

Анализирующая справка по итогам анкетирования по вопросам здорового образа жизни.

Наш ДЮЦ является фундаментом для ребенка, где он восполняет недостающий энергетический баланс через занятия любимым делом. Наше учреждение обеспечивает эмоциональное благополучие ребенка, направлено на укрепление психического и физического здоровья обучающихся, профилактику асоциального поведения. Именно в ДЮЦ обучающийся имеет возможность овладеть навыками ведения здорового образа жизни, включиться в совместную, социально значимую деятельность с группой сверстников, для которых здоровье является ценностью.

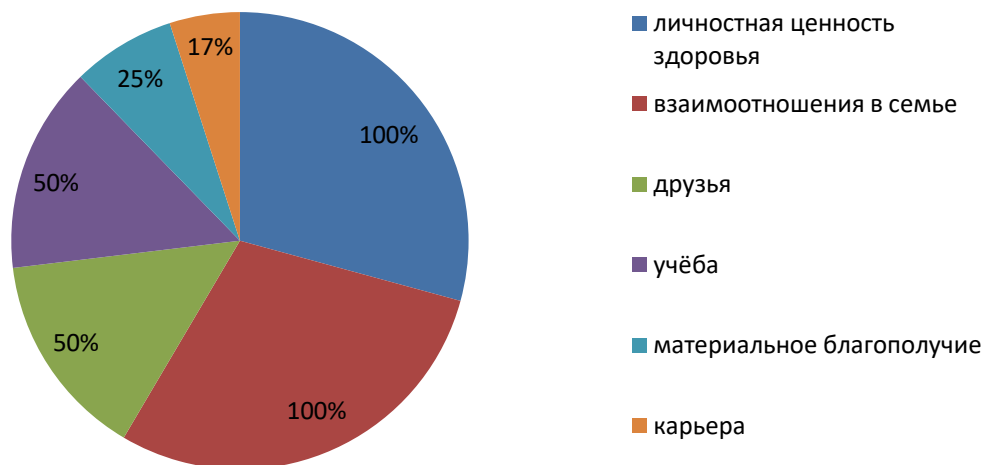
В период с 02.12.2020 по 15.12.2020 педагогом-психологом проводился мониторинг знаний о ЗОЖ родителей и учащихся студий ДЮЦ. Всего в опросе приняло участие 275 человек. Учащиеся – 119 ч, родители – 133.

Анализ анкетирования обучающихся «Здоровый образ жизни».

Цель анкетирования: определение уровня осведомленности (сформированности) о здоровом образе жизни у участников образовательного процесса в ДЮЦ.

1. Возраст обучающихся, участвующие в анкетировании с 8-15 лет.
2. Анкетирование показало, что личностная ценность здоровья на высоком уровне -100%, а также главным в жизни ребята считают:
 - взаимоотношения в семье – 100%
 - друзья – 50%
 - учёба, профессиональное образование – 50%
 - материальное благополучие – 25%
 - карьера – 17%
 - любовь – 8%

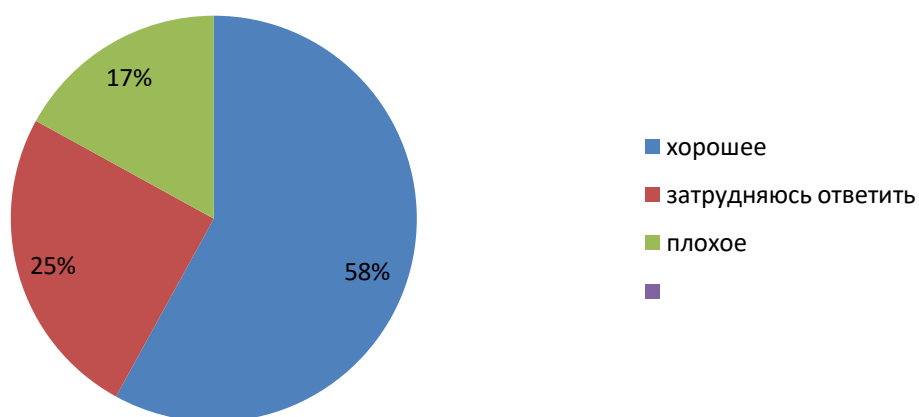
Главным в жизни ребята считают



3. Ребята оценивают состояние своего здоровья:

- хорошее - 58%
- затрудняюсь ответить – 25%
- плохое -17%

Ребята оценивают состояние своего здоровья



4. Любимое занятие в свободное время (отметить не более 3-х ответов).

