

**МБСКОУ СКОШ г.Лобня Московской области**

**Выступление на семинаре в г.Яхроме МО**

***Диагностика эффективности  
здоровьесберегающей деятельности***

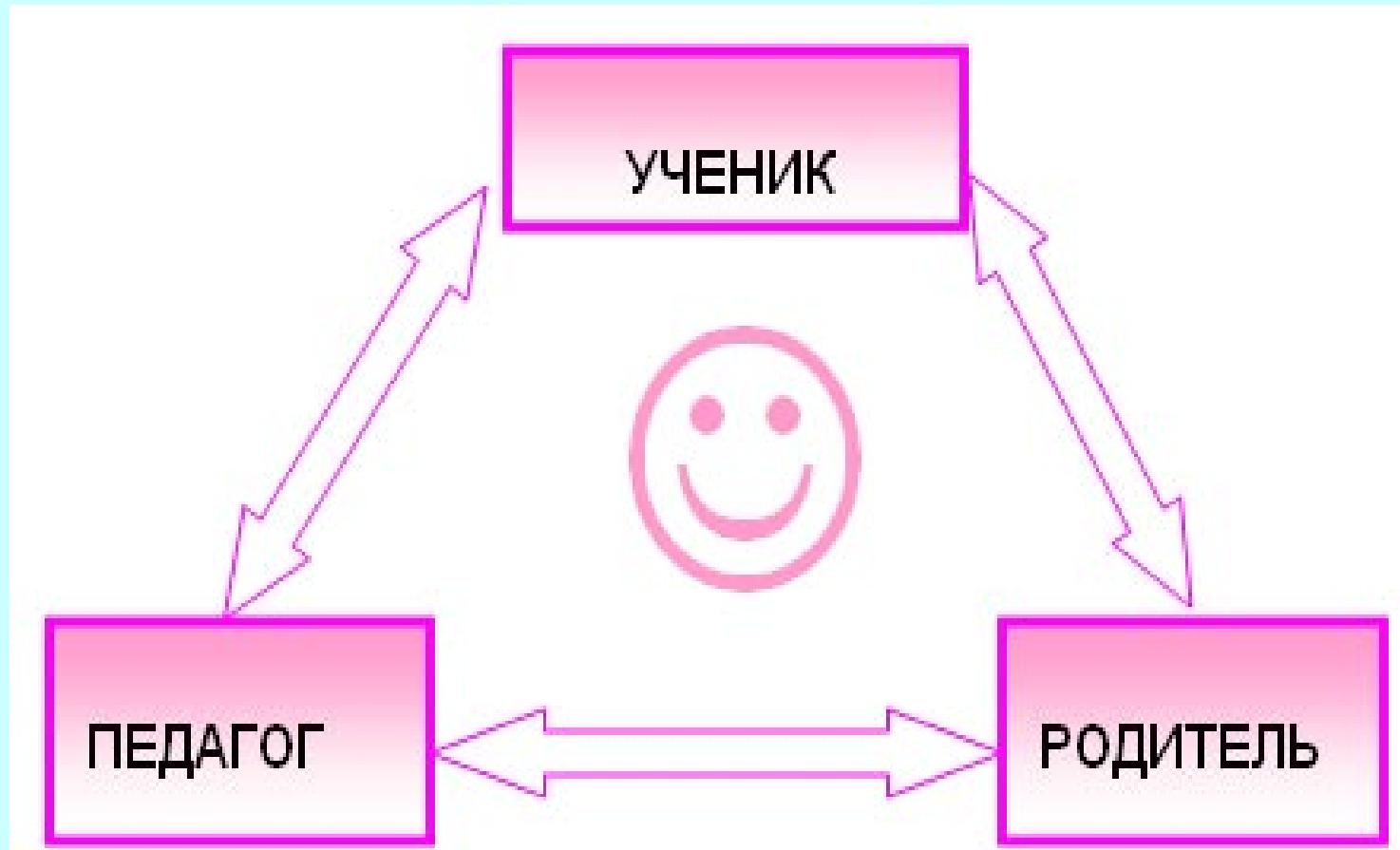
Подготовила и провела  
учитель I квалификационной категории  
**Ведмецкая татьяна Викторовна**

**2013 г.**

Какие бы методы учитель не применял и, сколько бы, не принуждал, к учению, результата добиться можно только решая проблему комплексно, через развитие и сохранение здоровья всех участников образовательного процесса.



**Здоровье** – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов.



# Актуальность

<b>Показатели</b>	<b>2013-2014 уч. год 122 чел. (начало года)</b>
I группа здоровья	6 чел. – 5%
II группа здоровья	53 чел. – 43,4%
III группа здоровья	36 чел. – 30%
IV группа здоровья	9 чел. – 7,4%
V группа здоровья	7 чел. – 5,7%
Основная физ. группа	48 чел.
Подготовительная физ. группа	45 чел.
Специальная физ. группа	17 чел.

