**Муниципальное общеобразовательное учреждение**

**"Средняя общеобразовательная школа № 3 имени В.Н. Щеголева**

**городского округа ЗАТО Светлый Саратовской области"**



**«Здоровье ребенка – залог успеха в учении.**

**Здоровые привычки нашей семьи»**

**Разработал:**

**Дьяченко Людмила Сергеевна,**

**учитель начальных классов,**

**высшая категория**

**Светлый – 2019**

**Родительский университет**

**«Здоровье ребенка – залог успеха в учении.**

**Здоровые привычки нашей семьи»**

**Цель:** создание информационной среды, обеспечивающей знаниями учащихся младших классов и их родителей по организации здорового образа жизни.

**Целевая аудитория:** учащиеся четвёртых классов, родители, классные руководители.

**Задачи:**

-способствовать формированию у младших школьников и родителей интереса и готовности к соблюдению здорового образа жизни;

-познакомить родителей с результатами деятельности педагогического коллектива по реализации программы «Здоровье»;

-пропагандировать и рекламировать культуру здорового образа жизни.

**Планируемые результаты:** формирование основ здорового образа жизни у младших школьников и родителей будет эффективным, если сочетать массовую и индивидуальную пропаганду здорового образа жизни.

**Форма проведения:** родительский университет.

**Вопросы для обсуждения:**

1. Что такое здоровье?
2. Как школьная среда МОУ «СОШ № 3 имени В. Н. Щеголева» ориентирована на профилактику здоровья и организацию здорового образа жизни?
3. Что можем сделать мы, учащиеся и родители вторых классов, для формирования убеждений и привычки здорового образа жизни?

**Подготовительная работа:**

-оформление пригласительных билетов для родителей;

-подготовка родителями и учащимися вторых классов презентаций и видеосюжетов из семейного архива на тему «Здоровые привычки нашей семьи»;

-анкетирование учащихся и родителей с целью определения уровня культуры здорового образа жизни; выявления группы риска учащихся с малоподвижным образом жизни;

-просмотр мультфильма «Здоровье начинается дома» (Союзмультфильм,1973 год)

-презентация учащимися 4 «А» класса проекта «Здоровое питание»;

-оформление буклета-памятки для родителей;

-шапочки-конфедератки для учащихся.

**Ход собрания:**

**I. Вступительное слово учителя.**

-Добрый вечер, мои дорогие коллеги! Добро пожаловать на «День открытых дверей» в родительском университете!

**II. Анализ мультфильма «Здоровье начинается дома» и определение темы университета.**

*На экране мультфильм «Здоровье начинается дома* (Союзмультфильм, 1973 год)*». Обсуждение с родителями эпизода мультфильма.*

- Узнали вы мультфильм?

- О чем этот эпизод мультфильма? (Речь идет о недуге, о нездоровом образе жизни. Эта злая ведьма бродит по миру в поисках жертв. И вот она добралась до дружной семьи, где царит любовь и мир. Ей не сразу удалось осуществить свои злые замыслы, но найдя слабое место и проникнув в дом, уничтожила свет и чистоту.)

- Как можно сформулировать проблему, которая затронута в фильме? (Здоровье начинается дома.)

- Могу ли я сказать, что мультфильм, созданный 40 лет назад, в 1973 году, по заказу Всемирной организации здравоохранения, актуален и в наше время?

- Как вы думаете, о чем сегодня пойдет речь на собрании?

*Презентация.*

- Сегодня нам предстоит обсудить очень важную тему:«Здоровье ребенка – залог успеха в учении. Здоровые привычки нашей семьи». Здоровье наших детей.… Нет ничего важнее, поскольку многое (знания, стремление к достижениям, способности) теряет свою цену, если отсутствует главный компонент социализации наших детей - здоровье.

**III. Актуализация знаний.**

*Презентация. На экране цитаты о важности здоровья в жизни человека.*

“ Здоровье – не все, но без здоровья – ничто» - говорил мудрый Сократ.