- занимаюсь спортом – 25%
- хожу в различные кружки, студии ДЮЦ – 75%

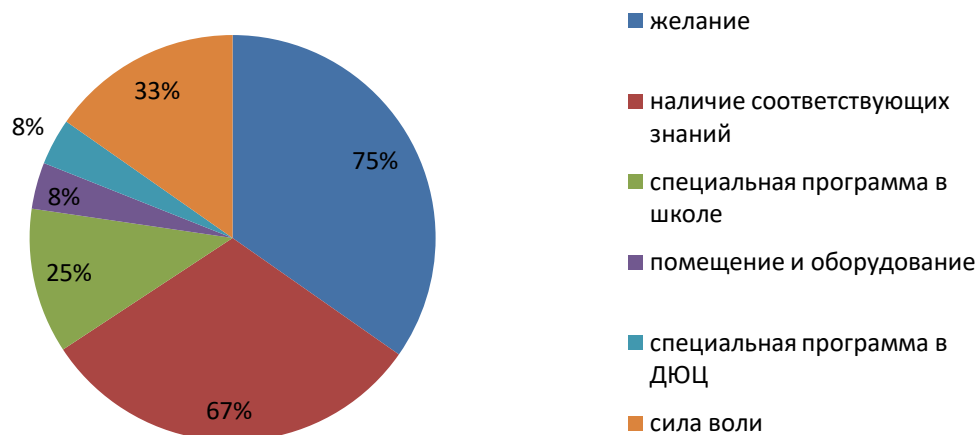
- гуляю по улицам с друзьями – 58%
- читаю книги, газеты, журналы – 25%
- играю в компьютерные игры – 42%
- смотрю телевизор, видео – 33%
- занимаюсь домашними делами – 25%



5. Для ведения здорового образа жизни необходимо:

- желание – 75%
- наличие соответствующих знаний – 67%
- специальная программа в школе – 25%
- помещение и оборудование – 8%
- соответствующая литература – 8%
- специальная программа в ДЮЦ – 8%
- сила воли – 33%

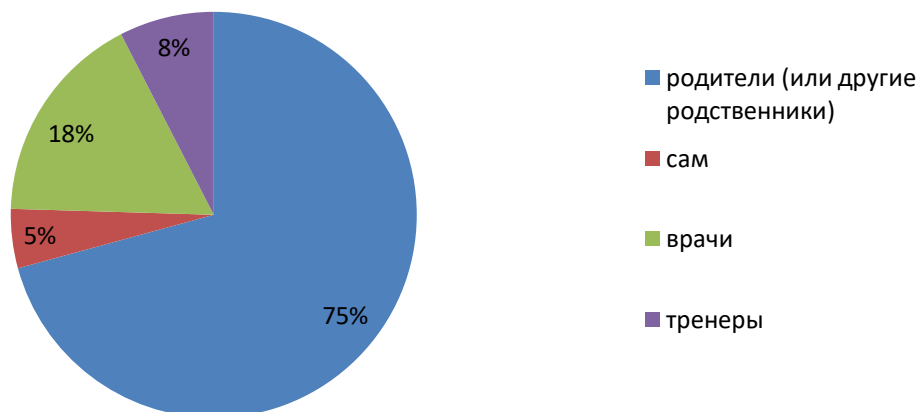
Для ведения здорового образа жизни необходимо



6. По мнению ребят, помогать вести здоровый образ жизни должны:

- родители (или другие родственники) – 75%
- я сам (а) – 58%
- врачи – 18%
- учителя, педагоги – 18%
- тренеры – 8%

По мнению ребят, помогать вести здоровый образ жизни должны



7. Больше вредит здоровью:

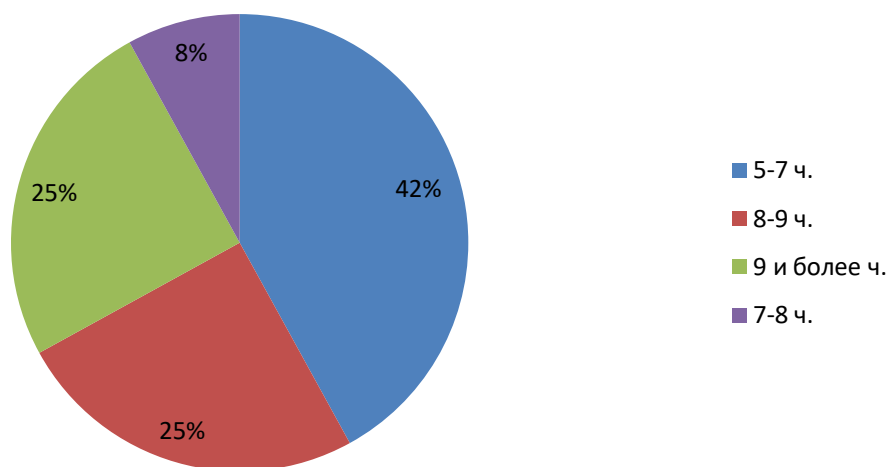
- вредные привычки – курение, потребление алкогольных напитков, потребление наркотиков – 92%
- нарушение питания (переедание, недоедание, нерегулярность приёма пищи, питание в сухоматку) – 67%
- загазованность города (загрязнение атмосферы заводами) - 42%
- малоподвижный образ жизни – 42%
- нарушение режима труда и отдыха – 33%
- несоблюдение личной гигиены – 25%



8. Продолжительность ночного сна:

- 5-7 ч. - 42 %
- 8-9 ч. – 25%
- 9 и более ч. – 25%
- 7-8ч. – 8%

Продолжительность ночного сна:

