

**Родительский лекторий
«Диалоги о воспитании»**

Н.М. Севрюгина



В минувшем учебном году я начала работать в 1-м классе при ДОО по системе «Школа 2100». Большое внимание уделяю вопросам здоровья детей. Мы живем на Севере, поэтому эта проблема для нас особенно актуальна. Из 25 учеников в классе лишь один (!) ребенок оказался относительно здоровым. Хочу поделиться с коллегами некоторыми своими наработками. Предлагаю конспект первой встречи с родителями на лектории «Диалоги о воспитании», который я стала вести с самого начала года. Провожу его в форме мастерской знаний. Мне очень нравится, что родители принимают в разговоре активное участие, приводят примеры из своей жизни, делятся друг с другом своим мнением, опытом.

Ваш журнал уже не раз печатал материалы о работе с родителями. Мне показали интересные родительские собрания, разработанные Н.М. Метеновой из г. Ярославля, Л.М. Когут, учительницей из г. Мончегорска. Возможно, и моя работа будет кому-то полезна.

Тема:

**«Кто мы? Какие мы – родители?
Как воспитать здорового ребенка?»**
(Встреча 1-я)

Цели лектория:

- помочь родителям осознать свою роль в воспитании и развитии ребенка;
- развивать у родителей интерес к себе как к педагогам-воспитателям;
- помочь осознать, что такое здоровье. Найти причины нездоровья детей, в том числе наших, северных детей;
- наметить пути сохранения и укрепления здоровья в школе и дома (здоровья и взрослых, и детей).

Подготовить: кассету с записью песни «Родительский дом», магнитофон, карточки с изображением девочки и мальчика, чистые листки (30х6), фломастеры.

На доске: записана общая тема лектория, а тема данного занятия закрыта, она будет открываться постепенно. Записан эпиграф:

«Счастлив тот, кто счастлив у себя дома» (Л.Н. Толстой).

1. Звучит песня «Родительский дом».

2. Вступительное слово.

– Благодарю вас за то, что пришли.. На лектории «Диалоги о воспитании» мы будем пополнять свои знания по вопросам воспитания и развития детей, знакомиться с педагогической литературой, со взглядами известных людей на воспитание. Мы будем с вами делиться опытом, обсуждать интересные вас вопросы. И, конечно же, мы будем учиться разумно выстраивать отношения с ребенком, учиться правильному общению в семье между взрослыми, чтобы создать благоприятную среду для жизни ребенка, для формирования его правильного поведения.

– Всем известна многодетная семья Никитиных. Очень часто Борис Никитин выступал на встречах с разной аудиторией. И всегда он задавал людям такой вопрос: «А талантливые ли вы родители?» Тем самым он подчеркивал важность роли родителей в формировании Человека. Он ставил семейное воспитание на первое место. Важно, чтобы в первую очередь человек был счастлив дома. Прочитайте

слова Л.Н. Толстого, записанные на доске. Я с ним совершенно согласна. А вы?

3. Ассоциации.

а) Напишите или нарисуйте, что вы представляете, когда я произношу слово «дом».

б) А теперь представьте, что вы – это ваш ребенок. Подумайте, а что бы он мог нарисовать или написать в данном случае? Итак, дети, напишите, что вы представляете, когда я произношу слово «дом».

– А теперь я обращаюсь ко взрослым: кто желает поделиться своими ощущениями, что же для вас такое ваш дом?

– А вы, дети, что себе представили?

– Уважаемые родители, вот сейчас, когда вы писали, что вы чувствовали?

Родители делятся своими впечатлениями.

Можно по ходу беседы спросить:

– Когда вы писали в роли детей, вам нравился ваш дом? Хотели бы вы остаться в нем или вам захотелось уйти? Тепло ли вам было? Радостно ли?

– Когда вы были уже в своей роли, не хотелось ли что-нибудь изменить? Или добавить?

Вывод. Давайте постараемся, чтобы для вас самих и ваших детей ваш дом был самым родным, уютным, желанным местом.

4. «Ребенок учится тому, что видит у себя в доме».

– Ребенок рождается в семье. Быт, стиль отношений между взрослыми уже сложились. Каждый знает свои обязанности, каждый играет в семье свою роль. Ваш ребенок уже прожил здесь более 6 лет. Подумайте и напишите, кем вы являетесь в своей семье, в жизни?

– Кто желает прочитать о себе? А рассказать?

– Выберите, пожалуйста, из того, что прозвучало, три самые важные роли, которые должны играть родители. Важные с точки зрения семейного воспитания:

- мать и отец;
- жена и муж;

– труженица, труженик (или просто работник).

5. Работа по группам.

Рекомендую посадить родителей за отдельные столы в соответствии со схемой:



а) Самоконструкция.

