

Анализ работы по формированию здорового образа жизни у учащихся за 2025–2026 учебный год

В 2025–2026 учебном году в школе проводилась систематическая работа по формированию у учащихся навыков здорового образа жизни, сохранению и укреплению здоровья, профилактике заболеваний и вредных привычек, а также развитию физической активности.

Работа осуществлялась в соответствии с планом по пропаганде здорового образа жизни и была направлена на формирование у школьников ответственного отношения к своему здоровью, повышение уровня санитарно-гигиенической грамотности и воспитание потребности в активном и здоровом образе жизни.

Основные направления работы

В течение учебного года были реализованы следующие направления:

- Формирование ценностного отношения к здоровью. В сентябре проведены классные часы «Здоровый образ жизни – основа будущего», беседы о личной гигиене и режиме дня.
- Профилактика заболеваний. Проведены информационные часы по профилактике инфекционных заболеваний, профилактике ОРВИ, гриппа и COVID-19, а также беседа ко Всемирному дню борьбы с туберкулёзом.
- Формирование культуры правильного питания. Проведена беседа «Пирамида правильного питания», направленная на расширение знаний учащихся о рациональном и сбалансированном питании.
- Физкультурно-оздоровительная работа. Организованы спортивно-игровые соревнования «Весёлые старты», соревнования по волейболу и настольному теннису, весенний кросс, итоговые спортивные соревнования, а также турнир по волейболу среди учащихся и молодёжи.
- Профилактика вредных привычек. Проведены беседы о вреде наркотиков и алкоголя, организован просмотр социального видеоролика «К чему ведут наркотики?». Работа была направлена на формирование отрицательного отношения к употреблению психоактивных веществ.
- Формирование позитивных социальных установок. Классные часы и профилактические мероприятия способствовали развитию ответственности учащихся за собственное здоровье и поведение.
- Организация досуга. Фестиваль «Здоровье» и спортивные мероприятия способствовали укреплению здоровья, развитию физической активности, сплочённости и организации полезного досуга школьников.
- Работа с родителями. В течение года проводились разъяснительные беседы для родителей по вопросам здорового образа жизни, профилактики заболеваний и вредных привычек.

Результаты работы

Проведённые мероприятия носили комплексный характер и охватывали основные составляющие здорового образа жизни: физическую активность, рациональное питание, личную гигиену, профилактику заболеваний, предупреждение вредных привычек и организацию полезного досуга.

Учащиеся получили дополнительные знания о необходимости соблюдения режима дня, правил личной гигиены, правильного питания и двигательной активности. Спортивные мероприятия способствовали повышению физической активности учащихся, развитию выносливости, командного взаимодействия и интереса к занятиям спортом.

Профилактические беседы и информационные мероприятия способствовали повышению осведомлённости учащихся о последствиях употребления алкоголя и наркотических веществ, а также о способах предупреждения инфекционных заболеваний.

Важным положительным моментом является участие в работе медицинского работника, учителей физической культуры, классных руководителей, администрации школы и заместителя директора по воспитательной работе. Это позволило осуществлять работу по формированию ЗОЖ на разных уровнях образовательного и воспитательного процесса.

Выводы

В целом работу по формированию здорового образа жизни среди учащихся за 2025–2026 учебный год можно признать целенаправленной и систематической.

Поставленные задачи в основном выполнены. План мероприятий охватывал учащихся различных возрастных групп и включал как информационно-просветительские, так и практические физкультурно-оздоровительные мероприятия.

Вместе с тем формирование устойчивой привычки к здоровому образу жизни требует постоянной и последовательной работы. Однократные беседы и мероприятия не всегда обеспечивают длительное изменение поведения учащихся, поэтому необходимо продолжать профилактическую работу в течение всего учебного года.

Рекомендации

1. Продолжить систематическую работу по формированию у учащихся устойчивой мотивации к здоровому образу жизни.
2. Увеличить количество практических спортивных мероприятий, подвижных игр, соревнований и дней здоровья.
3. Продолжить профилактику употребления алкоголя, табака, наркотических и других психоактивных веществ с учётом возраста учащихся.
4. Регулярно проводить беседы о правильном питании, режиме дня, личной гигиене, сне и двигательной активности.
5. Активнее использовать современные формы профилактической работы: видеоролики, интерактивные занятия, викторины, тренинги и тематические акции.
6. Усилить взаимодействие школы с родителями по вопросам формирования здоровых привычек и профилактики вредного поведения.
7. Продолжить сотрудничество классных руководителей, медицинского работника, учителей физической культуры и администрации школы.
8. Проводить мониторинг отношения учащихся к здоровому образу жизни и уровня их вовлечённости в спортивные и оздоровительные мероприятия.
9. Особое внимание уделять учащимся, имеющим низкую физическую активность, и вовлекать их в доступные формы спортивно-оздоровительной деятельности.
10. Продолжить работу по организации содержательного и полезного досуга учащихся во внеурочное время.

Общий вывод: работа школы по пропаганде здорового образа жизни имеет положительную направленность и способствует формированию у учащихся знаний, навыков и ответственного отношения к сохранению собственного здоровья. В следующем учебном году целесообразно сохранить основные направления работы и дополнить их более активными, практико-ориентированными и интерактивными формами.

Заместитель директора по ВР: Куницкая Г.О.