

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области основная общеобразовательная школа
пос.Шумовский муниципального района Большечерниговский
Самарской области

Доклад

**«Взаимодействие семьи и школы по формированию ЗОЖ
младшего школьника»**

Подготовила: учитель
начальных классов
Власова С.Ю.

п.Шумовский, 2018г.

Взаимодействие семьи и школы по формированию ЗОЖ младшего школьника

« Семья и школа – это берег и море. На берегу, ребенок делает свои первые шаги, получает первые уроки жизни, а потом перед ним открывается необозримое море знаний, и курс в этом море прокладывает школа. Это не значит, что он должен совсем оторваться от берега...»

Л. А. Кассиль

Школьный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ребёнок проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируются характер, отношение к себе и окружающим. Очевидна значимость формирования у детей определенной базы знаний и практических навыков здорового образа жизни, потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Использование новых технологий позволяет сформировать основы здорового образа жизни. Одновременно с использованием инновационных технологий важнейшим фактором воздействия на личность ребенка является атмосфера родственных эмоциональных связей. Родительская любовь обеспечивает детям эмоциональную защиту и психологический комфорт, дает жизненную опору, а любовь и беспредельное доверие ребенка к родителям делают его особо восприимчивым к их воздействию. Очевидно, что семья и школа, имея свои особые функции, не могут заменить друг друга и должны взаимодействовать во имя полноценного развития ребенка.

А.С. Макаренко обращаясь к родителям воспитанников, говорил:

“...Вы родили и воспитываете сына или дочь не только для вашей родительской радости. В вашей семье и под вашим руководством растёт будущий гражданин, будущий деятель и будущий борец, ... всё, что совершается в стране, через вашу душу и вашу мысль должно переходить к детям.”

Задача учителя – убедить в этом родителей, и совместными с родителями усилиями сформировать здоровую, гармоничную личность ребенка, способную в будущем стать успешным человеком.

Психологи и педагоги установили, что самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребёнок значительную часть времени проводит в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям.

Здоровый образ жизни — это радость для больших и маленьких в доме, но для его создания необходимо соблюдение нескольких условий.

Одно из важнейших — создание благоприятного морального климата в семье, что проявляется в доброжелательности, готовности простить и понять, в заботе о здоровье членов семьи.

Второе условие — тесная, искренняя дружба детей и родителей, их постоянное стремление быть вместе, общаться, советоваться.

Третье условие — повышенное внимание к состоянию здоровья всех членов семьи.

Создание благоприятного морального климата и здорового образа жизни семьи обеспечивается и за счёт совместного участия детей и родителей в разнообразных делах.

Основная задача классного руководителя (общая с родителями) создать условия для свободного развития физических и духовных сил учеников, руководствуясь интересами детей и их возрастными потребностями, защитить от всех неблагоприятных факторов, мешающих этому. Поэтому на первое место в своей работе я выношу проблемы физического и психического здоровья учащихся, поскольку именно от качества здоровья ребёнка зависят успехи в учёбе и уровень его общего развития.

Всю работу по формированию у учащихся навыков здорового образа жизни нужно строить в тесном контакте с родителями.

Работа с семьёй вести по следующим направлениям:

1. Привлечение родителей к обучению детей здоровому образу жизни (проведение тематических родительских собраний и конференций) в том числе и с приглашением специалистов (врачей, учителей, работников ГАИ, психолога, социального педагога); индивидуальные беседы, приглашения на открытые уроки и классные часы, инструктажи по организации закаливания в семье и т.д.).
2. Приучение школьников (сначала с помощью родителей, а затем – самостоятельно) к самонаблюдениям и самоконтролю за своим здоровьем.
3. Участие в конкурсах и выставках (поделок, стихотворений, плакатов «Будь независимым, скажи наркотикам «НЕТ», «Разговор о правильном питании»).
4. Организация досуга учащихся и собственного (дни здоровья, соревнования, помощь в проведении мероприятий летнего оздоровительного отдыха).
5. Проведение совместных праздников.

