

МБОУ «Чесменская СОШ им. Гаврилова М.В.»

Акция «За здоровый образ жизни» - 2023.

МБОУ «Чесменская средняя общеобразовательная школа им. Гаврилова М.В.» работает над реализацией модели школы, способствующей формированию и сохранению здоровья учащихся и педагогов.

Предметом острой тревоги в современном обществе стало отмечающееся в последнее время резкое ухудшение физического здоровья детей.

Здоровье детей школьного возраста зависит от таких факторов, как состояние окружающей среды, здоровье родителей и наследственность, условия жизни и воспитания ребенка в семье, образовательном учреждении.

Исходя, из конкретной ситуации в школе разработана и успешно реализуется программа «Здоровье».

Программа "Здоровье".

Цель: укрепление здоровья детей и подростков, физическое совершенствование и спортивная подготовка.

Содержание совместной работы:

- Беседы по пропаганде здорового образа жизни;
- Встречи с врачами различных областей медицины;
- Проведение спартакиад и спортивных соревнований;
- Акции против наркомании, курения, алкоголизма;
- Показательные спортивные выступления;
- Занятия в спортивных кружках, секциях.

Задачи:

1. Отработать систему выявления уровня здоровья учащихся школы и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения.
2. Создать условия для обеспечения охраны здоровья учащихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни.
3. Популяризировать преимущества здорового образа жизни, расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.
4. Организовать систему профилактических работ по предупреждению детского травматизма на дорогах, предотвращению роста заболеваемости учащихся школы.
5. Организовать просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей.

Обучающиеся, педагоги и родители школы активно приняли участие в межведомственной профилактической акции «Мы за здоровый образ жизни».

Волонтёры распространяли буклеты, эмблемы с призывами.

В фойе школы были оформлены информационные стенды, проводили спортивные флешмобы и физминутки.

Обучающиеся школы приняли участие в конкурсе плакатов, рисунков.

В школьной библиотеке оформлена книжная выставка «Мы за ЗОЖ» и дети с удовольствием посещали библиотечные уроки.

Актив обучающихся приняли участие в конкурс агитбригад «Мы за здоровый образ жизни».

В Центральном Доме Культуры мероприятие прошло мероприятие для 7-8 классов «Не отнимай у себя завтра».

Учителя физической культуры организовали и приняли участие в школьных и районных спортивных соревнованиях в рамках акции проводить под девизом: «Здоровый образ жизни – путь к успеху».

Для обучающихся 1-11-классов провели классные часы - «Хочешь быть здоровым – будь им!», «Рациональное питание», «Режим дня», «Личная гигиена» и т.д.

Количество мероприятий с несовершеннолетними, направленных на профилактику суицидального поведения:

- ✓ Прогностическая таблица по методике Волковой А.Н. (1 – 4 классы);
- ✓ Опросник САН (Самочувствие, активность, настроение) (5 – 6 классы);
- ✓ СПТ (социально – психологическое тестирование) (7 – 11 классы).
- ✓ МО классных руководителей.

На уроках, педагоги нашей школы используют здоровьесберегающие технологии, формы и методы.

Разработана система кружковой и внеклассной работы по формированию здорового образа жизни. Проводится профилактическая и коррекционная работа с обучающимися имеющими проблемы в обучении и поведении.

Систематически проводятся родительские собрания, классные часы, индивидуальные беседы с родителями, оказывается психологическая и педагогическая поддержка родителям и обучающимся. Провели анкетирование для обучающихся и родителей 1-11 классов «Удовлетворённость качеством образовательного процесса».

Все запланированные акции и мероприятия в рамках акции были проведены.

Все это подтверждает, что в образовательном учреждении осуществляются меры по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

Заместитель директора по ВР Артемьева Н.Н.



Я ЗА ЗОЖ

Здоровый сон

Свежий воздух

Здоровый образ жизни

Занятия спортом

Активная деятельность

Здоровое питание

Составляющие здоровья

Правильно выбирайте продукты питания

МЫ ВЫБИРАЕМ ЖИЗНЬ
НАРКОТИКИ И ЗДОРОВЬЕ НЕ СОВМЕСТИМЫ!
Мы за здоровый образ жизни!

| Возраст | Масса тела | Частота пульса | Артериальное давление | Средняя продолжительность жизни | Средняя продолжительность жизни без серьезных заболеваний |
|---------|------------|----------------|-----------------------|---------------------------------|---|
| 18-29 | 50-65 кг | 60-80 | 110/70 | 75-80 лет | 65-70 лет |
| 30-39 | 65-80 кг | 70-90 | 120/80 | 70-75 лет | 60-65 лет |
| 40-49 | 75-90 кг | 80-100 | 130/90 | 65-70 лет | 55-60 лет |
| 50-59 | 85-100 кг | 90-110 | 140/100 | 60-65 лет | 50-55 лет |
| 60-69 | 95-110 кг | 100-120 | 150/110 | 55-60 лет | 45-50 лет |
| 70-79 | 105-120 кг | 110-130 | 160/120 | 50-55 лет | 40-45 лет |
| 80-89 | 115-130 кг | 120-140 | 170/130 | 45-50 лет | 35-40 лет |
| 90-99 | 125-140 кг | 130-150 | 180/140 | 40-45 лет | 30-35 лет |

Мы 10 за здоровый образ жизни

ЛЕЙКВАС ТАНЦУЙ ХАРД БАСС
НАРКОТИКИ НЕ КЛАСС

Мы за здоровый образ жизни

Мы за ЗОЖ!

ЗОЖ

Мы за ЗОЖ!

5 класс РЕБЯТА! ДАВАЙТЕ ВЗЕТИ ЗАДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!

Мы ВЫБИРАЕМ ЖИЗНЬ

Мы за ЗОЖ!!!

Я выбираю спорт!

Мы за здоровый образ жизни!

Мы за ЗОЖ!

Мы за ЗОЖ!

Мы за ЗОЖ!