*Презентация.*

Вот несколько мыслей о здоровье Всемирно известного хирурга, академика Николая Амосова:

1. В большинстве болезней люди виноваты сами. Чаще всего человек болеет от лени, жадности, а иногда и от неразумности.
2. Не надейтесь на медицину, она неплохо лечит, но не может сделать человека здоровым.
3. Чтобы стать здоровым, нужны собственные усилия, постоянные и значительные.

*Презентация.*

По данным Всемирной организации здрaвоохранения, состояние здоровья детей является одной из актуальных проблем во всем мире. Это и понятно, поскольку любой стране нужны личности не только творческие, гармонично развитые, активные, но и здоровые. Здоровый человек - самое драгоценное произведение природы.

А человеческое дитя – здоровое… рaзвитое… Это не только идеал и абстрактная ценность, но и практическая достижимая норма. Как же добиться этого? Попытаемся это выяснить в ходе сегодняшней встречи. Здоровый человек… Любопытно, что в это понятие вкладывают уважаемые родители?

*Ответы родителей.*

*Презентация. Толковый словарь живого великорусского языка В. И. Даля*: «Здоровье или здравие - состояние тела, когда все жизненные отправления идут в полном порядке, отсутствие недуга, болезни».

*Презентация.*

*Устав Всемирной организации здравоохранения*: «Здоровье — это состояние полного физического, психологического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов".

-Интересно, а сколько человек из присутствующих может утверждать: «Я совершенно здоров!». А какие факторы влияют на здоровье человека?

*Ответы родителей.*

*Презентация.*

Эксперты Всемирной оргaнизации здравоохранения в 80-х гг. XX в. определили в качестве основных четыре группы факторов обеспечения здоровья современного человека. Уровень здоровья человека на 50 % зависит от его образа жизни, остальные 50 % составляют экология, социальное положение, климат и множество других факторов. И все-таки половина ответственности за собственное здоровье лежит на самом человеке! Поэтому сегодня мы с вами говорим о формировании ответственного отношения к своему здоровью в каждой семье, формировании здорового образа жизни, который делает человека благополучным и успешным.



*Презентация 9-15*



**IV. Практикум и включение в систему знаний.**

-Уважаемые коллеги, а вы любите путешествовать?Я хочу вам предложить отправиться в далекое прошлое. Уже в древности люди знали правила здорового образа жизни. Предлагаю познакомиться с тремя правилами, известными в восточных странах: в Китае, Японии, Индии.

*Презентация.*

*Правило № 1 –* хорошее настроение.

Проснувшись, сразу подумайте о чем-то хорошем, приятном. Скажите себе: «У меня будет удачный день. Я хорошо справлюсь с трудностями, спокойно и уверенно». Встав с кровати, посмотрите в зеркало и улыбнитесь себе.

*Родители могут взять в руки зеркало, сказав самому себе комплимент, приятные слова, передать зеркало соседу.*

*Презентация.*

*Правило № 2* – закаливание водой.

Закаливание водой приносит большую пользу. Если вы приучите себя принимать холодный душ, то забудете о насморке и простуде.

*Презентация.*

*Правило № 3* – расслабление.

*Звучит фоновая релаксирующая музыка.*

Перед тем как заняться умственным трудом, подготовьте себя к работе. Сядьте в кресло или прилягте на диван. Включите тихую, приятную музыку. Закройте глаза и представьте, что Вы на берегу моря, волны ласкают Ваши ноги, Вам хорошо и приятно. Или представьте себя птицей, летящей высоко в небе. Вокруг простор и красота. Десять минут такого отдыха – и Вы готовы решать самые трудные задачи.

-Я уверена, что эта мудрость поможет вам быть всегда спокойными, уравновешенными, находить общий язык со своими детьми, вместе с ними решать какие-либо проблемы, видеть, когда ребенок нуждается в вашем внимании и заботе.

**V*.* Этап социологического опроса родителей.**

*Родителям раздаются анкеты, на вопросы которой они отвечают*.

***Анкета для родителей.***

-Занимается ли ваш ребенок спортом?

-Являетесь ли вы для него примером для подражания в занятиях спортом?

-Считаете ли вы уроки физической культуры важными и нужными уроками в школьном расписании?

-Как вы оцениваете организацию уроков физической культуры в вашем классе?