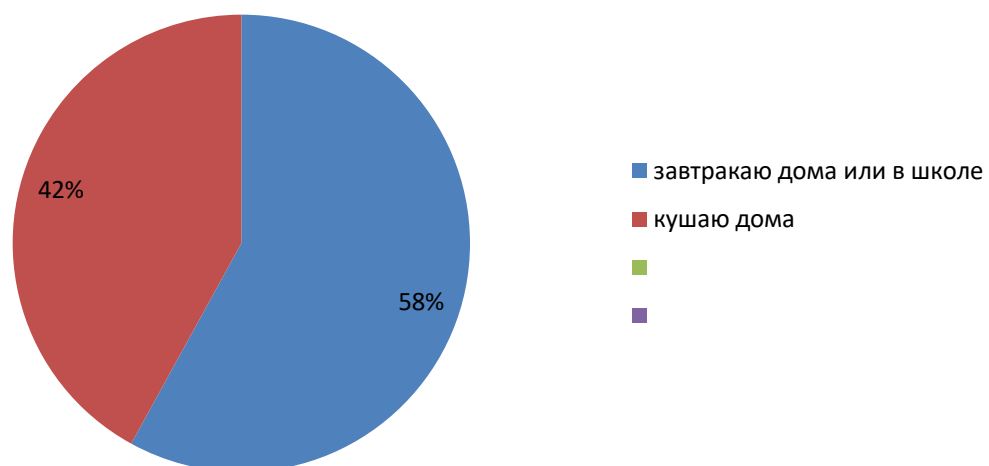


9. Соблюдение режима питания:

- завтракаю дома или в школе - 58%

- кушаю дома – 42%

Соблюдение режима питания

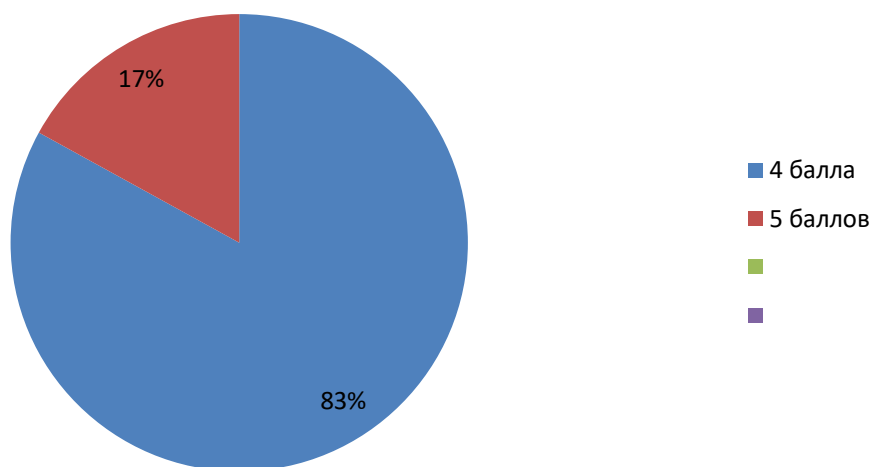


10. Ребята оценивают своё здоровье:

4 балла - 83%

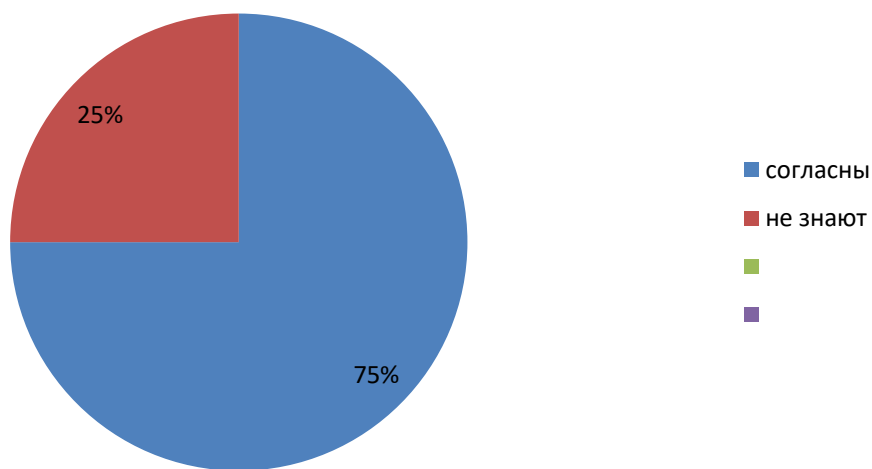
5 баллов - 17%

Ребята оценивают своё здоровье



11. 75% считают, что в ДЮЦ учат сохранять своё здоровье, 25%- не знают.

в ДЮЦ учат сохранять своё здоровье



Вывод.

