОШ за 2023-2024 учебный год

Решение задач по охране здоровья детей и подростков является приоритетным в работе образовательного учреждения.

Важная роль в укреплении здоровья школьников принадлежит образовательному учреждению. Большую часть дня (более 65% времени) учащиеся проводят в стенах школы. Время обучения в ней совпадает с периодом роста и развития ребенка, когда организм наиболее чувствителен к воздействию благоприятных и неблагоприятных условий окружающей среды.

На сегодняшний день остро стоит проблема сохранения здоровья обучающихся, и хотя образовательная функция школы является ведущим аспектом ее деятельности, важным фактором в оценке степени качества обученности становится состояние здоровья школьника. Установление гармоничной связи между обучением и здоровьем обеспечивает качественный сдвиг в сторону повышения эффективности образовательного процесса, то есть осуществление комплексного подхода к проблеме и имеет прямое отношение к обучению.

Ориентация обучающихся на бережное отношение к своему здоровью основывается на многоэтапной, постоянной, целенаправленной учебно-воспитательной работе, создании здоровьесберегающего пространства.



Школа в 2023-2024 учебном году работала согласно установленному плану. Было разработано единое расписание урочной, внеурочной и дополнительной образовательной деятельности. Продолжительность уроков составляет 40 минут. Для питания учащихся отведены две перемены по 20 минут, что позволяет обучающимся восстанавливать умственные и физические способности до начала следующего урока.

Расписание составлено таким образом, что учащиеся посещали элективные курсы, факультативы, кружки, внеурочные занятия по окончании уроков, соответственно рабочему плану учителей-предметников. Режим работы составлен с учетом продолжительности пребывания детей в образовательном учреждении, обеспечивает научно-обоснованное сочетание обучения и отдыха, перерыва для принятия пищи. При благоприятных погодных условиях уроки

2

физкультуры, внеурочные занятия по спортивно-оздоровительному направлению проводились на свежем воздухе.

Расписание учебных занятий согласуется с учебным планом. Строго учитывается распределение учебной нагрузки, как по дням недели, так и в течение учебного дня. Расписание сбалансировано с точки зрения представленности в нем предметов, обеспечивающих смену характера деятельности обучающихся.

Анализ работы методических объединений, семинаров дали представление о разнообразных формах и методах, применяемых учителями для здоровьесбережения обучающихся. В урочной и внеурочной деятельности применялись здоровьесберегающие технологии, в основе которых общеклассное взаимодействие и микрогрупповая работа. Сюда включались следующие аспекты: применение новых педагогических технологий, оптимизация двигательного режима и режима дня школьников.

Технологии дифференцированного обучения, сотрудничества, проблемного обучения на уроках разных типов, демократический стиль общения, физкультминутки – всё это составляющие учебного здоровьесбережения, которые, прежде всего, приводили к повышению качества обучения, снижению психологической учебной напряженности обучающихся. Проведение физкультминуток помогает предупредить утомление, восстановить умственную работоспособность, является профилактикой нарушения осанки. Предпочтение отдается простым, интересным и знакомым детям упражнениям, не требующим для выполнения дополнительной площади.

В рамках подготовки учащихся 9-х и 11-х классов к сдаче ГИА и ЕГЭ выпускникам были предложены занятия по психологической подготовке к экзаменам.

С выпускниками проведены беседы-тренинги для получения ими навыков снятия экзаменационного стресса, рациональной подготовки к предстоящим экзаменам.

Во всех планах воспитательной работы классных руководителей отражена деятельность по формированию у обучающихся понятия «здоровый образ жизни»: классные часы, беседы, тренинги, встречи с медицинскими работниками, конкурсы, проектные работы, вовлечение в занятия спортом.

План мероприятий, направленный на сохранение и укрепление здоровья обучающихся, формирование у них осознанного понимания ЗОЖ за 2023-2024 учебный год выполнен. Обучающиеся и педагоги активно участвовали не только в школьных, но и в районных, окружных конкурсах, акциях, соревнованиях. В рамках антинаркотической акции «Будущее – без наркотиков» для учащихся 8-х, 9-х, 10-х, 11-х классов классные руководители провели тренинги о здоровом образе жизни «Здоровым быть здорово!», устные журналы «За здоровый образ жизни».