На родительских собраниях после медицинского осмотра учеников предоставлять информацию врачей о здоровье учащихся, их рекомендации по укреплению здоровья.

На родительском лектории прорабатывать темы:

1. *Роль семьи в формировании навыков здорового образа жизни.*
2. *Физическое воспитание детей в семье.*
3. *Режим дня и его значение для здоровья младших школьников.*
4. *Основы здорового питания.*
5. *Предупреждение несчастных случаев (бытовых травм, дорожно-транспортных происшествий).*
6. *Профилактика вредных привычек.*
7. *Формирование у детей навыков личной гигиены.*

Проводить индивидуальные и групповые консультации «Здоровье» для родителей, совместные занятия оздоровительной физкультурой для детей и родителей, спортивно-развлекательные праздники.

Участвуя в различных праздниках, родители имеют возможность наблюдать своего ребёнка в коллективе сверстников, сравнивать его физическую подготовку с подготовкой других детей. Они видят, какую радость и пользу приносят ребёнку динамические игры, состязания.

Весёлая атмосфера Дней здоровья передаётся и взрослым, способствует пробуждению у них интереса к общению со своими детьми.

Повышению активности родителей способствуют дни открытых дверей, где предоставляется возможность присутствовать на утренней гимнастике, физкультурных занятиях, занятиях в бассейне.

Родители — хорошие помощники при подготовке и проведении практических занятий по здоровому образу жизни.

О наличии у родителей интереса к классным делам может говорить тот факт, что всё большее количество мам и пап принимает активное и непосредственное участие в организации и проведении спортивных праздников, игр, экскурсий, походов вместе с детьми.

Для обеспечения нормального физического здоровья младших школьников можно с родителями работать по следующим направлениям:

1. Просвещение детей по программе «Полезные привычки». Цель этой программы – формирование навыков ответственного поведения и формирование здоровых установок, негативное отношение младших школьников к употреблению табака, алкоголя. К осуществлению этой деятельности обязательно привлекать родителей. Для этого на родительских собраниях составлять памятки для детей, которые содержат краткую информацию по здоровому образу жизни детей, предупреждению употребления табака, алкоголя и других психотропных и наркотических веществ. Они дополняют и развивают знания и навыки, формируемые учителем на уроках здоровья, позволяют установить атмосферу подлинного диалога, взаимопонимания между взрослыми и детьми.

2. Организация и совместное проведение свободного времени детей и родителей.

Дети, имеющие в дошкольном или младшем школьном возрасте нарушения эмоционально-волевой сферы, дети, не получившие вовремя психолого-педагогической помощи, имеют ряд проблем в обучении и социализации.

С замкнутыми и необщительными детьми проводить доверительные беседы, создавать ситуации успеха, вовлекать в коллективную деятельность, поощрять и стимулировать деятельность на уроках.

Родителям советовать вовлекать детей в значимые семейные дела, больше времени уделять детям, помогать преодолевать трудности.

Одно из нарушений поведения — детская агрессивность, причины которой социальные.

С такими детьми нужно выбирать стиль общения. Иногда нужно привлекать детей к интересной, значимой деятельности.

Информация врачей о здоровье школьников на классных и общешкольных родительских собраниях, их рекомендации по укреплению здоровья, индивидуальные и групповые консультации «Здоровье», совместные занятия оздоровительной физкультурой для детей и родителей, спортивно-развлекательные праздники «Папа, мама, я — здоровая семья», «Вместе с сыном, вместе с дочкой» — все эти мероприятия повышают роль семьи в формировании навыков здорового образа жизни и способствуют укреплению здоровья.

Один из важных компонентов в системе физического развития школьников — организация правильного, научно-обоснованного и рационального питания. Крайне обременительны для органов пищеварения чрезмерные порции еды и редкое питание (например, совмещение обеда и ужина). Частота приёма пищи — немаловажный фактор профилактики болезней желудочно-кишечного тракта.