-Поддерживаете ли вы спортивные увлечения своего ребенка?

-Посещаете ли вы спортивные мероприятия, в которых участвует ваш ребенок?

-Какие спортивные традиции существуют в вашей семье?

-Смотрите ли вы вместе с ребенком спортивные передачи?

-Какие виды спорта вам нравятся более всего?

-Какие спортсмены являются кумирами вашей семьи?

-Испытываете ли вы гордость за успехи наших спортсменов?

-Воспитываете ли вы своего ребенка на уважении к людям, которые приносят славу стране спортивными достижениями?

-Хотели бы вы, чтобы ваш ребенок занимался спортом профессионально?

-Какие спортивные мероприятия необходимо проводить в школе и классе, чтобы дети росли физически здоровыми и хотели участвовать в них?

-Какую помощь вы могли бы предложить, чтобы активизировать спортивно-оздоровительную работу в классе?

- При подготовке к собранию мы также провели анкетирование среди детей, чтобы узнать их мнение о здоровом образе жизни.

*Учитель раздает анкеты детей родителям, читает только вопросы. Родители сравнивают свои результаты с ответами детей.*

**VI. Представление родителями - участниками презентаций и видеоматериалов из семейного архива.**

-Материалы анкетирования детей показали, что положительный опыт приобщения к здоровому образу жизни они черпают из семьи. Что может сделать семья для сохранения здоровья ребенка? Опытом семейного воспитания и формирования привычек и убеждений здорового образа жизни мы попросили бы поделитьсяродителей - участников.

*Презентация и видеоматериалы из семейного архива.*

-Да, ребенок счастлив и весел только тогда, когда у него здоровая семья. Путь к здоровью ребенка лежит через семью!

**VII. Этап педагогического всеобуча.**

-Формирование ответственного отношения к своему здоровью – одна из основных задач образования. Что же делает наша школа для сохранения здоровья обучающихся?

*Презентация.*

-На основании анализа состояния здоровья учащихся намечены конкретные меры по улучшению материально-технической базы школы, активному использованию новых здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе. Разработана и реализуется программа «Здоровье», которая включает 4 основных блока:



**VIII . Презентация проекта - исследования «Здоровое питание».**

*Учащиеся 4 «А» класса представляют защиту проекта - исследования «Здоровое питание».*

**IX. Подведение итогов собрания.**

-Итак, уважаемые родители, вы должны помнить: то чему вы научите своих

детей, они понесут в свои семьи. «Учи показом, а не рассказом», - говорили в

древности. Не ждите, что здоровье само придет к вам. Идите вместе со своим

ребенком ему навстречу! Сейчас вы поспешите домой… Найдите время,

отвлекитесь от будничных забот и поговорите со своим ребенком. О чем? О

здоровье, конечно…

*Презентация.*

***Возможное решение родительского университета:***

* + Обсудите дома результаты анкетирования детей, выработайте правила общения с ним.
  + Классный руководитель совместно с учителем физической культуры составит план коррекционных занятий с детьми группы риска малоподвижного образа жизни.
  + В общении с детьми учитывайте рекомендации педагога, сформулированные в буклетах.

*Родителям выдаются буклеты.*

**XI. Рефлексия родительского собрания.**

-Уважаемые участники «Дня открытых дверей» родительского университета! Предлагаю вам заполнить анкету. Ваши искренние ответы на вопросы помогут нам в дальнейшей работе.

1. Что побудило Вас прийти на родительское собрание?
2. Дисциплинированность.
3. Интерес к поднятой теме.
4. Уважение к педагогам.
5. Не знаю.

2. Как вы считаете, есть ли необходимость посещения таких собраний всей семьёй?

1. Да
2. Нет

**ИСПОЛЬЗОВАНЫЕ МАТЕРИАЛЫ И ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ**

* Авторское видео, фото
* <http://multikiru-online.org/news/zdorove_nachinaetsja_doma/2012-09-03-834>
* <http://yandex.ru>
* Сайт Austel. Статья «Факторы, влияющие на здоровье и продолжительность жизни человека» <http://www.austel.ru/ekologi/faktory.html>