

МОУ Пролетарская СОШ № 4
им. Нисанова Х. Д.








Методический журнал
«От сердца к сердцу»

№8



г. Пролетарск

Содержание

- 
-  **Педагогический совет «Деятельность классного руководителя в социальной адаптации ребенка»**
стр.2-5.....
 -  **Коллективное творческое дело**
«Если хочешь быть здоров»,
заместитель директора по воспитательной работе
Пономаренко С.А.
стр. 6-13.....
 -  **Сценарий классного часа**
«Привычки и здоровье человека»,
классный руководитель 10 класса Егоркина Г.К.,
стр.14-26
 -  **Сценарий классного часа «Строим дом здоровья»,**
классный руководитель 9 «А» класса Полтавцева О.А.,
Стр.27-32.....
 -  **Сценарий классного часа**
«Здоровье – главное богатство»,
классный руководитель 3 «А» класса Чурилова Т.Н.,
Стр. 33-42.....
 -  **Сценарий родительского собрания**
«Адаптация ребенка в детском саду»,
заместитель директора по отделению дошкольного
образования Алтухова Е.В.,
Стр. 43-49

Педагогический совет

«Деятельность классного руководителя в социальной адаптации школьника»




Цель: Способствовать формированию у педагогов установки на осуществление деятельности, направленной на социальную адаптацию школьника.

Задачи:

- проанализировать деятельность классных руководителей в соответствии с заданной темой;
- познакомить участников педсовета с новыми концепциями в воспитательной работе, которые ориентированы на «Современную модель образования»;
- способствовать развитию в коллективе атмосферы творческого общения и сотрудничества.

Сегодня, когда условия жизни, знания, требования к профессиям меняются очень быстро, невозможно научить школьника всему, что потребуется ему через несколько лет, когда он окончит школу. Успешность его жизненной карьеры во многом определяется его умением жить с людьми и среди людей. А личное счастье человека зависит от его собственной активности и нравственных качеств. В совокупности все это характеризует качества человека, которые сегодня и называют **социально значимыми компетенциями**.

Важнейшая задача школы, семьи, социального окружения – создавать условия, в которых дети и подростки осваивают общепринятые ценности, приобретают опыт деятельности, в которой эти ценности проявляются, учатся видеть и решать разнообразные проблемы, достигая общественного признания и удовлетворения личных ожиданий и амбиций.



Чтобы идти в ногу со временем, необходимо постоянно совершенствовать воспитательную деятельность в свете современных требований. Конечно же, сама проблема социализации личности не нова. В разное время все дети в свои школьные годы тоже приобретали социальный опыт через общественно полезную деятельность, участие в детских организациях. Эти формы работы не потеряли актуальность и сегодня. Но изменяется жизнь, меняются проблемы, которые приходится решать. Сегодня, говоря о социальной адаптации, мы говорим о формировании социально значимых компетенций у школьников, имея в виду способность, готовность и желание:

- ***определять собственные образовательные и жизненные цели с учетом ценностей и норм, принятых в социальном окружении;***
- ***решать разнообразные проблемы, в том числе мировоззренческие, творческие, исследовательские;***
- ***выстраивать ситуацию своего успеха на основе прогнозирования результатов деятельности, выбора путей и средств ее осуществления, способов оценки прогнозируемых результатов.***

Такие же ориентиры даны в проекте «Современная модель образования», где подчеркивается, что основой современных образовательных стандартов является формирование базовых компетенций современного человека:

- ***информационной*** (умение искать, анализировать, преобразовывать, применять информацию для решения проблем);

- ***коммуникативной*** (умение эффективно сотрудничать с другими людьми);

- ***самоорганизация*** (умение ставить цели, планировать, ответственно относиться к здоровью, полноценно использовать личные ресурсы);

- ***самообразования*** (готовность конструировать и осуществлять собственную образовательную траекторию на протяжении своей жизни, обеспечивая успешность и конкурентноспособность).

Какова же роль классного руководителя в социализации личности современного школьника, и какой должна быть его деятельность в современных условиях развития общества?