Планируя занятия, надо придерживаться трёх направлений: давать учащимся необходимые знания, формировать у них навыки здорового питания; предупреждать отравления, желудочно-кишечные заболевания, другие несчастные случаи, связанные с питанием.

Занятия можно проводить в различных формах. Наиболее результативными могут быть тематические занятия «Родники здоровья в чашке», «Всякая ли пища полезна?», «В овощах силы велики», «Незнакомая еда со всего света», «Хлеб — всему голова» в форме устного журнала.

Почти на каждом занятии нужно использовать дидактические и сюжетно-ролевые игры «Полезно—вредно», «Можно—нельзя», «Правильно—неправильно», «Где скрываются белки?», «Какого цвета витамин А?», «Где прячется витамин С?».

Необходимо проводить индивидуальные беседы с родителями тех детей, которые плохо ели в школьной столовой, приносили в школу чипсы, сухарики, конфеты.

Основные правила укрепления здоровья — постепенность, систематичность, учёт индивидуальных особенностей, ритмичность. Уточнить и глубже осознать изученное ранее помогает возвращение к этому вопросу на классных часах «Если хочешь быть

здоров — закаляйся», «Опасные «подарки» солнца», «Твои успехи в укреплении здоровья».

Можно уделять внимание домашним заданиям, предполагающим совместную работу с родителями. Родителям дети рассказывают о том, что нового они узнали об органах кровообращения, заболеваниях крови, сосудов и сердца, о мерах по их профилактике и т.д.

Детям родители объясняют смысл каких-то выражений, высказываний, пословиц, показывают домашнюю аптечку, лекарственные растения.

Родители помогают детям построить режим дня, организовать правильное питание.

Главное в формировании здорового образа жизни, это не слова, а практический результат. Поэтому повышение уровня культуры здоровья учащихся и их родителей состоит в том, чтобы развить у них такие практические умения, как:

- 1) составление рационального режима дня;
- 2) организация правильного питания;
- 3) выполнение в семье утренней зарядки и комплексов упражнений для коррекции осанки, зрения и т.д.;
- 4) проведение профилактических мероприятий в осеннее - зимний период (витаминация пищи, закаливание).

Ученики очень любят уроки физической культуры, на уроках не бывает детей, которые сидят на скамейке. Это тоже результат работы с родителями, убеждение их в том, что физкультура приносит только пользу здоровью.

На собрании можно выработать единые педагогические требования - памятку учителей и родителей:

- Следить за чистотой, опрятностью своей одежды и обуви, быть аккуратно причесанным
- Соблюдать гигиенические нормы и правила поведения.
- На уроки физкультуры и занятия в спортивных секциях приходить в спортивной форме.
- Аккуратно, самостоятельно выполнять домашние задания.
- Соблюдать установленный в семье режим дня.
- Принимать активное участие в ведении домашнего хозяйства.
- Поддерживать чистоту в доме, содержать в порядке свои вещи, постель, рабочее место, соблюдать гигиенические нормы.
- Заботиться о своем физическом развитии: заниматься утренней гимнастикой, спортом; закаляться.
- Внимательно, чутко относиться к родителям, старшим членам семьи, заботиться о младших.
- Уходя из дома, предупреждать: куда, зачем; сообщать время возвращения.

Правильная организация оздоровительной работы, использование различных форм внеклассной и внешкольной оздоровительной работы ; совместные усилия дадут результат.

Снизится уровень утомляемости, отметится улучшение состояния здоровья детей, снизится количество пропусков учебных занятий по болезни.

ВЫВОД: Хорошо налаженное и организованное взаимодействие семьи и школы даёт возможность осознать родителям необходимость приобретения новых знаний для формирования и развития здоровой и полноценной личности, а также формирует потребность у семьи в непосредственном общении с педагогами и иными специалистами школы, которые помогают вырастить физически и социально здорового младшего школьника