Проведено в октябре согласно расписанию социально-психологическое тестирование /СПТ/ среди учащихся 7-11 классов в режиме online.

При проведении перечисленных мероприятий ученикам в доступной, понятной форме даны объяснения о последствиях употребления ПАВ как с психологической, так и с физиологической сторон, разъяснена ответственность за противоправные действия и совершенные преступления.

Среди учениц 9, 10, 11 классов проведены беседы-тренинги по разъяснению таких понятий как «женское здоровье» направленные в том числе и на профилактику ранней беременности.

Анализ уровня здоровья обучающихся

На сегодняшний день в школе особое, пристальное внимание уделяется проблеме сохранения здоровья учащихся. В погоне за интеллектуальным развитием, высокой образованностью выпускников теряется фундаментальная основа для полноценного и гармоничного развития личности - ее физическое и духовное здоровье. Для этого необходимо:

- осознание школьником ценности человеческой жизни, формирование умения противостоять в пределах своих возможностей действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни, физического и нравственного здоровья, духовной безопасности личности;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.

Причины здоровья - это категория, характеризующая условия формирования конкретного человека, становления и развития его психических и духовных качеств, физического совершенства, целевой жизненной установки.

Факторы, влияющие на здоровье учащихся

Факторы, влияющие на здоровье	Значение для здоровья (%)	Группы факторов риска
Условия и образ жизни, условия учебы, причины поведения	50-55	Неравномерное распределение учебной нагрузки, несбалансированное питание, стрессовые ситуации, гиподинамия, плохие материально-бытовые условия, низкий культурный уровень, курение, употребление алкоголя
Генетика и биология человека	15-20	Предрасположенность к наследственным болезням
Состояние окружающей среды	20-25	Загрязнение воздуха, воды, почвы, резкая смена атмосферных явлений
Медицинское обеспечение	15-20	Неэффективность профилактических мероприятий, низкое качество медицинской помощи, несвоевременность ее оказания

Исходя из причин, в школе существует система медицинских и педагогических мероприятий. Эти мероприятия имеют конкретную цель: восстановление утраченных резервов здоровья ребенка. Но вместе с тем у них разные задачи и средства. Задачи медицинских работников: выяснение причин заболеваемости и определение способов лечения, а также дальнейшая профилактика выявленных заболеваний. Что касается школы, то ее основная задача - создание необходимых условий, отвечающих состоянию здоровья школьника. Иными словами, если задача медицины - воздействовать на причины болезни, то задача педагогики - формировать правильное представление о здоровом образе жизни, сохранении и укреплении здоровья каждого школьника. В течение учебного года была приглашена фельдшер Ахинского ФАП, где ею были с средним и старших классах беседы о ЗОЖ.

Для реализации оздоровительной программы в школе проводилась работа по трем основным направлениям:

- обеспечение санитарно-гигиенических требований;
- медико-психологическая работа;
- учебно-воспитательная работа.

Для формирования потребности в здоровом образе жизни в школе проводятся традиционные мероприятия:

- тематические классные часы; - Дни здоровья;
- спортивные мероприятия;
- декады правовых знаний;

4

- родительские собрания «Ответственное родительство», «Мы за жизнь!», «Здоровое питание школьников» .

Вопросы воспитания человека, ориентирующегося на здоровый образ жизни, стремящегося к физическому и духовному самосовершенствованию, рассматривались: на совещаниях педагогического коллектива, общешкольных родительских собраниях:

- Адаптация учащихся 1 и 5 классов к новым условиям труда;
- Организация летнего труда и отдыха учащихся;
- Здоровьесберегающие мероприятия в школе;
- О проведении единых классных часов: «Здоровая нация», «Ценность человеческой жизни», «Влияние вредных привычек на здоровье человека», «Поговорим о нашем режиме дня», «Правильное питание - залог здоровья и успеха», «Ты счастлив, когда здоров», «Быть здоровым – модно», «Влияние алкоголя на организм подростка», «Телефоны доверия», «Мы выбираем жизнь»
- «Правила дорожного движения», проведение Минутки безопасности. Безопасные маршруты «Дом-Школа-Дом»;
- Действия педагогического коллектива в случае пожара и ЧС;
- Контроль организации бесплатного питания учащихся 1 – 11 классов;
- Профилактика суицидальных тенденций у детей и подростков. Техники работы с подростками, склонными к суицидальному поведению;
- Информирование классных руководителей, учителей-предметников о памятке «Признаки депрессии у подростков»;
- Методические рекомендации классным руководителям 9,11 классов по вопросу снижения экзаменационного стресса у выпускников;
- Семинар-консультация «Социально-педагогическое сопровождение подростков с девиантным поведением»;
- «Общение в сети Интернет: личная безопасность»;
- «Тонкий лед. Безопасное поведение детей на водоемах»;
- «Уроки безопасности» в рамках Общероссийских акций, например «Сообща, где торгуют смертью»;
- Обеспечение безопасности детей и подростков в сети «Интернет»;
- Об итогах социально-психологического тестирования в 7-11 классах;
- О мерах профилактики острых респираторно-вирусных инфекций, гриппа и COVID-19;
- О порядке действий педагогических работников при выявлении несовершеннолетних, склонных к немедицинскому потреблению наркотических средств, психоактивных веществ, алкогольных напитков (в том числе на территории школы) и проведению с ними профилактической работы.

Проводится системная работа, реализуются ежедневные, еженедельные мероприятия с учащимися, родителями, педагогическим коллективом:

- единые классные часы: «ПРО-здоровый образ жизни», «День памяти жертв ДТП»;
- контроль за санитарным состоянием кабинетов, раздевалок, школьной столовой, спортивных залов, столовой
- инструктажи по соблюдению техники безопасности при осуществлении образовательного процесса;
- инструктажи по технике безопасности при работе на персональном компьютере;
- инструктажи по работе с персональными данными участников образовательного процесса;

- действия педагогического коллектива в случае пожара и ЧС; - контроль организации бесплатного питания учащихся 1-11 классов;
- организация труда и отдыха учащихся в летний период.

Педагогический коллектив считает проблему формирования здорового образа жизни у школьников одной из важнейших проблем и делает все возможное для сохранения и укрепления их здоровья.

Изучение определяющих факторов, влияющих на здоровье школьников, позволяет сделать следующие выводы:

1. увеличение количества учащихся, имеющих различные отклонения в физическом здоровье, связано, прежде всего, с объективными причинами: малоподвижный образ жизни, неправильное представление у родителей обучающихся о полноценном питании детей, неправильная организация режима дня, воздействием неблагоприятных факторов окружающей среды;

2. существующая система проведения уроков физкультуры и внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению не в полной мере компенсирует гиподинамию обучающихся;

3. отмечается чрезмерное эмоциональное напряжение детей, у некоторых состояния повышенной агрессивности, что обусловлено включением детей в различные компьютерные игры, несоответствием предъявляемых требований возможностям обучающихся;

4. наблюдается недостаточная двигательная активность детей и подростков вне школы, вследствие чего снижается их работоспособность на уроках.

Работа педагогического коллектива направлена на взаимодействие с родителями и обучающимися, формирование у всех участников образовательного процесса понимание важности ведения здорового образа жизни, физической культуры и спорта для физического и нравственного здоровья человека, его образования, труда и творчества.

Реализация работы по формированию ценностного отношения к жизни, к здоровью и здоровому образу жизни.