Задание выполняется индивидуально. Распределите эти три роли в порядке их значимости с точки зрения воспитания. Вы, конечно, понимаете, что это чисто условное деление.

б) Социоконструкция.

Задание выполняется в группах. То же. Поделитесь своими мыслями и выработайте общую точку зрения, если это возможно.

в) Социализация.

Выступления от каждой группы. Озвучьте свои решения, выскажите свои мнения, если они не совпадают с общей точкой зрения в вашей группе.

г) Афиширование.

На доске под картинками с изображениями девочки и мальчика представители от групп вывешивают карточки, на которых они работали. Например:

Жена
Мать
Труженица

д) Разрыв.

Внутреннее осознание участниками мастерской неполноты или несоответствия своих знаний представленному или отстаивание своего мнения с опорой на опыт или научный источник.

Такая же работа ведется по обсуждению роли мужчины в семейном воспитании. На доске вывешиваются карточки.

Итак:

1) Мы с вами проанализировали, почувствовали свою роль в воспитании ребенка.

2) Мы пришли к выводу, что воспитание ребенка начинается в семье и зависит от уклада жизни в семье, атмосферы, отношений, звучащей речи, культуры, образа жизни всех и каждого члена семьи.

6. Самостоятельная работа.

– А теперь подумайте и напишите, каким вы хотите видеть своего ребенка (5–6 качеств).

Работа идет по такому же плану – сначала индивидуально, потом в группах. На доске появляются карточки, например:

	
Здоровый	Здоровый
Умный	Счастливый
Удачливый	Добрый
Добрый	Общительный
Счастливый	Умный

Итак, здоровье мы, конечно же, поставим на первое место. Без здоровья человеку трудно достичь каких-то вершин.

7. Статистика.

– Я познакомлю вас с некоторыми цифрами из статистических данных.

- Среди 197 стран мира Россия находится на 68-м месте по уровню здоровья.
- По продолжительности жизни мужчины России на 135-м месте, а женщины – на 100-м месте.
- 86% родов проходит с патологией.
- У 45% девочек 13–14 лет отмечаются пониженные физические кондиции (деакселерация).
- В России 5–6% здоровых детей (по данным проф. Кучмы, директора НИИ гигиены).
- Данные о детях 6–7 лет:
 - у 12–19% выраженная форма психических расстройств;
 - 30–40% детей – группа риска по развитию психических заболеваний;

– 65% детей, у которых календарный возраст отстает от биологического (все физиологические процессы в организме детей отстают от их физического развития);

– каждый 5-й ребенок имеет дефицит массы тела.

Вторая часть нашей встречи посвящается этой важной теме.

Здоровье. Что это такое? Почему мы бываем нездоровы? Как сохранить и укрепить здоровье наше и наших детей?

8. Беседа-диалог.

– Какого человека мы называем здоровым?

– Кто считает себя достаточно здоровым человеком?

– Может ли здоровый человек приболеть, простудиться? (Чем это состояние отличается от состояния болезненного человека?)

– Может ли здоровый человек рассердиться, расстроиться или заплакать? (Но чем он при этом отличается от болезненного человека?)

Вывод. Здоровье – это не только отсутствие болезней, но и состояние полного физического, психического и социального благополучия, при котором человек, например, умеет быстро восстанавливать душевное равновесие после стрессовых ситуаций и др.

9. Что понимают под здоровьем?

В ходе рассказа на доске появляется запись:



Краткое содержание рассказа учителя:

Физическое здоровье связано с телом, с физическим развитием, координацией движений, двигательной активностью ребенка, а также с физиологическими процессами, такими как дыхание («Дыши носиком», – говорим мы ребенку), питание («Не кушай на ночь»), сон («Спи на правом боку») и т.д.

Психическое здоровье связано с состоянием нервной системы, с разви-



тием психологических процессов, таких как память, внимание, воображение, речь, мышление и т.д.

Социальное здоровье связано с образом жизни. Это отношения с окружающими людьми, отношения в семье.

Отдельно я бы еще выделила **духовно-нравственное благополучие**, которое заключается в умении управлять своими мыслями и поступками («Не делай зла»).

8. Причины нездоровья.

Работа в группах. Подумайте, запишите причины нездоровья людей.

Социализация и афиширование работ, обсуждения.

Условно распределяем причины нездоровья по группам. Например:

Физическое нездоровье:

- родовая травма;
- наследственность;
- невыполнение гигиенических правил;
- некачественное, неполноценное питание;
- низкий доход семьи;
 - несоблюдение режима прививок и т.д.

Психическое нездоровье:

- отрицательная роль СМИ (войны, негатив новостей, убийства и т.д.);
- бытовые факторы (синтетика, аэрозоли, краски и т.д.);
- падение уровня жизни, вследствие чего возрастает нервное напряжение, раздражительность.

