

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 21» г. Перми

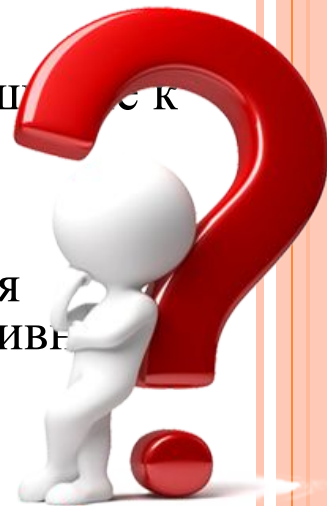
**Самооценка текущего состояния здоровья
по результатам анализа объективных и
субъективных показателей**



Руководитель:
Россошных Л. Ф.

Цель: ОЦЕНИТЬ СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ, ИСПОЛЬЗУЯ СУБЪЕКТИВНЫЕ И ОБЪЕКТИВНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ОРГАНИЗМА; ПОМОЧЬ ОСОЗНАТЬ ПОДРОСТКАМ, ЧТО ИХ ЗДОРОВЬЕ ЗАВИСИТ ОТ ОБРАЗА ЖИЗНИ, ОТСУТСТВИЯ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК.

- 1
 - Изучить литературу по данной теме, выразить свое отношение к понятию «здоровье», «здоровый образ жизни».
- 2
 - Провести исследование «самооценка текущего состояния здоровья по результатам анализа объективных и субъективных показателей»
- 3
 - Провести анкетирование на тему внеучебной занятости учащихся 5а класса, определить процент учащихся, занятых в кружках спортивно - оздоровительного направления



ПРЕДМЕТ, ОБЪЕКТ, МЕСТО ИССЛЕДОВАНИЯ



Предмет – показатели здоровья
учащихся 5 класса

Объект - учащиеся 5а класса (21
человек)

Место проведения - школа

Методы - анкетирование,
сравнительный, статистический



- Факторы,
- влияющие на здоровье
 - Химические
 - Генетические
 - Природные
 - Физические
 - Образ жизни, здравоохранение
 - Экологические
 - Биологические

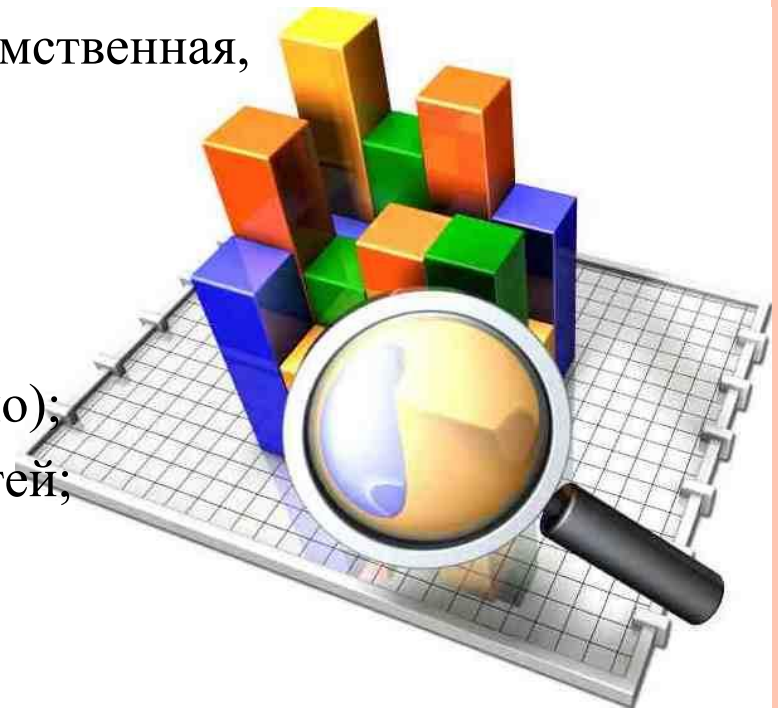


ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА

«САМООЦЕНКА ТЕКУЩЕГО СОСТОЯНИЯ ТЕКУЩЕГО СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ АНАЛИЗА ОБЪЕКТИВНЫХ И СУБЪЕКТИВНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ»

Показатели:

- Состояние кожных покровов и их образований (волос, ногтей);
- Оценка самочувствия;
- Определение работоспособности (умственная, физическая);
- Сон;
- Настроение;
- Appetit;
- Состояние иммунитета (субъективно);
- Оценка адаптационных возможностей;
- Определение массы тела.

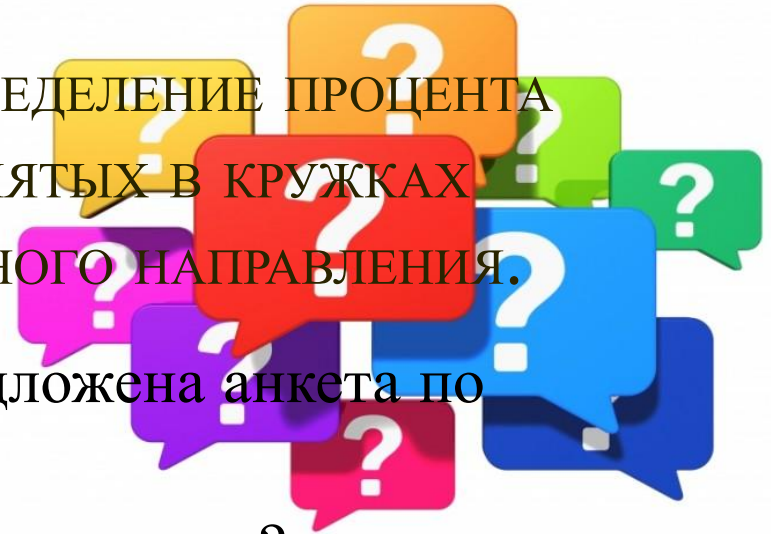


АНАЛИЗ УРОВНЯ ЗДОРОВЬЯ

- Средний уровень
 - Это 38,1 %
 - 8 чел.
- Высокий уровень
 - +
 - Это 61,9 %
 - 13 чел.



АНКЕТИРОВАНИЕ. ТЕМА: ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПРОЦЕНТА
УЧАЩИХСЯ 5А КЛАССА, ЗАНЯТЫХ В КРУЖКАХ
СПОРТИВНО — ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО НАПРАВЛЕНИЯ.




Ученикам моего класса была предложена анкета по следующим вопросам:

- Какую секцию или кружок вы посещаете?
- Сколько времени в неделю занимает кружок или секция?
- С какого возраста вы посещаете кружок или секцию?
- Чем вас привлекает данное времяпровождение?
- Как часто в году вы болеете простудными заболеваниями?



Направления кружков и секций	Мальчики (чел.)	Девочки (чел.)	%
В области искусств	-	6	28,6
Физкультурно-оздоровительные	5	5	47,6
Не посещают кружки	2	3	23,8
Сумма	7	14	100



Заклучение

*Береги платье с нову,
а здорovie смолоду.*



Спасибо за внимание!