## **Компоненты диагностики здоровьесберегающей деятельности:**

- 1. Соматический компонент** - включает в себя генотип, обмен веществ, уровень физического развития, тип конституции, функционирование систем организма.
- 2. Индивидуально-психический компонент** включает в себя эмоционально-волевою и интеллектуальную сферы личности, доминантность полушария, темперамент и другие свойства психики.
- 3. Социально-личностный компонент** включает в себя социально обусловленные свойства психики человека, обеспечивающие выполнение различных социальных ролей, социальную адаптацию (целевые установки, актуальные потребности, уровень и степень притязаний).

## *Основные показатели диагностики:*

- Чувство тревоги, безотчетного страха.
- Чувство раздражения, гнева и враждебности.
- Состояние депрессии.
- Чувство вины.

# Задачи мониторинга:

- Описание здоровьесберегающей деятельности.
- Анализ реальной ситуации в области состояния здоровья учащихся и факторов, которые позитивно и негативно влияют на здоровье.
- Оценка эффективности использования здоровьесберегающих педагогических технологий.
- Создание и распространение эффективных моделей здоровья.
- Оценка адаптационных возможностей детского организма и физического состояния.

# Условия учебно-воспитательного процесса:

- образовательный процесс в ОУ организован с учетом возрастных и психологических особенностей личности,
- предоставлены возможности для развития и самореализации,
- включает в себя, наряду с педагогической, медико-профилактическую деятельность,
- охватывает деятельностью всех участников образовательного процесса и представителей заинтересованных ведомств,
- УВП организован с учетом рационального распределения рабочего времени.



# Методы работы

```
graph TD; A[Методы работы] --- B[Педагогические]; A --- C[Психологические]; A --- D[Медицинские];
```

## Педагогические

- «уроки здоровья»;
- соревнования;
- спортивно-оздоровительные праздники и т.д.

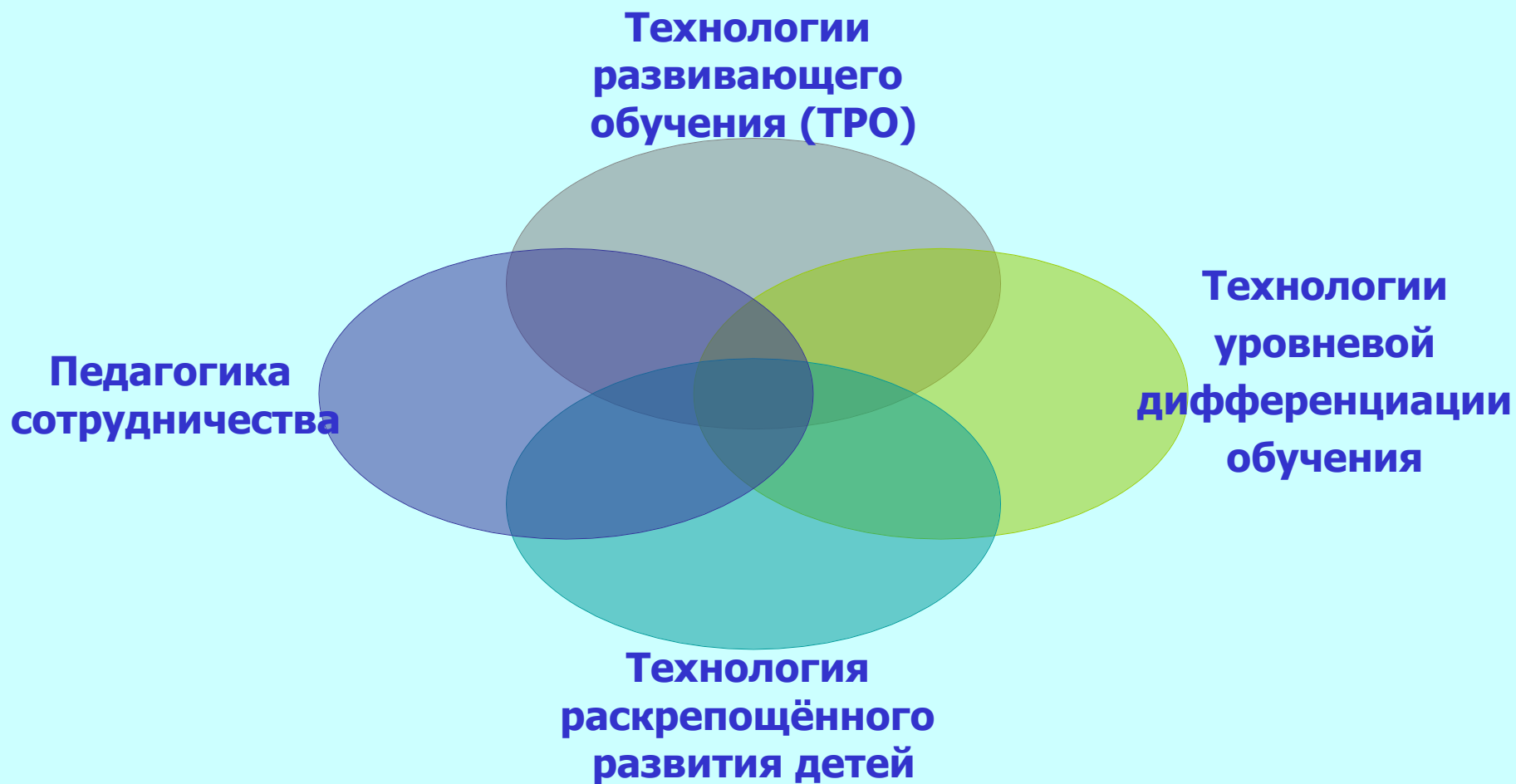
## Психологические

- уроки смены деятельности;
- уроки развития;
- уроки творчества и др.