На первое место обучающиеся ставят здоровье и взаимоотношения в семье. Это показатель педагогического и родительского просвещения детей по вопросам здорового образа жизни. Следует отметить, что обучающиеся указывают, что в ДЮЦ они получают много знаний о том, как заботиться о своем здоровье. А это означает, что в ДЮЦ проводится хорошая профилактика здорового образа жизни. Обучающиеся не всегда соблюдают режим сна, хотя понимают и знают о его значении на организм. Недостаток

сна не позволяет организму ребенка полноценно отдохнуть и плохо сказывается на здоровье. Следовательно, необходимо продолжить работу по пропаганде ЗОЖ среди обучающихся и рекомендовать родителям – усилить контроль по соблюдению режима сна детьми.

В целом подростки имеют представление о том, что такое здоровый образ жизни, знают, что спорт, физическая активность помогают закалиться и укрепить здоровье, а вредные привычки, наоборот, разрушают его.

Необходимо продолжать усилия по формированию у обучающихся личностных установок на ответственное отношение к здоровью и осознанного выбора здорового образа жизни.

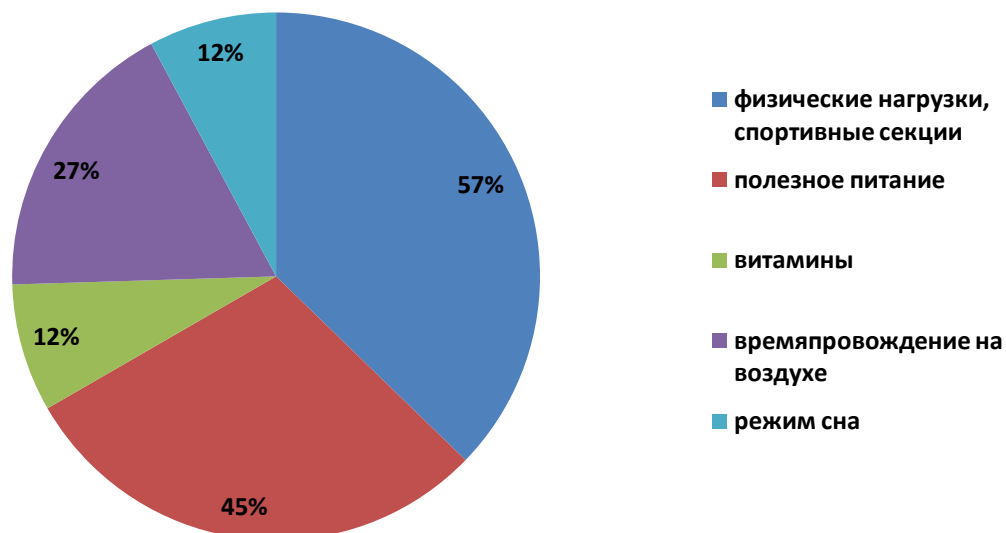
Анкета для родителей: «Отношение родителей к здоровью и здоровому образу жизни своего ребенка».

Цель: выявить уровень сформированности представлений о ЗОЖ у родителей.

1. Действия родителей по укреплению здоровья своего ребёнка:

- Физические нагрузки, спортивные секции – 57%
- полезное питание – 45%
- принимает витамины – 12%
- гигиена – 6%
- времяпровождение на свежем воздухе – 27%
- режим сна -12%
- закаливание -2%
- режим дня-2%

Действия родителей по укреплению здоровья своего ребёнка



2. Продолжительность ночного сна вашего ребёнка?