Эти вопросы следует рассматривать с трех позиций:



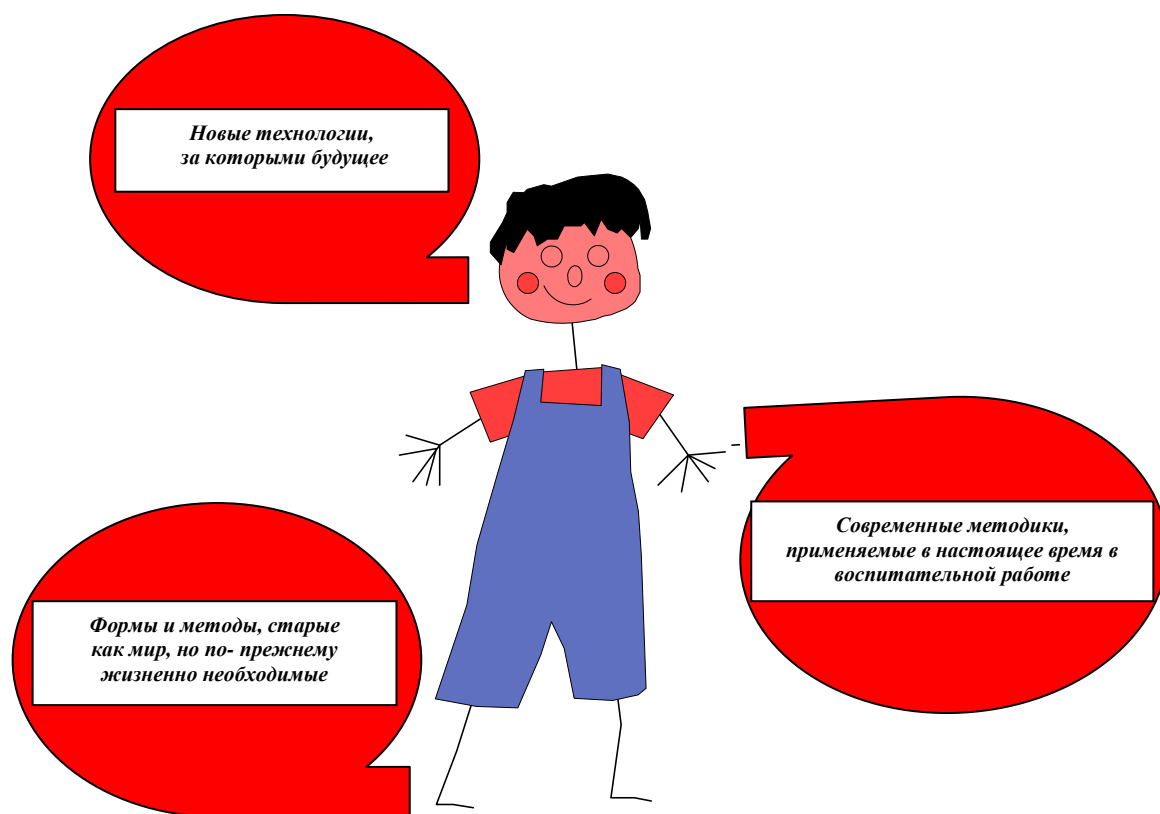
Чтобы определить условия взаимодействия классного руководителя с основными и главными участниками воспитательного пространства в педагогическом коллективе можно провести аналитическую работу, направленную на исследование следующих вопросов:

1. Довольны ли вы существующей практикой взаимодействия?
2. Какие формы работы классного руководителя хорошо себя зарекомендовали в вашей практике?
3. Какие новые формы взаимодействия вы могли бы предложить?
4. Какие чувства вы испытываете при выполнении обязанностей классного руководителя?
5. Какое место вы отводите себе в работе?

Отвечая на данные вопросы, каждый педагог рассматривает свою личную позицию. На педагогическом совете, работая в группах, проходит обсуждение эффективности предложенных форм и методов при формировании личностных компетенций. Как, взаимодействуя с учителями- предметниками, с родителями, с детьми классный руководитель помогает детям:

- **определять** собственные образовательные и жизненные цели с учетом ценностей и норм, принятых в социальном окружении;
- **решать** разнообразные проблемы, в том числе мировоззренческие, творческие, исследовательские;
- **выстраивать** ситуацию своего успеха на основе прогнозирования результатов деятельности, выбора путей и средств ее осуществления, способов оценки прогнозируемых результатов.

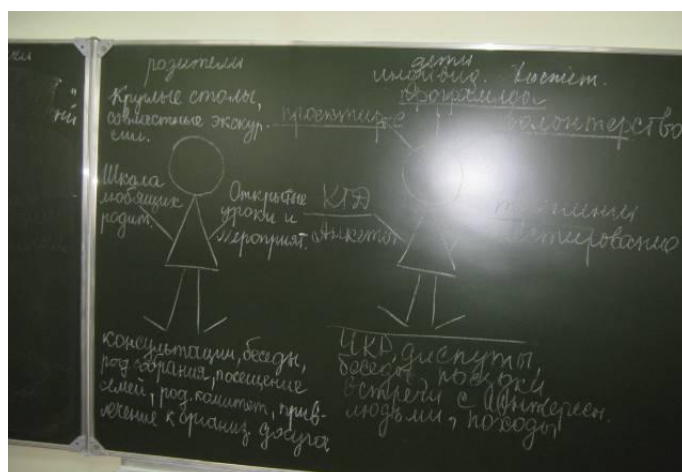
Результаты обсуждения озвучиваются и демонстрируются на доске. Для схемы используется рисунок человечка



Что старо как мир, но по-прежнему жизненно необходимо - у ног, что можно считать более современным и применяемым в настоящее время в работе - у рук, а что можно попробовать в будущем - у головы человечка.