## Медицинские

- профилактика органов зрения;
- работа с часто болеющими детьми и т.д.

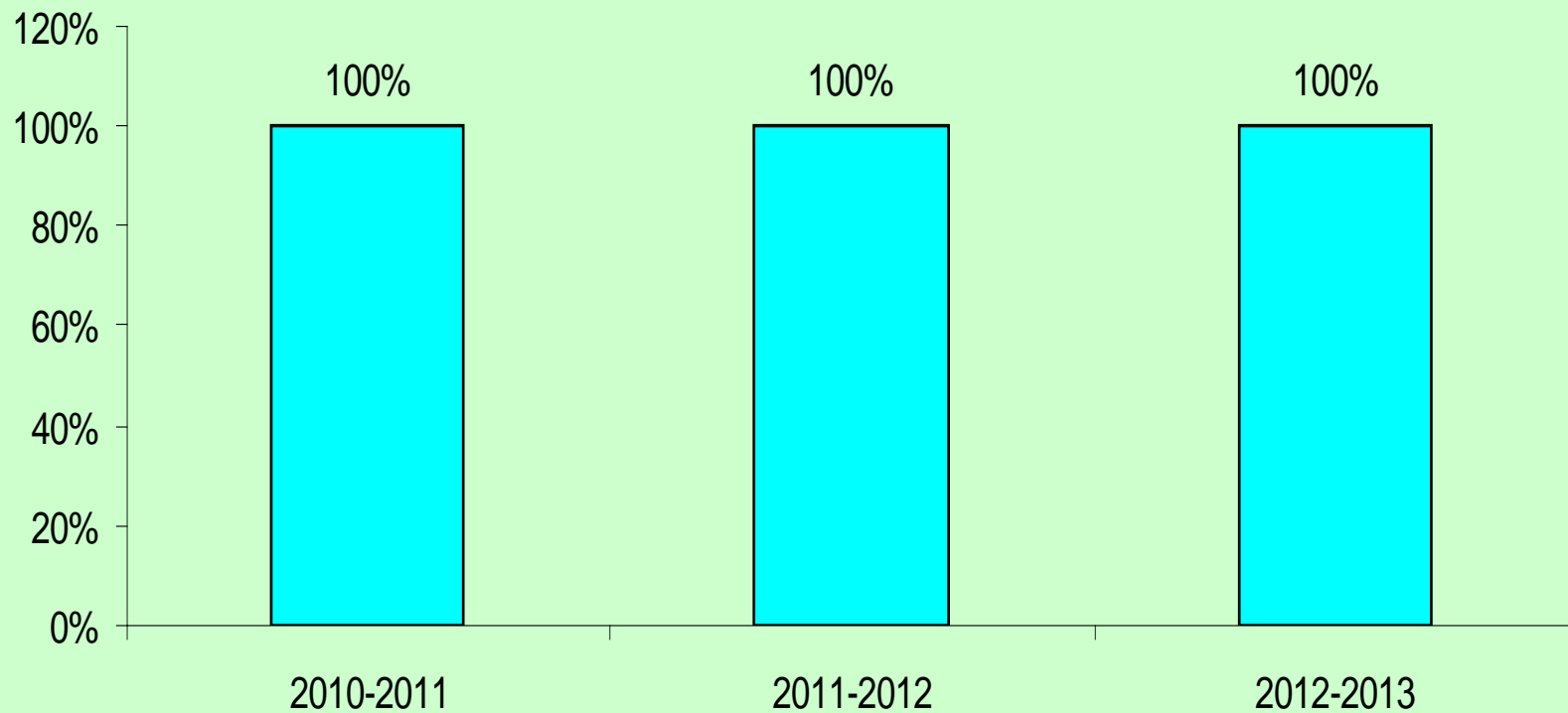
# Основные здоровьесберегающие технологии



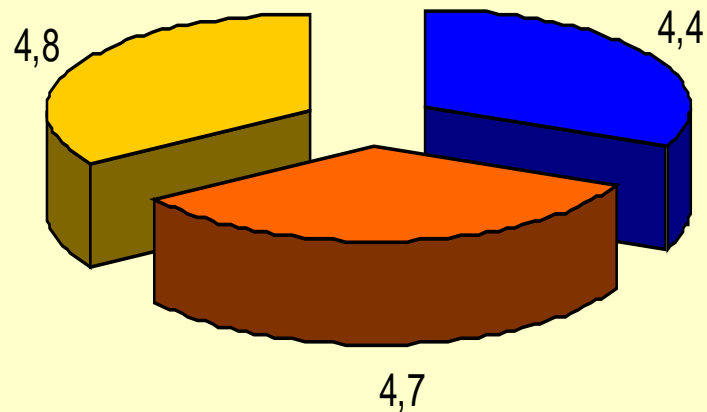
## Социальный паспорт МБСКОУ СКОШ на 2013-2014 уч. год