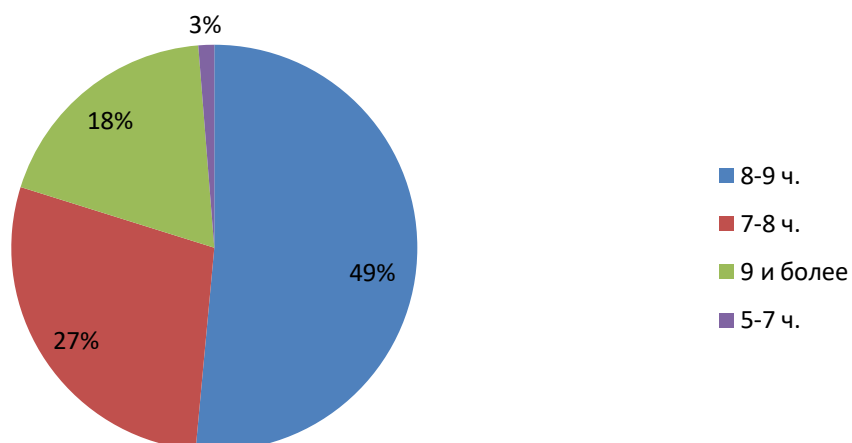
8-9 ч. - 49%

7-8 ч. - 27%

9 и более - 18%

5-7 ч. - 3%

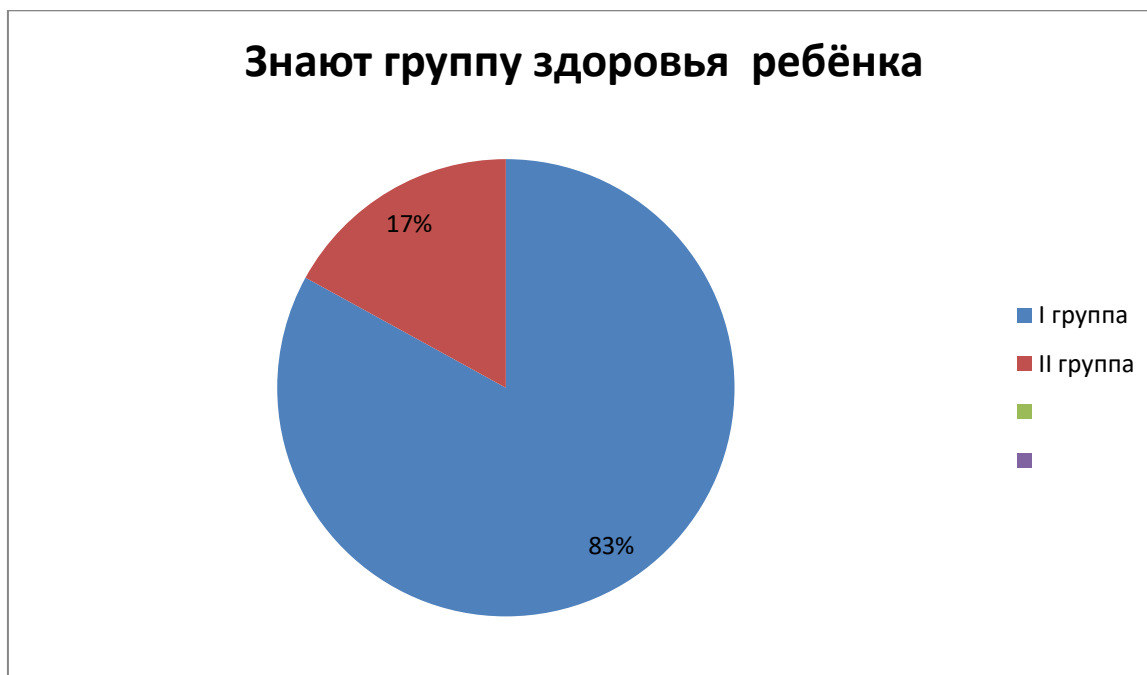
Продолжительность ночного сна вашего ребёнка?



3. Знают группу здоровья ребёнка:

I группа – 83%

II группа– 17%



4. Режим питания ребёнка:

- горячий завтрак дома или в школе - 37%
- завтракает дома, обедает в школе – 49%
- кушает в школе – 9%
- питается как придётся – 9%



5.Количество кружков, секций ребёнка:

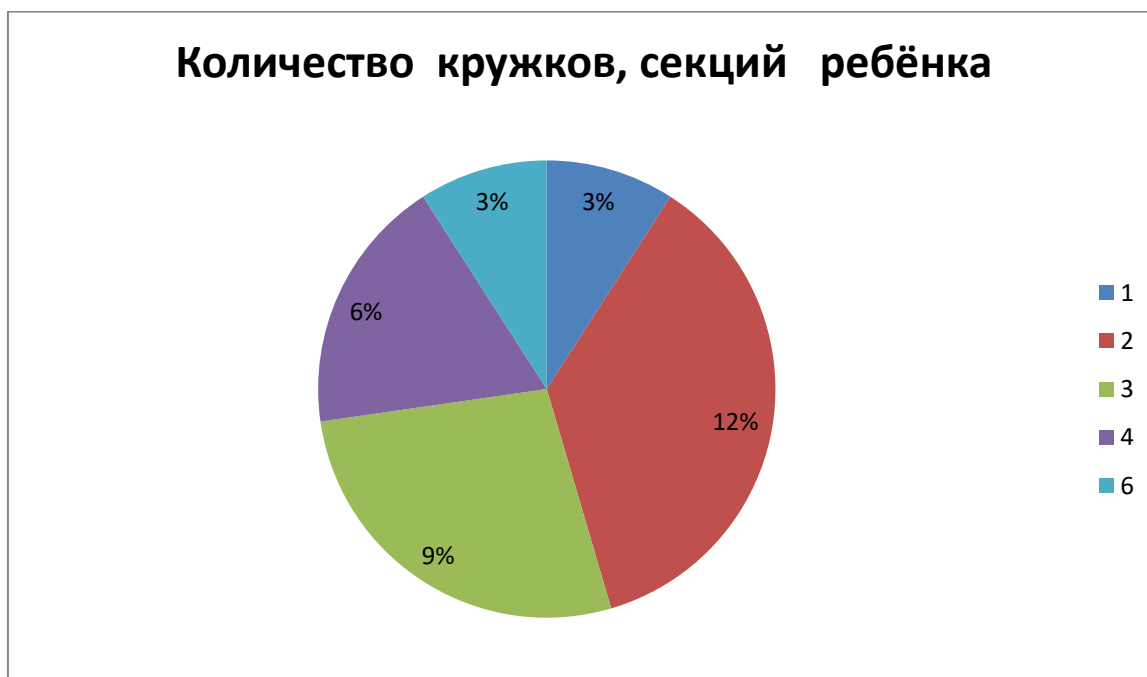
1- 3%

2 – 12%

3 – 9%

4 – 6%

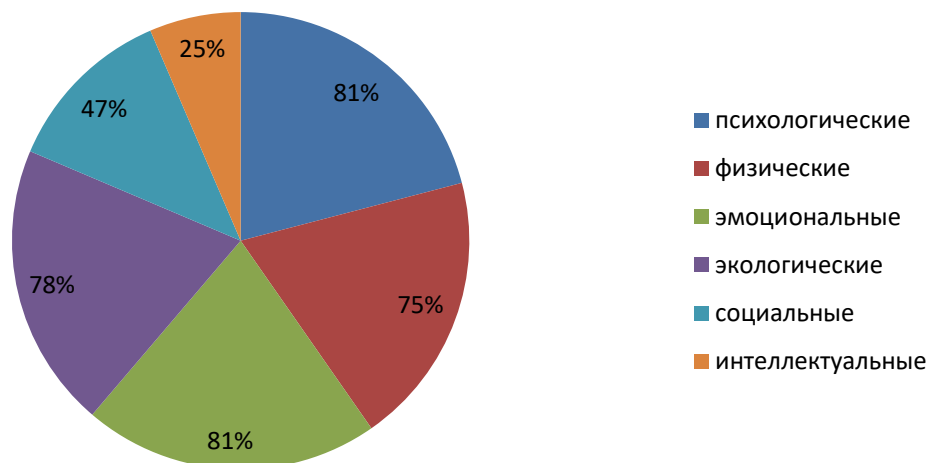
6 – 3%



6. Факторы, влияющие на здоровье детей:

- психологические – 81%
- физические - 75 %
- эмоциональные – 81%
- социальные – 47%
- экологические – 78%
- духовные – 22%
- интеллектуальные- 25%

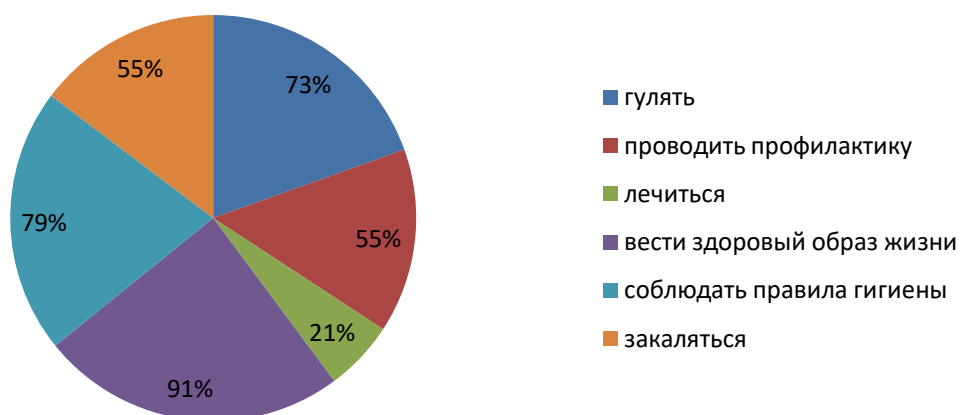
Факторы, влияющие на здоровье детей



7. Чтобы сохранить здоровье ребёнка необходимо:

- гулять – 73%
- проводить профилактику – 55%
- лечиться – 21%
- вести здоровый образ жизни – 91%
- соблюдать правила гигиены – 79%
- закаляться – 55%
- соблюдать режим дня – 85%
- заниматься спортом – 82%
- правильно питаться- 91%

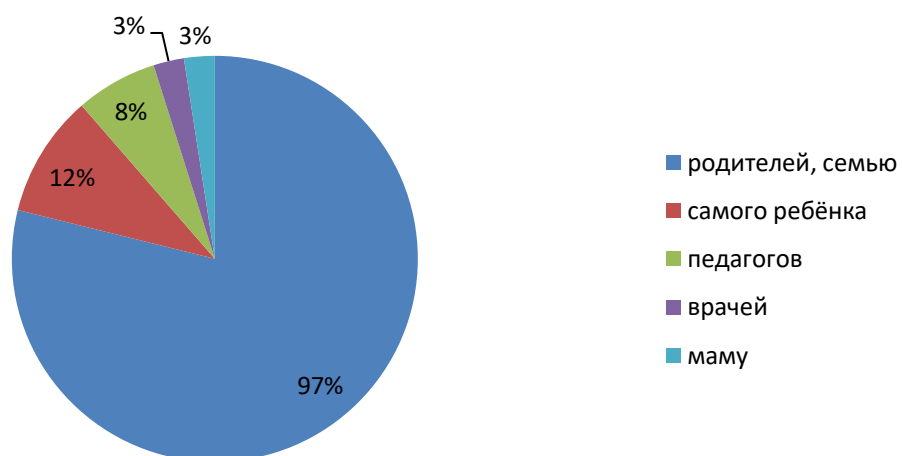
Чтобы сохранить здоровье ребёнка необходимо