На следующем этапе участники меняются ролями, передают свои предложения другой группе и выбирают с позиции новой роли 5 понравившихся предложений, затем комментируют их, используя общее клише: «Мы выбрали..., потому что...».

В соответствии с результатами коллективной деятельности, подводится итог работы педагогического совета и вырабатывается решение.



*Заместитель директора
по воспитательной
работе
Пономаренко С.А*



Коллективное Творческое Дело

"Если хочешь быть здоров!"



Состояние здоровья подрастающего поколения - это важнейший показатель благополучия общества и государства. В этой связи на образование как целостную государственную систему, обеспечивающую социальное развитие личности, ложится, помимо прочих, задача сохранения физического, психологического и нравственного здоровья молодого поколения. Поэтому в последнее время особое внимание отводится здоровью сберегающей педагогике. Такая позиция определяет новые подходы и к организации учебного процесса и к решению вопросов сохранения и укрепления здоровья школьников.

В 2004 году в школе была разработана программа «Формирование здорового образа жизни учащихся», **основная цель** которой: развитие стремления быть здоровыми душой и телом, желания творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы.

Ежегодно в рамках данной программы и согласно плану воспитательной работы в школе проходят различные мероприятия, отражающие следующие направления:


- здоровый образ жизни;
- соблюдение режима дня, учёбы и отдыха;
- основы рационального питания;
- личная гигиена;
- значение физкультуры и спорта для сохранения здоровья;
- нравственное здоровье;
- профилактика вредных привычек.



Одной из успешных форм воспитательной работы по формированию здорового образа жизни можно считать проведение **Недели здоровья**, во время которой классными руководителями проводятся мероприятия, охватывающие основные направления здоровьесберегающей деятельности.

План проведения недели здоровья

	вторник	среда	четверг	пятница
1 «А», 1 «Б» 5класс 10 класс	«Чистота - залог здоровья» (гигиена, внешний вид) Баланина С.В. Кузьмина Л.Г. Перевозникова Т.И.	«В здоровом теле – здоровый дух» Саенко Л.А. Медведев А.А. Алтухов М.П	«Территория здоровья» (вредные привычки) Криворотова О.В. Пермякова Н.Е. Степаненко Н.А.	«Здоровое питание» Куличенко Н.А. Агуля Л.М. Белоусова Е.В.
2 «А», 2 «Б» 7 класс 9 «Б»	«Здоровое питание» Куличенко Н.А Агуля Л.М. Белоусова Е.В.	«Чистота - залог здоровья» (гигиена, внешний вид) Баланина С.В. Кузьмина Л.Г. Перевозникова Т.И.	«В здоровом теле – здоровый дух» Саенко Л.А. Медведев А.А. Алтухов М.П	«Территория здоровья» (вредные привычки) Криворотова О.В. Пермякова Н.Е. Степаненко Н.А.
3 «А», 3 «Б» 8 класс 11 «А»	«Территория здоровья» (вредные привычки) Криворотова О.В. Пермякова Н.Е. Степаненко Н.А.	«Здоровое питание» Куличенко Н.А Агуля Л.М. Белоусова Е.В.	«Чистота - залог здоровья» (гигиена, внешний вид) Баланина С.В. Кузьмина Л.Г. Перевозникова Т.И.	«В здоровом теле – здоровый дух» Саенко Л.А. Медведев А.А. Алтухов М.П
4 класс 9 «А» 11 «Б»	«В здоровом теле – здоровый дух» Саенко Л.А. Медведев А.А. Алтухов М.П.	«Территория здоровья» (вредные привычки) Криворотова О.В. Пермякова Н.Е. Степаненко Н.А.	«Здоровое питание» Куличенко Н.А Агуля Л.М. Белоусова Е.В.	«Чистота - залог здоровья» (гигиена, внешний вид) Баланина С.В. Кузьмина Л.Г. Перевозникова Т.И.