- Всего обучающихся – **112 чел.**
- Многодетные семьи – **20 чел.**
- Неполные семьи – **44 чел.**
- Опека – **5 чел.**
- Малоимущие семьи – **14 чел.**
- Дети-инвалиды – **31 чел.**
- Социально-опасные семьи – **10 чел.**
- Неблагополучные семьи – **21 чел.**
- ВШУ – **8 чел.**
- ОДН – **2 чел.**
- КДН – **1 чел.**
- Дети-сироты - **0**
- Социальная защита – **21 чел.**
- Приемный ребенок – **1 чел.**

## *Обеспечение горячим питанием*

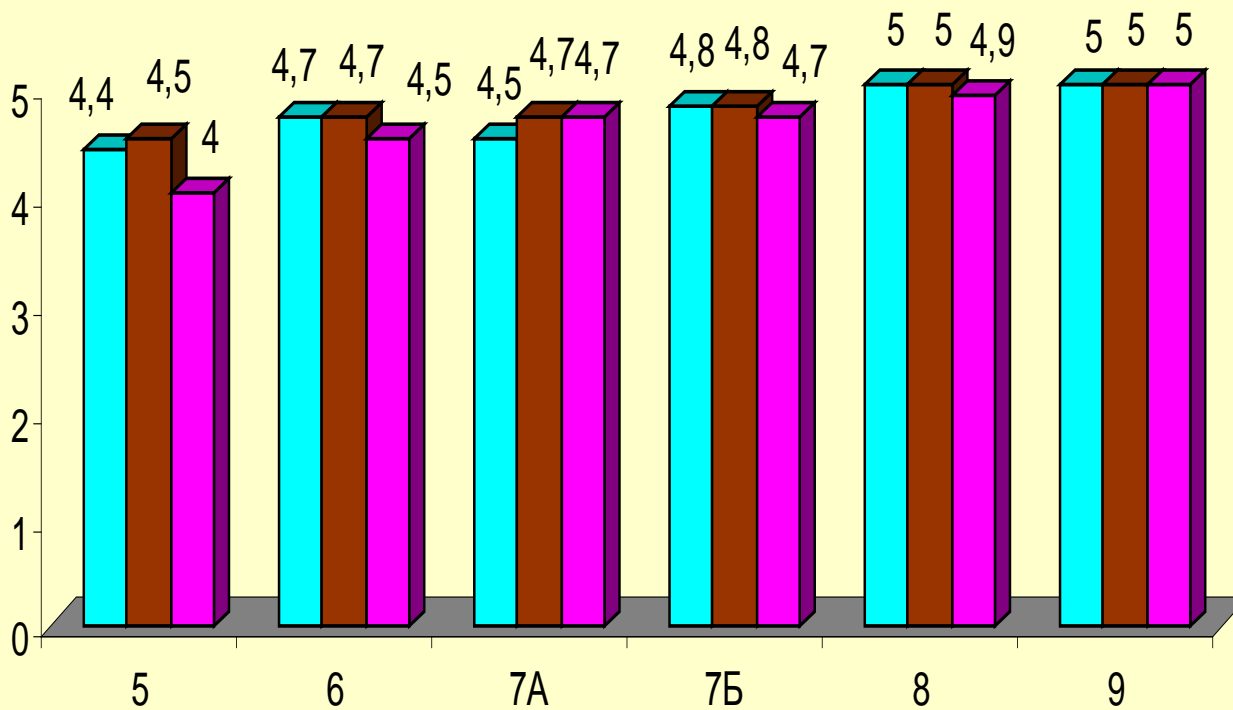


*Оценка показателей здоровья  
на примере одного класса (5,6, 7 кл.) по годам*



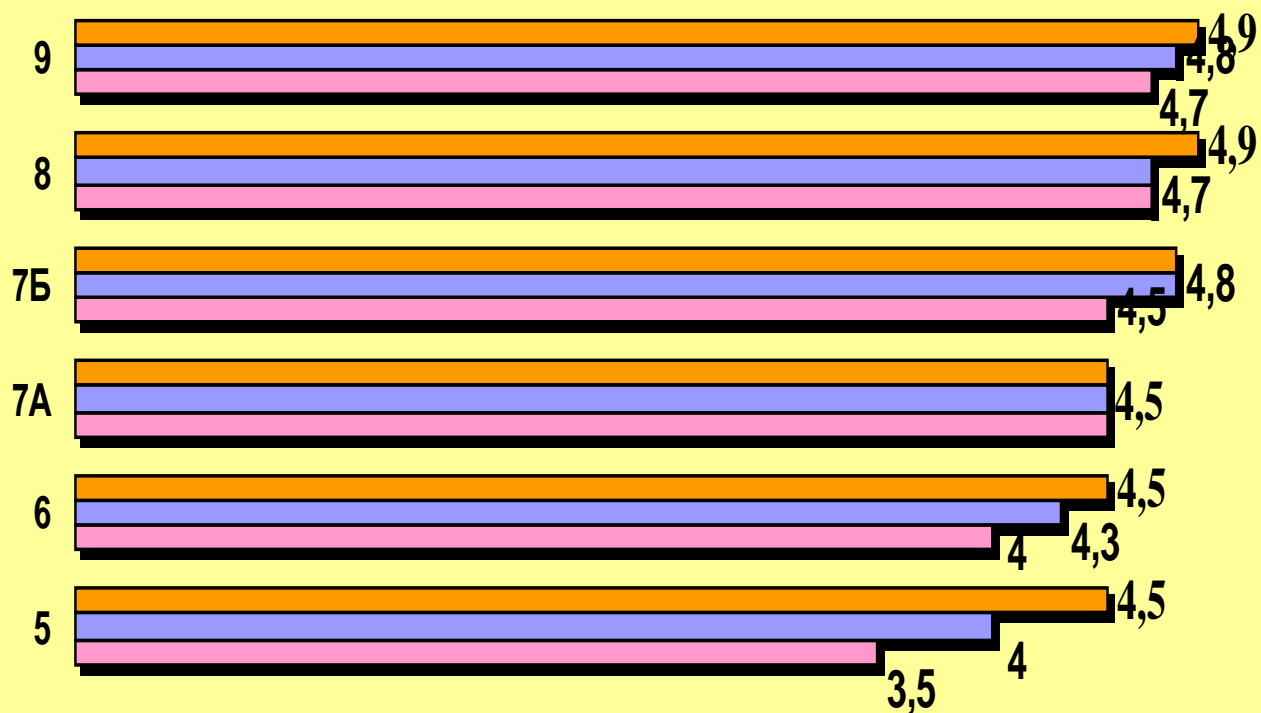
■ 2010-2011 ■ 2011-2012 ■ 2012-2013

## Оценка показателей здоровья



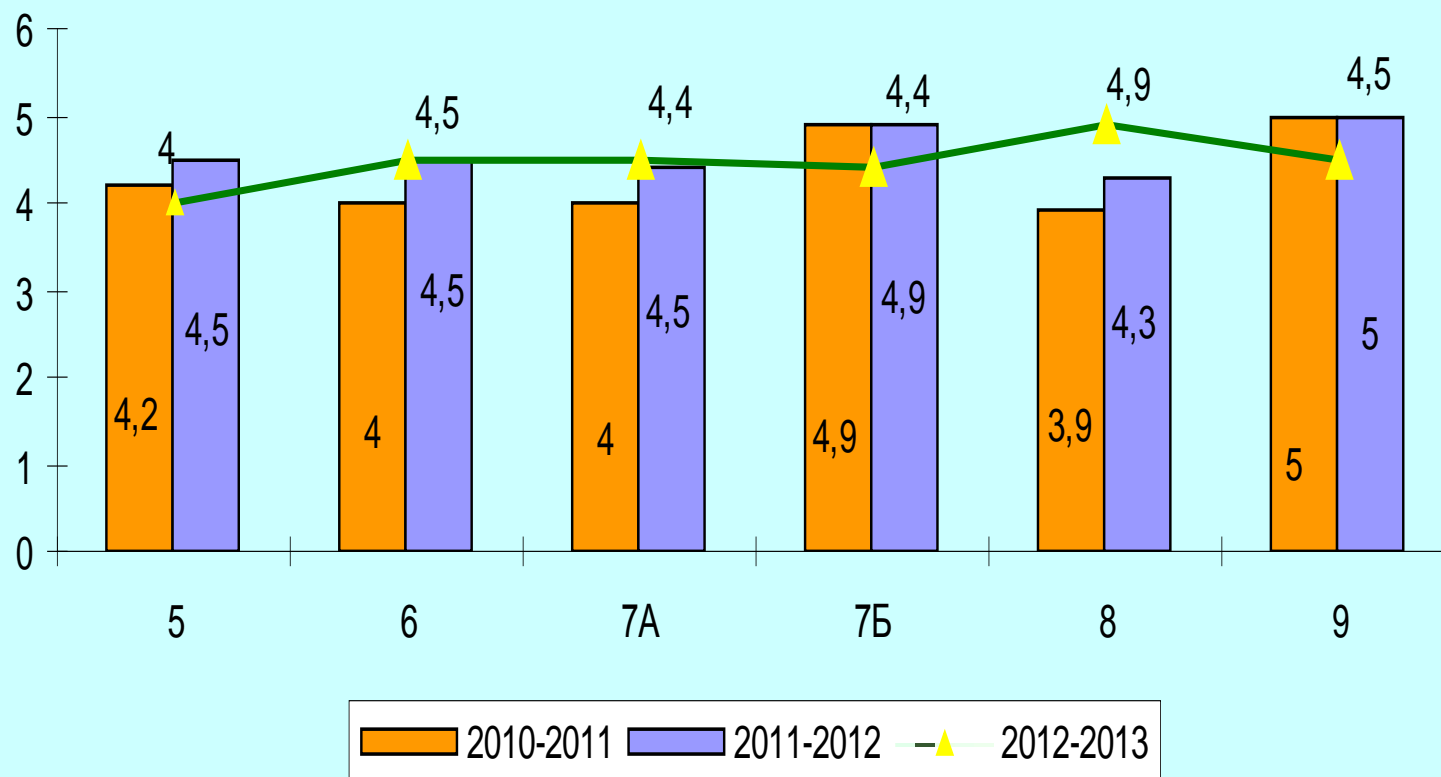
■ 2010-2011 ■ 2011-2012 ■ 2012-2013

## Показатели сформированности социально-бытовых умений



■ 2010-2011 ■ 2011-2012 ■ 2012-2013

## Навыки коммуникативного поведения





## АНКЕТА ЗОЖ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 3-5 КЛАССОВ

1. Представь, что ты приехал в летний лагерь. Твой лучший друг, который приехал вместе с тобой, забыл дома сумку с вещами и просит тебя помочь. Отметь, какими из перечисленных предметов не стоит делиться даже с лучшим другом?

- А) Мыло
- Б) Мочалка
- В) Зубная щётка
- Г) Зубная паста
- Д) Полотенце для рук
- Е) Полотенце для тела
- Ж) Тапочки
- З) Шампунь

