Отчёт о проведении

"Месячника Здоровья" в ГКОУ РД «Согратлинская СОШ Гунибского района»

В целях совершенствования работы по сохранению и укреплению здоровья, формированию здорового образа жизни обучающихся с 01.04.2022 г. по 01.05.2022 г. в ГКОУ РД «Согратлинская СОШ Гунибского района» разработан план мероприятий в рамках «Месячника Здоровья». Мероприятия, направленные на приобщение обучающимися к ЗОЖ носили разноплановый характер. С первых дней Месячника организована выставка книг «Знания о здоровье»». Проведена общешкольная линейка «От чего зависит наше здоровье?».

В классах проведены тематические классные часы, мероприятия на тему о ценности жизни, позитивном отношении к себе и окружающим, взаимодействии со сверстниками. Основной целью внеклассных часов является повышение активности самих воспитанников, формирование у них чувства ответственности за свою жизнь, навыков самоорганизации и самореализации.

Во 2 классе проведен классный час на тему: "Тропинки Здоровья".

Цель: Познакомить обучающихся с правилами личной гигиены.

Вначале занятия обучающиеся вспомнили слово «гигиена» и восстановили правильный порядок действий мытья рук. Также ребята вспомнили, о правилах гигиены глаз. Провели коррекционные упражнения, снимающие утомление с глаз.

В конце занятия решили кроссворд, по закреплению знаний о предметах личной гигиены.

В 5 классе проведен классный час: «Зарядку делай каждый день, пройдут усталость, вялость, лень».

Цель: закрепление знаний детей о факторах, способствующих укреплению здоровья, развитие умения выбирать разумную модель поведения, воспитание стремления следить за своим здоровьем.

В 6 классе проведён классный час на тему «Вредным привычкам – жестокий бой - в этом уверены мы с тобой». На занятии ребята узнали, что же такое привычка, какие привычки считаются полезными, а какие мешают быть здоровыми. В непринужденной беседе, сопровождающейся презентацией, ролевыми играми девчонки и мальчишки рассуждали о причинах появления и о последствиях вредных привычек. В ходе анонимного тестирования «Сможешь ли ты устоять?» каждый ребенок узнал, насколько сильна его воля, умеет ли он управлять своими желаниями и может ли отказаться от удовольствий, приносящих вред здоровью. Обучающиеся с интересом просмотрели видеоролик по данной теме.

В завершении классного часа классный руководитель призвала обучающихся 6 класса вести здоровый образ жизни, не поддаваться пагубным пристрастиям.

Для обучающихся 7-8 классов проведен классный класс по теме «Курильщик – сам себе могильщик». Занятие посвящено вредным привычкам, пагубно влияющим на здоровье человека. В итоге ребята сделали вывод, что на самом деле лучше преуспеть в жизни, чем быть неудачником; лучше быть счастливым, чем несчастным; лучше любить, чем ненавидеть. Нужно лишь приложить усилия и жить, любить, работать, творить здоровое тело и здоровый дух, сохранять хорошее состояние мыслей и души.

Классный руководитель 9 класса провела внеклассное мероприятие по профилактике ПАВ «Подросток и наркотик» в рамках «Месячника Здоровья». Среди девятиклассников развернулась дискуссия, были озвучены ряд вопросов:

- Почему данной теме уделяется такое внимание?
- По какой причине подростки начинают принимать наркотики?
- Как может быть предложен наркотик?

- Как противостоять влиянию окружающих и в нужный момент сказать: «Нет!» Способы отказа.

Была показана презентация «Мы выбираем - жизнь!». Воспитанникам предложены буклеты.

В итоге ребята сделали вывод, что на самом деле лучше преуспеть в жизни, чем быть неудачником; лучше работать, чем лежать под забором. Для этого необходимо иметь голову на плечах и уметь вовремя сказать: «НЕТ!» А занятие спортом – даст силу, энергию и настроение!

В разговоре с учащимися о правильном питании, технолог выяснила, «Прежде, чем за стол мне сесть, я подумаю, что съесть», что в рационе подростка каждый день должны быть овощи и фрукты, ведь в них содержатся полезные витамины и минералы, молочные продукты содержат в себе кальций, необходимый для роста костей, а растительные жиры также должны присутствовать в дневном меню, так как они благоприятно влияют на волосы и ногти. Белок также необходим, ведь он является строителем для мышечной массы и восстановлению организма, после нагрузок в течение дня. Напомнила о правилах поведения в школьной столовой.

Психологическая коррекция поведенческих навыков, нравственных качеств и черт характера посредством сказки доказывает свою результативность. Сказкотерапия является уникальным психолого-педагогическим методом, помогающим найти выход из многих проблем, устранить страхи, обиды и тревожность у детей. Суть метода сказкотерапии, как метод психологической коррекции оказывает невероятную эффективность, использовать который в отличие от других психотерапевтических приемов, разрешено для работы, с детьми начиная с раннего возраста. Обучающимся нравиться слушать и « играть» в сказки.

Придумывание своих сказок сближает ребят и позволяет выявить все проблемы и недостатки в воспитании. Дети в возрасте 10-15 лет уже сами могут сочинять рассказы и презентовать их родным. Сказкотерапия — это уникальный способ познать ребенка, приблизиться к нему и помочь в решении тех или иных проблем. Сказка как ничто другое помогает воспитывать самостоятельную и адаптированную к социуму личность.

Заместитель директора по ВР **Османова Г.Х.**