Погружение в данную тему имеет различные формы работы с детьми: беседы, игры, викторины, тренинги. Общение проходит с учетом возрастных особенностей учащихся. Это способствует включению детей в диалог и непосредственную деятельность в процессе занятий. Они с пониманием обсуждают влияние вредных привычек на здоровье человека, заинтересованно рассматривают рацион питания школьника, увлеченно говорят о гигиене и своем внешнем виде, играют в спортивные игры. В результате аналитической деятельности, которая была проведена в конце недели для учащихся 5-11 классов, выяснилось, что на данном этапе педколлектив с поставленными задачами справился. 69 % учащихся ответили, что неделя здоровья дала много полезного, 59 % учащихся считают, что полученные знания им в жизни пригодятся, а 35 % будут их применять уже сейчас. Кроме этого на прошедших встречах каждый ребенок смог найти свой интерес. Об этом говорит сделанный ими выбор понравившихся и интересных бесед:

- 1. «Чистота - залог здоровья» (гигиена, внешний вид)**
5-9 «Б» классы – 24 % 9 «А» -11 классы – 33 %
- 2. «В здоровом теле – здоровый дух»**
5-9 «Б» классы – 47 % 9 «А» -11 классы – 30 %
- 3. «Территория здоровья» (вредные привычки)**
5-9«Б» классы – 27 % 9 «А» -11 классы – 20 %
- 4.«Здоровое питание»**
5-9 «Б» классы – 23 % 9 «А» -11 классы – 31 %

Для учеников начальной школы спортивные соревнования «Веселые старты» проходят на воздухе на спортивной площадке. Такая форма занятия (соревнование) в большей степени способствует привитию любви к спорту. Классные руководители используют разнообразный спортивный инвентарь: прыгалки, мячи, кубики и т.д. В конце встречи проходит разговор о необходимости выполнения утренней зарядки, соблюдения режима дня.

Занятие «Территория здоровья» проходит в форме мозгового штурма. Детям предлагается материал о вредных привычках: крик, драки, несоблюдение гигиенических правил, лень, неправильное питание. Такой прием способствует тому, что дети самостоятельно, с опорой на имеющийся жизненный опыт, приходят к выводу: трудно воспитать полезную привычку, но избавиться от вредной еще сложнее, необходимо уважительно и заботливо относиться к своему здоровью.

«Чистота - залог здоровья» - разговор о личной гигиене каждого, он заставляет ребят задуматься не только о чистоте тела, но и об одежде. Все это проходит через инсценирование стихотворения, отгадывание загадок, ролевую игру. Использование разнообразия методов способствует формированию у детей понятия важности опрятного внешнего вида, соблюдения чистоты и правил личной гигиены.

Разговор о здоровом питании дает учащимся представление о важности правильного употребления пищи, и его значении для здоровья и успешной учебы.

Важными аспектами каждого занятия является многократное проигрывание ситуаций в различной форме, позволяющее всесторонне ее проанализировать, осознать происходящее действие, найти адекватные ответы и варианты поведения; способствующие здоровому образу жизни.



Логичным завершением недели здоровья стал большой общешкольный праздник «День здоровья», который прошел на школьной спортивной площадке. Подвижные игры приняли форму большой спортивной эстафеты, в которой соревновались смешанные команды из учеников среднего и старшего звеньев.



Такой подход вызывает много азарта, пробуждает активность, ответственность за младших, укрепляет дух коллективизма. Ребята получают огромный заряд бодрости и положительных эмоций.

Состояние здоровья детей во многом определяется реальными условиями их жизни. В школе они проводят значительную часть этой жизни, поэтому наша задача сегодня состоит в том, чтобы создать благоприятные условия для формирования здорового образа жизни, обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него знания, умения, навыки по здоровому образу жизни, научить использовать их в повседневной жизни. Неделя здоровья способствует решению поставленных задач:

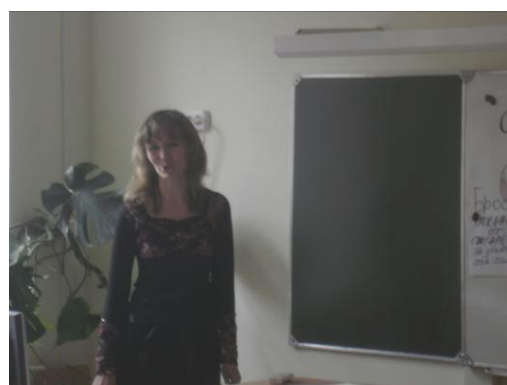
- формировать у детей внутреннюю мотивацию к ЗОЖ;
- развивать навыки личной гигиены;
- приобщать к рациональному питанию;
- раскрывать способы поддержания физического и психического здоровья.