2. На дверях столовой вывесили 2 расписания приёма пищи – одно из них правильное, а другое содержит ошибки. Отметь правильное расписание.

- |                  |                  |
|------------------|------------------|
| 1 расписание (А) | 2 расписание (Б) |
| Завтрак 8.00     | Завтрак 9.00     |
| Обед 13.00       | Обед 15.00       |
| Полдник 16.00    | Полдник 18.00    |
| Ужин 19.00       | Ужин 21.00       |

3. Оля, Вера и Таня не могут решить – сколько раз в день нужно чистить зубы. Как ты думаешь, кто из девочек прав. Отметь правильный ответ:

- А) Зубы нужно чистить по вечерам, чтобы удалить изо рта все скопившиеся за день остатки пищи.
- Б) Зубы надо чистить по утрам, чтобы дыхание было свежим весь день.
- В) Зубы надо чистить утром и вечером.

4. Отметь, в каких случаях надо обязательно мыть руки:

- А) После прогулки
- Б) После посещения туалета
- В) После того, как заправил постель
- Г) После игры в баскетбол
- Д) Перед посещением туалета
- Е) Перед едой
- Ж) Перед тем, как идёшь гулять
- З) После игры с кошкой или собакой

5. Как часто ты принимаешь душ?

- А) Каждый день
- Б) 2-3 раза в неделю
- В) 1 раз в неделю

6. Твой товарищ поранил палец. Что ты ему посоветуешь?

- А) Положить палец в рот.
- Б) Подставить палец под кран с холодной водой
- В) Намазать палец йодом и накрыть чистой салфеткой
- Г) Намазать кожу вокруг ранки йодом и накрыть чистой салфеткой

