

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 4 с.п. НАДТЕРЕЧНОЕ  
ИМЕНИ С.М. АХМЕТХАНОВА»  
(МБОУ «СОШ № 4 с.п. НАДТЕРЕЧНОЕ»)

**Аналитическая справка**  
**по итогам мероприятий здорового образа жизни в 2022-2023**  
**в МБОУ «СОШ №4 с.п. Надтеречное им. С.М. Ахметханова»**

Цель деятельности:

- сохранение физического и психического здоровья школьников.
- Задачи:
- Формирование у учащихся необходимых знаний, умений и навыков по сохранению здоровья и ведению здорового образа жизни.
- Обучение использованию полученных умений и навыков в повседневной жизни.

Школа – очень серьёзный, переломный этап в жизни ребёнка. Это и существенное изменение привычного образа жизни, новые непривычные нагрузки, серьёзный умственный труд, резкое ограничение движений. Ребёнок, привычный играть, много двигаться, вынужден длительное время проводить за партой. Резко уменьшается время отдыха, прогулок, возрастают эмоциональные нагрузки. Ребёнку нужно привыкнуть к новому коллективу, требованиям учителя, необходимости усидчиво и целенаправленно работать. Безусловно, для детей младшего школьного возраста, это большой труд. Нагрузки на детский организм огромны, поэтому для получения высоких результатов в учебно-воспитательном процессе важную роль играет физкультурно-оздоровительная работа. «Здоровьесберегающая организация учебно-воспитательного процесса» предполагает применение таких технологий:

- экологические здоровьесберегающие технологии;
- медико-гигиенические технологии;
- физкультурно-оздоровительные технологии;
- психолого-педагогические технологии;
- технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности.

В комплексной учебно-воспитательной работе важное место занимает **физкультурно-оздоровительное направление** (физическое совершенство, укрепление здоровья, пропаганда ЗОЖ) целью которого, являются формирование у учащихся внутренней мотивации к здоровому образу жизни, необходимости заботы о своем здоровье и здоровье окружающих.

Исходя из цели работу по сохранению здоровья воспитанников строю из позиций:

- соблюдение техники безопасности и санитарно-гигиенических норм при организации учебно-воспитательной работы;
- использование в своей деятельности современных здоровьесберегающих технологий (целесообразность, результативность применения);
- организация и проведение мероприятий, способствующих сохранению и восстановлению психического и физического здоровья детей (праздники здоровья, дни здоровья и т.д.)

Проводятся тематические беседы, конкурсы рисунков, внеклассные мероприятия, соревнования и др. Оформлен уголок по профилактике дорожно-транспортного травматизма, уголок здоровья.

**Занятия внеурочной деятельности «Мое здоровье»** направлены на оздоровление и повышение физической активности учащихся. Методика проведения занятий требует выполнения основных требований:

- преобладание в них занимательности, состязательности, элементов игры;
- щадящий режим занятий. В них в равной мере участвуют все школьники, даже освобожденные от физкультуры;
- направленность занятий на выработку устойчивости организма младших школьников против неблагоприятных условий, излишних нагрузок;
- проведения активного отдыха на воздухе (школьный стадион).

При проведении занятий используются различные виды упражнений, подвижные игры, эстафеты, спортивные развлечения, соревнования.

**Прогулку и игровую деятельность на свежем воздухе** осуществляются для восстановления сил и работоспособности, развития наблюдательности, любознательности, сплочения группы, формирования умения вести себя в свободном общении, играх.

Каждый день проводятся физкультминутки, игровые паузы, эмоциональную разгрузку, используя упражнения с целью профилактики нарушений опорно-двигательной системы, снятия утомления мышц.

#### **Заключение.**

Комплексное использование оздоровительных мероприятий в учебном процессе позволяет снижать утомление, повышать эмоциональный настрой и работоспособность, а это в свою очередь способствует сохранению и укреплению здоровья школьников.

Результатом использования **здоровьесберегающих технологий** считаю:

1. Благоприятный психологический и эмоциональный климат в классе.
2. Знание правил личной гигиены.
3. Знание основ ОБЖ и наиболее опасных факторов риска для здоровья и жизни.
4. Знание о правильном питании.
5. Развитие личностных качеств: выносливость, ловкость, быстрота, находчивость, смелость, дисциплинированность.

Зам.директора по ВР

К.Т. Висайтова