Социальное нездоровье:

- разрушение семейных устоев и ослабление семьи;
- падение нравственности.

Добавляю:

– Одной из важных причин нездоровья являются природные факторы Крайнего Севера:

- суровый ветровой режим в течение года;
- высокая влажность (более 75%) в сочетании с сильными ветрами и частые осадки;
- недостаток ультрафиолетовых лучей, что приводит к нарушениям в развитии костно-мышечной и иммунной систем;
- частые и резкие перепады атмосферного давления;
- особенности северного ландшафта, вызывающего эмоциональный голод, а в период полярной ночи – склонность к депрессии;
- своеобразный фотопериодизм (периоды полярной ночи и полярного дня).

Эти факторы создают экстремальные, дискомфортные условия проживания. В таких обстоятельствах наша задача – создать оптимальные условия для формирования и сохранения здоровья детей и взрослых.

Статистика. В ходе последних научных исследований выявлены четыре основных фактора, от которых зависит здоровье человека. Это:

- Медицина.
- Экология.
- Наследственность.
- Образ жизни.

Задание: распределите, сколько, по вашему мнению, процентов составляет доля каждого из этих факторов.

Родители высказывают свои мнения, предположения, объясняют свою

точку зрения. Затем я представляю данные статистики:

- Медицина – 10%.
- Экология – 20%.
- Наследственность – 20%.
- Образ жизни – 50%.

9. Что делать? Как решить эту проблему, если так много зависит от нас самих?

А. Родители предлагают, я обобщаю:

- увеличить двигательную активность (бег, ходьба, прогулки, аэробика, лыжные выходы в лес и т.д.);
- установить режим для ребенка;
- полноценное питание;
- баня, сауна, бассейн;
- массаж;
- фитотерапия;
- проветривание, влажная уборка помещений;
- создание условий для ребенка (своя комната или уголок);
- ограничение просмотра телепередач, игр на компьютере и т.д.;
- семейный уют, дружеские отношения в семье;
- эстетические экскурсии в лес, в музеи, на концерты, в театр и т.д.;
- привитие гигиенических навыков;
- выезд с детьми на юг или в среднюю полосу и т.д.

Б. Что делает в этом направлении школа?

Рассказывает учитель:

- Валеологизация процесса обучения в школе. Ведение кружка «Азбука здоровья» под девизом «Мы на Севере живем, мы здоровье бережем». Каждую пятницу проводится день здоровья, спортивный час. Для желающих один раз в неделю проводятся занятия кружков «Флористика», «Хозяюшка», танцевального, театрального.

Валеопause. Проведение с родителями массажа для ушей, гимнастики для глаз на тренажере Базарного.

Учитель рекомендует пройти с детьми консультации у врачей – окулиста, отоларинголога, хирурга.

В. Что делает в этом направлении детский сад?

Рассказывает воспитатель.

10. Рефлексия. Обмен мнения-

ми об увиденном, услышанном, прочувствованном.

– Доктор психологических, медицинских, философских наук Петренко утверждает, что невозможно научить человека любить Землю, не научив его любить и беречь себя. Согласны ли вы с этим утверждением?

11. Завершение беседы. Следующее занятие нашей родительской мастерской состоится в декабре. Мы продолжим диалог о семейном воспитании. Тема «Гармоничное общение с ребенком – залог психоэмоционального здоровья детей». Мы будем учиться разумно выражать свои эмоции, делать замечания, правильно хвалить ребенка. Я думаю, побеседовать на эту тему нам будет интересно и полезно.

12. Выставка литературы.

– Сегодня в нашей родительской мастерской работает выставка литературы, посвященная проблемам сохранения здоровья детей и их воспитания в семье. Ознакомьтесь, пожалуйста, с этими книгами.

Звучит музыка.

Литература

1. *Кружилина Т.В.* Педагогизация сознания родителей учащихся общеобразовательной школы // Начальная школа плюс До и После. 2002. № 10.
2. *Кузнецова В.М.* Минуты здоровья. – Мурманск: НИЦ, 2001.
3. *Ладыженская Т.А., Ладыженская Н.В.* Уроки риторики в школе. – М.: Баласс, 2000.
4. *Мазуревич В.И.* Истоки здоровья школьников на Крайнем Севере. – Мурманск, 1994.
5. *Степанова Г.В.* Педагогические мастерские. Поиск. Практика. Творчество. – СПб., 2000.
6. «Якорек». Будем здоровы. Система оздоровительной работы. – Снежногорск, 2000.

Надежда Михайловна Севрюгина – учитель начальных классов средней школы, п. Молочный Кольского района Мурманской обл.