## **Анкета «Расти здоровым»**

Допиши незаконченные предложения

1. На свежем воздухе я...
2. В школе я...
3. Аппетит у меня...
4. Иногда я чувствую себя...
5. Утром я просыпаюсь...
6. Телевизор я смотрю...
7. В сауну я...
8. Обливаться холодной водой я...
9. Простуда меня...
10. Свои руки я...
11. Зубы свои я...
12. Заниматься спортом

### **Тестирование личных свойств и качеств. « Яблоко»**

На небольших листах бумаги просят нарисовать яблоко.

Никаких дополнительных инструкций не даётся.

Тест направлен на изучение степени удовлетворения.

Большие размеры яблока указывают на широту интересов.

Маленькое - на узость жизненного пространства испытуемого.

Яркое, крепкое, здоровое яблоко означает, что человек доволен существующим положением вещей, чувствует себя комфортно.

Бедное, хилое яблоко означает, что человек неудовлетворён чем- либо. Он не чувствует себя защищённым.

### **Тест «Выход из трудных жизненных ситуаций».**

1. Рассказываете ли вы другим людям о своих проблемах и неприятностях:

- а) нет, так как считаю, что это не поможет;
- б) да, если для этого есть подходящий собеседник;
- в) не всегда, так как иной раз самому тяжело думать о них, не то, что рассказывать другим.

2. Насколько сильно вы переживаете неприятности:

- а) всегда и очень тяжело;
- б) это зависит от обстоятельств;
- в) стараюсь терпеть и не сомневаюсь, что любой неприятности, в конечном счете, придет конец.