В рамках недели здоровья были подготовлены и проведены 4 открытых внеклассных мероприятия: урок здоровья «Здоровье – главное богатство» (Чурилова Т.Н., 3 «А»), классный час «Курить? Не курить!» (Беренчик Е.Е., 6 класс), круглый стол «Привычки и здоровье» (Егоркина Г.К., 10 класс), семинар-тренинг «Строим дом здоровья» (Полтавцева О.А., 9 «А»). Данные мероприятия отличались как по форме, так и по содержанию, но были подчинены общей цели – развитие у детей и подростков осознанного отношения к своему здоровью, как основной ценности в жизни человека.

В третьем классе, используя различные игровые формы, классный руководитель решал следующие задачи: формировать у детей мотивационную сферу гигиенического поведения, систематизировать знания о здоровье человека и способах его укрепления и сохранения, развивать здоровьесберегающую культуру учащихся.



Во время проведения классного часа в 6 классе классный руководитель в своем диалоге с ребятами опиралась на результаты предварительного анкетирования, которое выявило основные причины и мотивы курения в раннем возрасте. На основе полученного анализа она строила беседу, в которой определились все плюсы и минусы курения, а затем подвела ребят к выводу о том, что каждому плюсу, всегда можно найти равнозначную альтернативу, а вот здоровью, которому наносится непоправимый вред, заменить ничем невозможно.

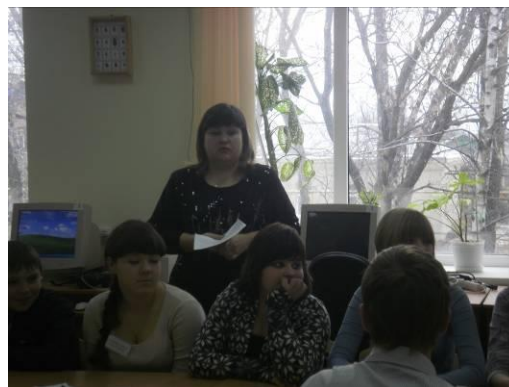


«Круглый стол» как форма общения с учащимися 10 класса – это хорошая возможность включить в активную деятельность практически всех участников встречи. Обсуждая тему влияния вредных привычек на здоровье человека, ребята были откровенны в своих высказываниях, что является хорошим показателем их заинтересованности к происходящему. Основной задачей классного руководителя на данном мероприятии была пропаганда здорового образа жизни, выбранные методы взаимодействия способствовали

развитию у подростков осознанного неприятия к вредным привычкам как способов воздействия на свою личность, воспитанию уважения к себе, чувства собственного достоинства, уверенности, что здоровый образ жизни делает человека свободным и независимым, дает ему силы делать осознанный выбор во всем.



С учащимися 9 «А» класса был проведен семинар-тренинг, на котором они занимались моделированием жизненной перспективы с позиций ценностного отношения к здоровью. На доске был построен дом здоровья и определены все его составляющие. В конце была проведена рефлексия в виде высаживания растений вокруг дома, результаты которой показали готовность ребят к позитивному, ценностному отношению к своему здоровью.



Сценарий классного часа "Привычки и здоровье человека"



Егоркина Г.К.

Классный руководитель 10 класса

Цель: пропаганда здорового образа жизни.

Задачи:

1. - Выделить «вредные» привычки и рассмотреть их влияние на здоровье человека.
2. - Развитие у подростков осознанного неприятия к вредным привычкам как способов воздействия на свою личность.
3. - Воспитание уважения к себе, чувства собственного достоинства, уверенности, что здоровый образ жизни делает человека свободным и независимым, дает ему силы делать осознанный выбор во всем.

Форма проведения: интерактивная беседа

Оборудование: проектор, экран, мультимедийная презентация, ватманы, маркеры, иллюстрации последствий употребления никотина, алкоголя, наркотиков.

Ход мероприятия

1. Организационный момент.

Кл.рук: Здравствуйте!. Возьмите по листу бумаги, закройте глаза и разорвите бумагу на 2 части. Теперь откройте глаза и посмотрите одинаковы ли ваши листы? (ответы детей). У каждого человека есть свое мнение, каждый из вас является личностью, и вы должны высказывать только свое мнение и уметь слушать других.

2. Актуализация

Кл. рук. Тысячи лет назад на земле существовали рабовладельческие государства. Эти государства вели постоянные войны, завоевывали соседние земли, а завоёванные народы угоняли в рабство. Рабы строили дороги, дворцы, пирамиды, выполняли самую тяжёлую работу. Жизнь раба ничего не стоила: раба можно было унижить, продать, убить. Спасаясь от невыносимой жизни, рабы часто поднимали восстания, самое известное из которых восстание под предводительством Спартака.