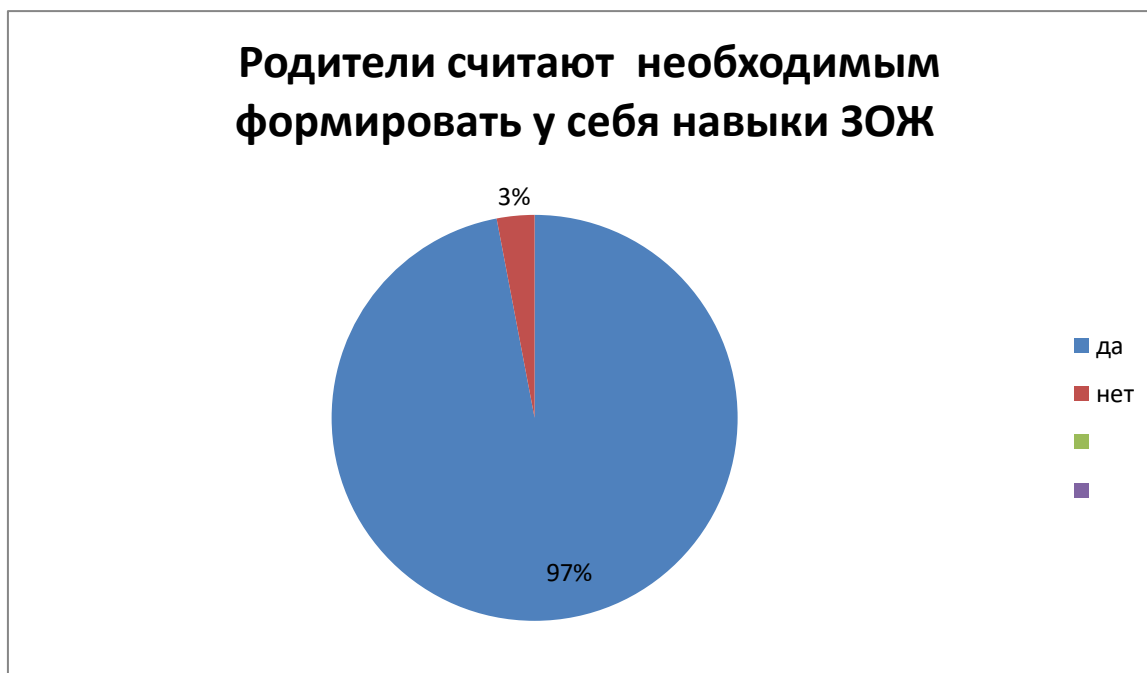
8. Ответственным за здоровье своего ребёнка родители считают:

- родителей, семью – 97%
- самого ребёнка – 12%
- врачей -3%
- педагогов -8%
- маму – 3%

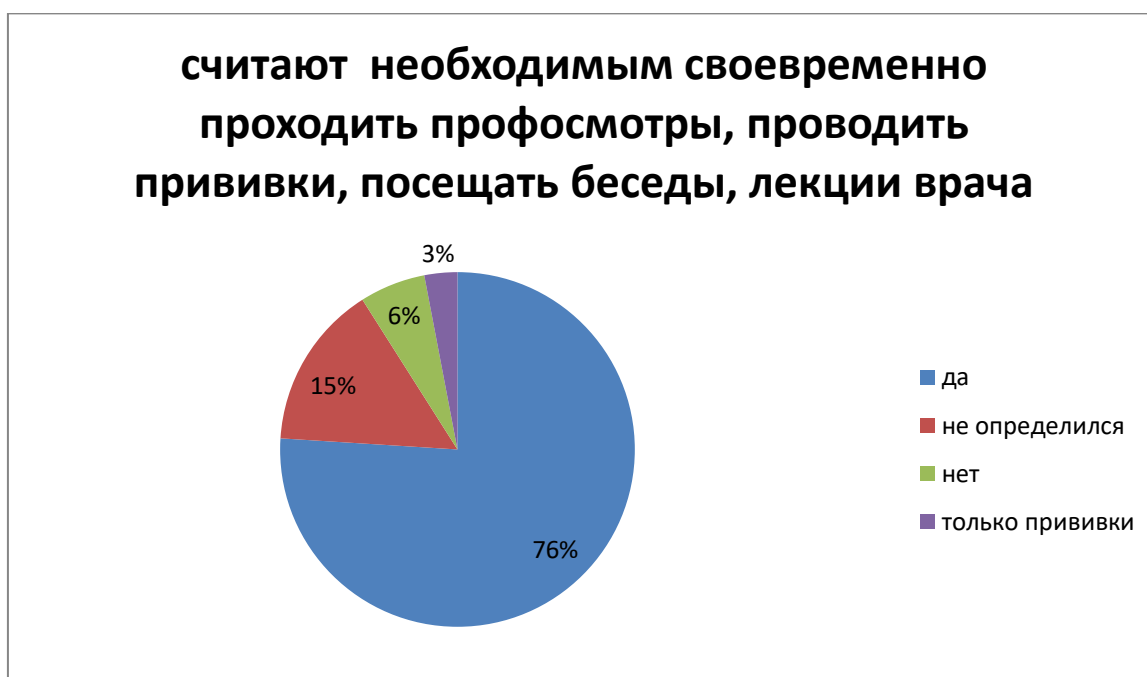
Ответственным за здоровье своего ребёнка родители считают



9. 97% считают необходимым формировать у себя навыки ЗОЖ (рациональное питание, умеренная физическая активность, оптимальный режим дня, отказ от курения, алкоголя)



10.76% считают необходимым своевременно проходить профосмотры, проводить прививки, посещать беседы, лекции врача, 15 % не определились, 3% только проводят прививки, 6% ответили - нет.