3. Если вы не употребляете спиртное, то пропустите этот вопрос и переходите к следующему. Если вы употребляете спиртные напитки, то по какой причине:

- а) для того чтобы «утопить» в вине свои проблемы;
- б) для того чтобы как-то отвлечься от них;
- в) просто так, мне нравится время от времени быть навеселе и чувствовать себя свободнее.

4. Что вы делаете, если что-то вас глубоко ранит:

- а) позволяете себе расслабиться и делаете то, что давно себе не позволяли;
- б) идете в гости к друзьям;
- в) переживаете в одиночестве.

5. Когда близкий человек обижает вас, то вы:

- а) уходите в себя и мало общаетесь с другими людьми;
- б) требуете от него объяснений;
- в) рассказываете об этом другим людям.

6. В минуту счастья вы:

- а) не думаете о перенесенном несчастье;
- б) боитесь, что эта минута слишком быстро пройдет;
- в) не забываете о том, что в жизни есть немало неприятного.

7. Что вы думаете о психиатрах:

- а) вы бы не хотели стать их пациентом;
- б) многим людям они могли бы реально помочь;
- в) человек сам, без психиатра, должен помогать себе.

8. Судьба, по вашему мнению:

- а) вас преследует,
- б) несправедлива к вам,
- в) благосклонна к вам.

9. О чем вы думаете после ссоры с другом, когда ваш гнев уже проходит:

- а) о том приятном, что у вас было в прошлом;
- б) мечтаете тайно ему отомстить;
- в) думаете о том, сколько вы от него (нее) уже вытерпели.