Прошли века, и человечество избавилось от рабства.

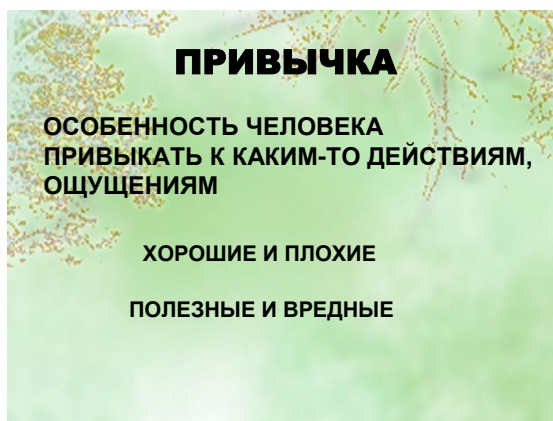
Но и в наши дни сохранилось добровольное рабство. В него попадают люди разных национальностей, мужчины и женщины, старики и дети. Все они добровольно становятся рабами привычек.

3. Сообщение темы и цели занятия.

Кл. рук. Сегодня мы поговорим о человеческих привычках и выясним, как они влияют на здоровье человека.

4. Интерактивная беседа.

- Как вы считаете, что такое привычка?



- Какие бывают привычки? (*Хорошие и плохие, вредные и полезные.*)

Кл.рук. Перечислите хорошие привычки (учащиеся называют).



- Скажите, а если у человека нет привычки чистить зубы, умываться, как это может отразиться на его здоровье?

- А если он забывает расчесываться? Следить за собой?

Посмотрите, почти все у человека предназначено для самого себя: глаза – смотреть, рот – поглощать пищу, все нужно самому себе, кроме улыбки. Улыбка предназначена другим людям, чтобы им с вами было хорошо и радостно.

-Она ничего не стоит, но много дает.

-Она длится мгновенно, а в памяти остается порой навсегда.

Приветливость- это ключик, который открывает железные замки человеческих сердец. Опыт наших прославленных чемпионов показывает, что безграничная преданность и любовь к спорту, неудержимое стремление к намеченной цели творят чудеса: превращают неповоротливых в ловких, раздражительных в спокойных, полных в подтянутых, медлительных в быстрых. Недаром народная пословица гласит: «Посеешь поступок - пожнешь привычку, посеешь привычку, пожнешь характер, посеешь характер - пожнешь судьбу»

Кл.рук. Что же такое вредная привычка? (Ответы детей)

Вредная привычка (зависимость) — это свойство нашего характера или поведения, которое можно описать так:

— вы не контролируете ЭТО, скорее ЭТО контролирует вас. Вы чувствуете, что не имеете другого выбора, кроме как делать ЭТО. Стоит только вредной привычке сформироваться, вы сразу попадаете под ее власть;

— эта привычка настолько укореняется в вашей жизни, что становится незаметной для вас;

- вы начинаете регулярно делать ЭТО, когда почувствуете неприятные ощущения (скуку, одиночество, физическую боль и т.д.);
- вы чувствуете, что уже не можете справиться со своими жизненными проблемами без помощи ЭТОГО;
- на ЭТО уходит часть ваших денег, вашего времени, вашей энергии в ущерб чему-то более полезному, в результате вы все больше ненавидите себя за эти траты;

Кл.рук. : Какие вредные привычки вы знаете? (Ответы детей)



Именно в подростковом возрасте многие из нас подвержены влиянию так называемых «безобидных» вредных привычек или «привычный автопилот». Попробуйте их определить.

(Разбирается негативное влияние каждой группы привычек).

На данном этапе возрастного развития могут проявляться такие привычки, как обсасывание ручек, бесцельное рисование на листах бумаги, почесывание головы, уха или носа и т. д, которые могут привести вас в инфекционное отделение.

Постоянное опаздывание. Вы спешите, не замечая вокруг ничего, а в результате- можете упасть, попасть под машину.

Склонность к ябедничеству, лжи – вам перестают доверять, вы чувствуете дискомфорт, нервничаете, а это уже ваше психическое здоровье.

Плаксивость, забывчивость - ваш так называемый защитный барьер, который тоже связан с психикой человека.

Азартные игры (карты и другие настольные игры)- Врачи считают, что болезнь начинается с патологической привязанности к играм. Любая зависимость — это зависимость взаимодействия, когда человек оказывается вовлеченным в некий процесс, при котором он забывает, кто он, что он, когда он полностью «теряет», «забывает себя».