Основные направления, направленные на формирование ценностного отношения к жизни, здоровью и здоровому образу жизни:

- ценностное отношение к своему здоровью, здоровью родителей, членов своей семьи, педагогов, сверстников;
- ценностное отношение к человеческой жизни;
- элементарные представления о единстве и взаимовлиянии различных видов здоровья человека: физического, нравственного (душевного), социально-психологического (здоровья семьи и школьного коллектива);
- элементарные представления о влиянии нравственности человека на состояние его здоровья и здоровья окружающих его людей;
- понимание важности физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества;
- знание и выполнение санитарно-гигиенических правил, соблюдение здоровьесберегающего режима дня;
- интерес к прогулкам на природе, подвижным играм, участию в спортивных соревнованиях;
- знания об оздоровительном влиянии природы на человека;
- представления о возможном негативном влиянии компьютерных игр, сайтов, Интернет-страничек, телевидения, рекламы на здоровье человека;

6

- отрицательное отношение к невыполнению правил личной гигиены и санитарии, уклонению от занятий физкультурой.

Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни направлено на создание оздоровительной, комфортно-пространственной и необходимой психологической среды для обучающихся. В данное направление заложено следующее содержание:

- организация работы спортивных секций;
- организация Дней здоровья;
- работа по организации рационального питания;
- ежедневная влажная уборка кабинетов и рекреаций школы;
- совместная работа по различным вопросам диагностики и коррекции; - внеклассные мероприятия по здоровому образу жизни.

С 1 по 11 класс организована внеурочная деятельность по спортивнооздоровительному направлению, в которой задействованы практически все обучающиеся школы. Были проведены внеклассные мероприятия: соревнования по волейболу, лыжные гонки, весенняя легкоатлетическая эстафета, военноспортивные игры «Зарница» для учащихся 9-11 классов, соревнования «Веселые старты!», мастер-классы, показательные выступления, игры-тренинги, направленные на формирование ценностного отношения у обучающихся к своему здоровью и здоровью окружающих.

Учитывая, что заболеваемость учащихся в течение двух последних лет стабилизируется, тем не менее важным направлением в работе учителей является охрана здоровья детей и подростков. Эффективно над этой проблемой работают учителя начальных классов, классные руководители 5-11 классов, используя разнообразные формы работы, здоровьесберегающие технологии, учитывая психологические и физические особенности детей, адаптационный период первоклассников и пятиклассников, проведение физкультминуток на уроках. В ходе реализации Рабочей программы воспитания решаются задачи формирования и физического и нравственного здоровья.

Классными руководителями 1-11 классов проведены классные часы, пропагандирующие здоровый образ жизни, здоровое питание, рациональный режим дня. В классах на беседах поднимаются проблемы употребления алкогольных напитков, курительных смесей, наркотиков, проблемы сохранения здоровья, культура питания, проблемы влияния окружающей среды на здоровье человека.

Все классные руководители участвуют в проведении спортивных праздников в классах и в общешкольных мероприятиях: «День Здоровья», «День семейного общения», военно-спортивной игре «Зарница».

В рамках планов воспитательной работы проходят традиционные мероприятия:

- Дни здоровья;
- правовые декады;
- спортивные мероприятия;
- профилактические беседы с родителями и классные часы;
- работа по организации рационального питания (100% учащихся получают горячее питание);
- ежедневная влажная уборка кабинетов и рекреаций школы;
- совместная работа по различным вопросам диагностики и коррекции детей с проблемами успеваемости и поведения;

Проведены правовые декады, неделя по профилактике негативных проявлений и правонарушений, неделя безопасности дорожного движения, акция «Мы выбираем жизнь», в

среднем и старших классах показаны видеоуроки «Скажи наркотикам – нет!», «О вреде табакокурения», единый классный час «Здоровым быть модно!», интернет-уроки «Безопасное поведение в сети Интернет».

Выводы:

1. В связи с тем, что заболеваемость обучающихся по некоторым аспектам уменьшается, но по иным аспектам имеется и увеличение, необходимо продолжать работать над вопросом укрепления и сохранения здоровья обучающихся, считать данное направление одной из важных задач в воспитательной работе школы и классов.

2. Классные руководители проводят разнообразные беседы по этой теме, но мероприятия необходимо активизировать и придать им не только познавательный характер, но и просветительский и двигательльно-развивающий.

3. Продолжать работу по профилактике употребления ПАВ, в том числе наркотических средств с обучающимися 7-11 классов, направленную на формирование антинаркотического мировоззрения, здорового образа жизни.

Зам.директора по ВР



Багаева Т.Д.