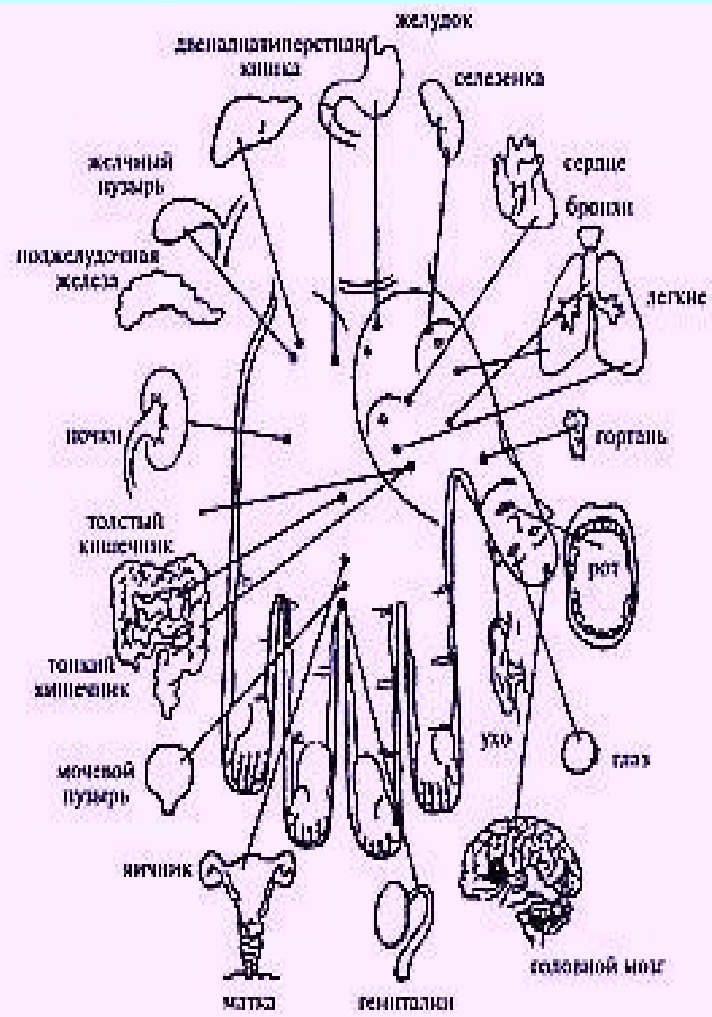
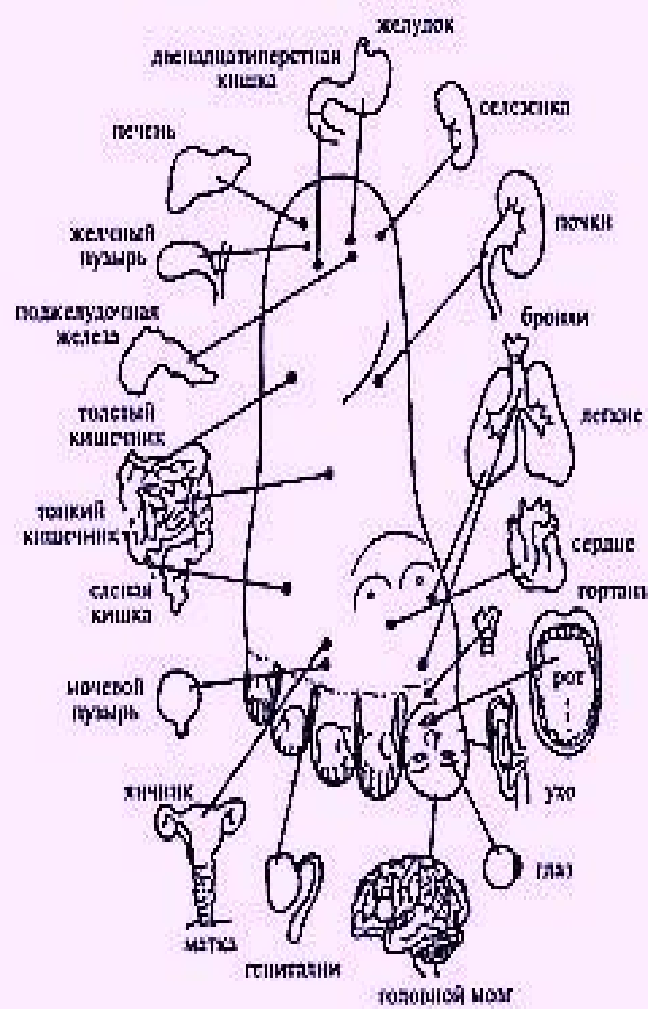
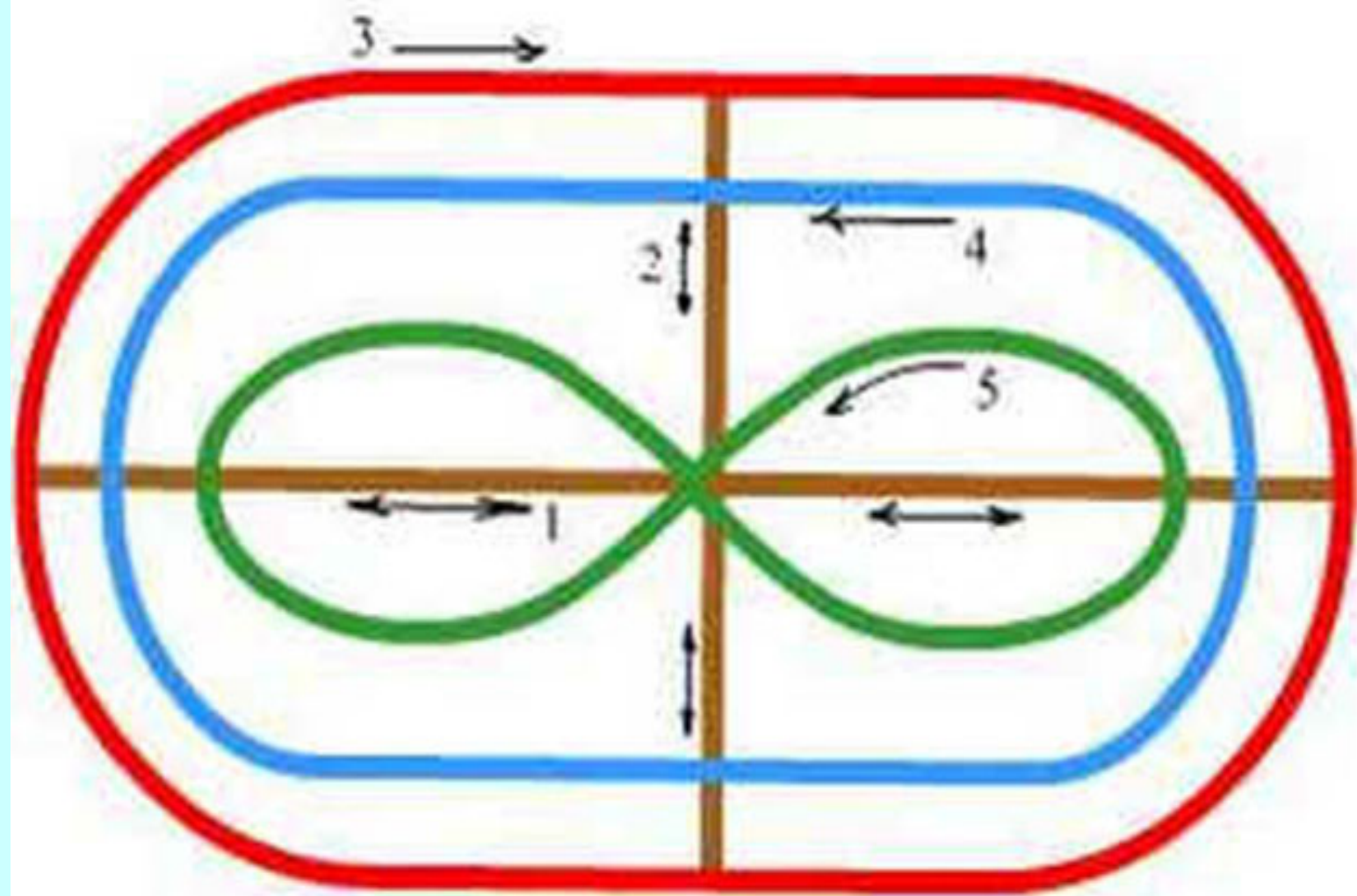


Схема системы соответствия на кисти и стопе



*Спасибо за внимание!*