Переедание – ожирение, нарушение давления, неповоротливость; другая сторона – голодание – недостаточный вес, гастрит и язва желудка..

Стремление познать мир, а порой — неудовлетворительные жилищные условия и безразличие родителей к своим детям приводят к возникновению привычки «гулять» — бесцельному проведению времени на улице. А это уже первый шаг к бродяжничеству. Именно подростки, занимающиеся бродяжничеством, более всего подвергаются риску сексуальных домогательств со стороны взрослых, вовлечения в уличную преступность и мелкое хулиганство. Очень часто случайные половые связи могут быть опасными : заражение венерическими заболеваниями, гепатитом В, СПИДом.

К следующим категориям вредных привычек можно отнести уже привычки, *связанные со стремлением «быть похожими на взрослых»*. Эти увлечения уже могут иметь более серьезные последствия.

Как вы думаете, что это за привычки?
(Ответы детей)

Конечно, все мы разные, но объединяет нас одно: утро миллионов людей начинается одинаково — с кнопки «вкл.» на пульте дистанционного управления телевизором. Без голубого экрана мы не можем уснуть, поесть и даже книжку почитать. Опросы Института Гэллапа показали: по собственной оценке, слишком много сидят у телеэкрана двое из пяти взрослых и семеро из десяти подростков.

Почему? Какую пользу мы извлекаем из этой привычки?

ТЕЛЕМАНИЯ [от сл. теле(видение) и греч. mania - страсть, безумие]
Страстное увлечение .Чрезмерное увлечение просмотром телевизионных передач.



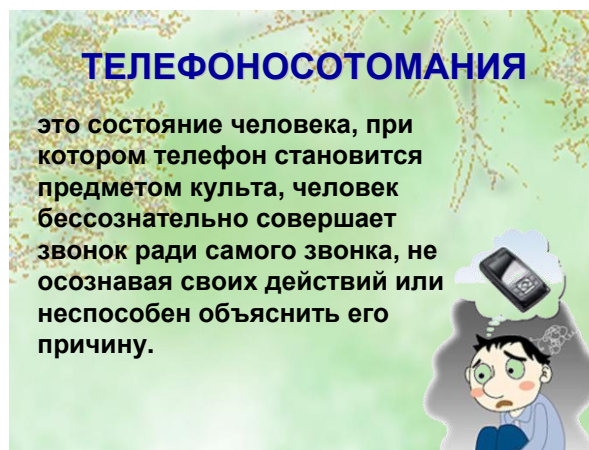
С одной стороны, многим телевизор заменяет общительного друга и спутника жизни. Телевидение обучает, расширяет кругозор, развлекает, расслабляет, уводит от гнетущей действительности, позволяет наслаждаться прекрасным.

- Почему же считают, что это вредная привычка?



С другой — попросту нас зомбирует, а иногда доводит до психоза.

Без чего современный человек не мыслит своего существования?
(Телефон)



Мобильная зависимость - человек таскает телефон с собой повсюду. SMS-зависимость - «больной» отправляет сотни сообщений в день. Инфомания - человек ежеминутно проверяет электронную почту или мобильный. Мозг не в состоянии переварить такой объем информации, выделить важную и забыть ненужную. Гаджет-аддикция - стремление покупать самые модные технические новинки. Ради новой игрушки человек готов отказаться от жизненно важных вещей.

Зависимость возникает в первую очередь не от разговоров по телефону, а от разных возможностей, которые предоставляет сотовый: SMS, MMS, знакомства по мобильному, те же игры...

- В чем плюсы телефона?

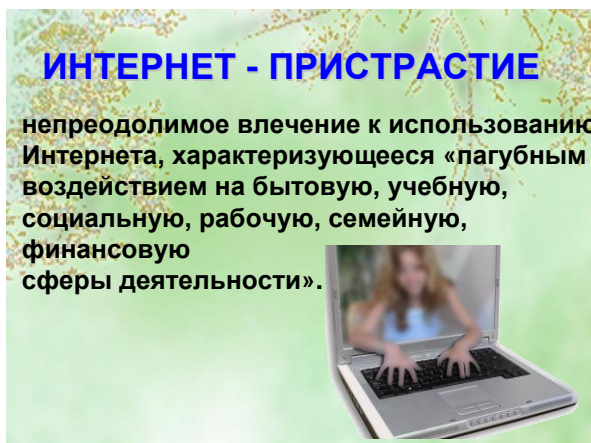
- Какие последствия может иметь эта привычка?



Подростки порой не понимают, что стремление владеть современной маркой мобильного телефона подвергает их риску ограбления со стороны мошенников. Ношение мобильных в карманах одежды, продолжительные разговоры или прослушивание музыки может влиять на психическое состояние растущего подросткового организма.

