

Отчёт о проведении «Недели здоровья»

с 07.04.25 года по 13.04.25 года в ГКОУ «Кашинская школа-интернат» проходила «Неделя здоровья». Был разработан план мероприятий. Работа всего педагогического коллектива была направлена:

- воспитание у учащихся ценностной ориентации на здоровый образ жизни;
- укрепление здоровья;
- приобретение необходимых знаний.

Во Всемирный день здоровья 07.04.2025 года была проведена акция «Активные перемены «Дружно, вместе с оптимизмом за здоровый образ жизни!»

Цель: формирование потребности вести здоровый образ жизни, воспитание негативного отношения к вредным привычкам.

Всемирный день здоровья отмечается 7 апреля и является важным праздником для каждого, кто заботится о своём благополучии, здоровом теле и крепком духе, а также стремится к защите окружающей среды, которая влияет на здоровье общества в целом.

Эту дату выбрали в связи с тем, что в этот день в 1948 году был ратифицирован Устав Всемирной организации здравоохранения. Впервые 7 апреля Всемирный день здоровья был отмечен в 1950 году, после чего его проведение стало традицией.

В рамках **всероссийской акции "Укрепляй здоровье"** в школе-интернате прошли активные перемены под девизом «Дружно, вместе с оптимизмом за здоровый образ жизни». Школьники играли в подвижные игры «Сороконожка», «Золотые ворота», «Море волнуется» и другие.

Акция стала ярким примером того, как вовлеченность в общие игры способствует укреплению здоровья, формирует привычку активно двигаться, а вовлеченность в общее дело влияет на сплоченность коллектива. Обучающиеся получили заряд бодрости и хорошего настроения на всю неделю!

В это же день воспитателями групп было проведено **мероприятие «Пилюлькин в гостях у ребят»**. Ученики получили добрые советы по сохранению и укреплению своего здоровья.

10.04.2025 года было проведено **мероприятие «Советы доктора «Профилактика курения»**. Цель: пропаганда здорового образа жизни среди несовершеннолетних, способствование формированию негативного отношения к вейпингу.

Врач педиатр Павлов В.М. провел профилактическую беседу с обучающимися 5-9 классов по профилактике курения. Курение среди подростков распространяется без всяких препятствий со стороны общества. К курению относятся как к вредной привычке, которая не сильно опасна.

Основные причины курения среди подростков: курящие родители, друзья; влияние и давление со стороны сверстников; подражание взрослым, друзьям и своим кумирам; стремление выделиться, выглядеть «круто»; желание казаться взрослым; доступность сигарет и вейп;

Раннее начало курения формирует у подростков стойкую никотиновую зависимость, от которой трудно избавиться в дальнейшем. У подростков очень рано начавших курить наблюдается маленький рост, слаборазвитая грудная клетка, отмечается ослабление мышечной силы. Курение среди подростков ведёт к сильному снижению общего показателя здоровья: ухудшается память, снижается мышечная сила, происходит изнашивание сердечной мышцы. Курение снижает работоспособность у подростков, они становятся вялыми и раздражительными.

Люди, выпускающие пар от электронной сигареты, уже никого не удивляют. Иногда от вейперов можно услышать: «Мы не курим, мы – парим!».

Вейпинг («vaping», что переводится с английского языка как «парение») - новое течение среди молодежи, курильщики объединяются в группы, покупают различные устройства для парения, которые совершенствуются с каждым днем приобретая, новый дизайн и новые ароматические свойства. А что же входит в состав этой жидкости? Те же вещества, что входят в состав крема для рук, химические ароматизаторы (как освежители для туалета), и никотин, который содержится в обычных сигаретах. И является смертельно опасным ядом.

Педагогами психологами были организованы мероприятия **«Сделай правильный выбор»** в 6-9 классах и **«Быть здоровым»** 4-5 классы. Цель: пропаганда здорового образа жизни, воспитание личной ответственности за сохранение своего здоровья. Обучающие, выполняя предложенные задания, актуализировали знания о пагубном влиянии вредных привычек на организм, проявили творческие способности, сделали правильные выводы, как заботиться о своем здоровье.

Классными руководителями 6-7 классов была организована игра **«Коктель здоровья»**

Классные руководители 1, 2, класс «особый ребенок» организовали для детей с тяжелыми множественными нарушениями развития **спортивное мероприятие «По дороге к здоровью»**. Всем было весело и интересно, заряд бодрости и позитива получили все участники.

В рамках недели Здоровья прошло **спортивное мероприятие «Педагог и я – спортивные друзья»**. В нем приняли участие обучающиеся 3-9 классов вместе со своими

классными руководителями. В таком формате мероприятие проводилось первый раз, в нем участвовали 8 команд.

Программа «Педагог и я – спортивные друзья» была довольно насыщенной, интересной и шуточной. Командам были предложены занимательные, иногда очень непростые конкурсы с бегом, с мячами, с обручем, где они смогли проявить свои спортивные навыки. Команды вместе с педагогами участвовали в эстафетах «Собираем в школу», «Веселый сбор на урок», «Донеси контрольную учителю», «Дружба», «Передача мяча», «Спортивная ходьба», Поездка домой и в школу», «Носильщики».

Все этапы этого увлекательного соревнования проходили в напряженной борьбе. Спортивный задор и желание добиться победы для своей команды захватывали членов команды настолько, что они не замечали происходящего вокруг. Все старались изо всех сил прийти к финишу первыми. На спортивной площадке царили смех, шум и веселье. Все были счастливы! А счастливые от восторга глаза – лучшая награда организатору социальному педагогу. В конце соревнований были подведены итоги. Команды были награждены по следующим номинациям: «Самая дружная команда», «Самая активная команда», «Самая быстрая команда», «Самая выносливая команда», «Самая ловкая команда», «Самая дисциплинированная команда», «Самая упорная команда», «Самая смелая команда»

Проигравших не было. Проведённое мероприятие сплотило учеников и классного руководителя, они почувствовали себя настоящим коллективом! Все получили заряд бодрости и положительных эмоций.

Во всех классах прошли **«Веселые старты»** организованные воспитателями.

В целях повышения уровня заинтересованности учащихся школы физической культурой и ведения здорового образа жизни, в план недели были включены **общешкольные соревнования по шахматам** среди обучающихся 3-9 классов. Победители были награждены дипломами.

Проведенная работа в рамках тематической недели дала положительные результаты в оздоровлении и формировании поведенческих навыков здорового образа жизни обучающихся. Все обучающиеся приняли активное участие в тематической неделе.

Работа по формированию здорового образа жизни продолжается.

Социальный педагог: Пелевина Л.Н