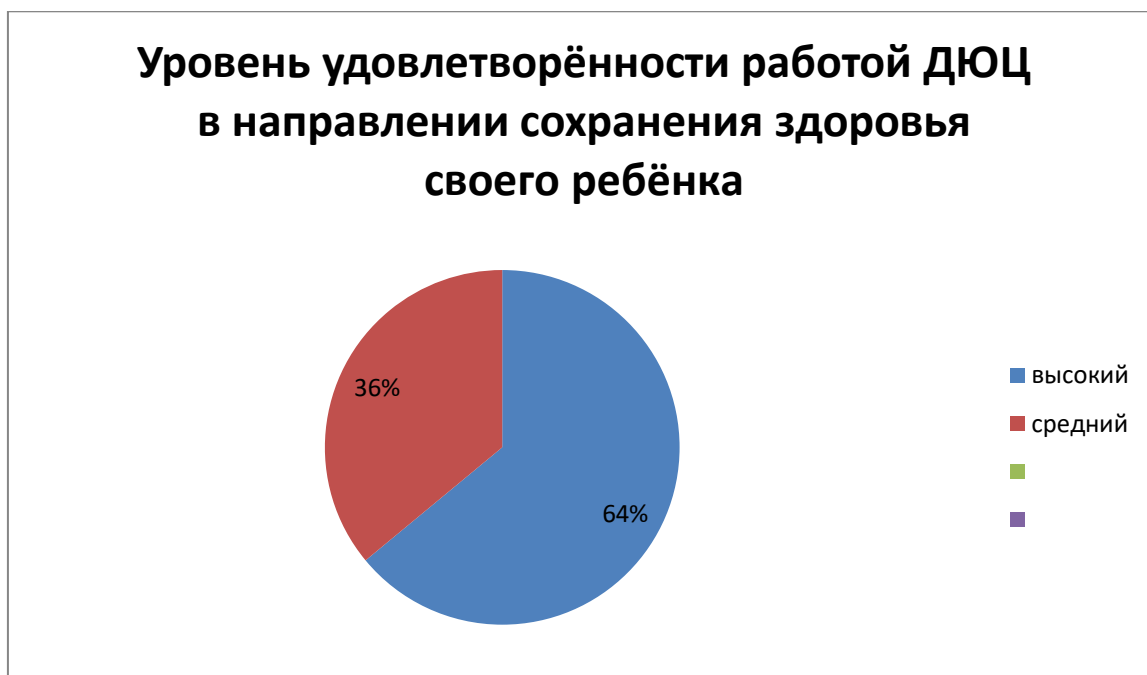


11. Оценка здоровья своего ребёнка:

- 6% считают, что ребёнок здоров;
- 60% ставят 4 балла;
- 33%-5 баллов



12. Уровень удовлетворённости работой ДЮЦ в направлении сохранения здоровья своего ребёнка:



Высокий-64%

Средний – 36%

Вывод: большинство родителей удовлетворены работой ДЮЦ в направлении сохранения здоровья своего ребёнка. 97% считают необходимым формировать у себя навыки ЗОЖ. Необходимо продолжить работу родительского просвещения по вопросам пропаганды здорового образа жизни.

Также, следует учесть, что родители играют огромную роль в сохранении и укрепления здоровья детей. Несомненно, большинство родителей стараются привить ребенку элементарные навыки гигиенической культуры, следят за сохранением его физического здоровья. Однако для осуществления преемственности и формировании привычки к здоровому образу жизни у обучающихся необходима целенаправленная, систематическая совместная работа педагогов и родителей.

Родителям и педагогам следует помнить о своей ответственности за то, чтобы ребенок в процессе роста и получения образования научился заботиться о себе и окружающем мире, сохранять и развивать собственное здоровье как ресурс на всю дальнейшую жизнь..

Рекомендации: продолжать работу по формированию активного отношения детей к своему здоровью, здоровому образу жизни, желание помогать себе и другим людям в его соблюдении, расширять кругозор в сфере здоровья и здорового образа жизни у обучающихся.

Можно выделить общие задачи сохранения здоровья обучающихся:

1. Научить детей определять свое состояние и ощущения.
2. Сформировать активную жизненную позицию.
3. Сформировать представления о своем теле, организме.
4. Учить укреплять и сохранять свое здоровье.
5. Понимать необходимость и роль движений в физическом развитии.
6. Обучать правилам безопасности при выполнении физических упражнений и различных видов деятельности.
7. Уметь оказывать элементарную помощь при травмах.
8. Формировать представления о том, что полезно и что вредно для организма.