Одной из новых проблем современного общества является **игромания** и **компьютерная зависимость**. Это увлечение компьютерными играми, интернет-технологиями, игровыми автоматами.

Игромания — увлечение или болезнь?



Многие видео- и компьютерные игры рассчитаны на постепенное повышение сложности — соответственно, растет и уровень игрока. Теннисисту или шахматисту иногда приходится месяцами подыскивать равного себе партнера, тогда как программные игры могут мгновенно предоставить достойного виртуального противника для оттачивания мастерства. Они доставляют психическое удовольствие — то, что мы называем «приливом». Этот «прилив» сопутствует совершенствованию мастерства в любой сфере деятельности.



С другой стороны, длительная активация ориентировочной реакции может сильно истощить нервную систему. Дети начинают жаловаться на усталость, головокружение и тошноту, если играли слишком долго. Подросток «убегает» в игру, чтобы там забыться, затеряться, превратиться в правило, так как быть самодостаточной, самоактуализирующейся, уникальной личностью страшно и очень сложно.

Кл.рук.: Посмотрите на классную доску.



Это Царство вредных привычек. В этом Царстве самые крупные города - это Никотин, Алкоголь, Наркотик. Люди, которые попали к ним в плен, становятся безвольными, жалкими жертвами своих вредных привычек: курения, пьянства, наркомании. Их удел нищета, болезнь, смерть.

5. Работа в группах.

Л. Н. Толстой писал: «Трудно себе представить то благотворное изменение, которое произошло бы во всей жизни людской, если бы люди перестали одурманивать и отравлять себя водкой, вином, табаком и опиумом».

Почему же так тянет людей в это тёмное царство? Давайте попробуем разобраться в этом.

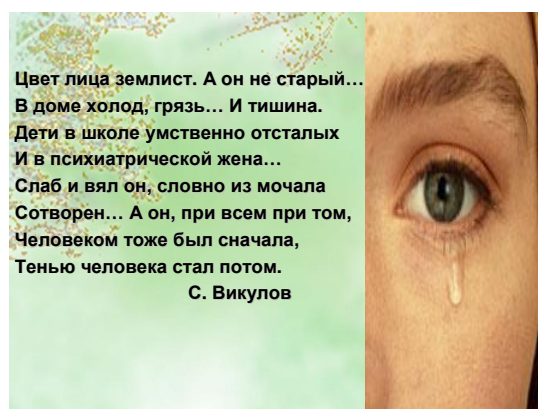
Сейчас вы в группах попробуете выделить плюсы и минусы этих привычек:

1 группа – курение, 2- алкоголь, 3-наркотики.

Действие курения, алкоголя и наркотиков на организм человека можно просто назвать разрушительными.



Это так называемая «иллюзия счастья», которая быстро проходит, а взамен нее остается пустота.



Кл.рук. Любая привычка — это зависимость от чего-либо. В то же время, каждый из вас уверяет, что он не хочет зависеть ни от кого, в принятии какого-то решения вы не прислушиваетесь к родителям, учителям, чтобы не зависеть от их мнения. Более того, вы делаете все наперекор взрослым, утверждая при этом: «Я самостоятельный, я независимый! Но вы забываете, что зависимость от маленькой сигаретки — это тоже зависимость, это уже не свобода. Но это подчинение вы готовы терпеть, считая курение признаком взрослости. «Курят все» — уверяете вы.


— Что же необходимо, чтобы не стать рабом вредных привычек? (Подвести ребят к тому мнению, что контроль необходим для борьбы с вредными привычками. Разобраться, что такое «контроль». Какой он бывает (*внешний, внутренний*))



6. Тест «Сможешь ли ты устоять?»

Кл. рук. Сможете ли вы дать отпор этим вредным привычкам или не устоите перед их натиском? Сейчас мы проведём тест, который поможет вам оценить свои силы.

- 1. Любишь ли ты смотреть телевизор?**
- 2. Хотелось ли тебе играть в компьютерные игры больше трёх часов ежедневно?**
- 3. Хотелось ли тебе попробовать закурить?**
- 4. Можешь ли ты весь выходной просидеть перед телевизором, оставив все свои дела?**
- 5. Попробовал ли ты алкогольные напитки?**
- 6. Любишь ли ты уроки физкультуры?**

- 
7. Если друзья предложат тебе сбежать с уроков, согласишься ли ты?
 8. Умеешь ли ты не повторять своих ошибок?
 9. Если бы тебе прямо на улице незнакомый предложил коробку конфет, взял бы ты её?
 10. Друзья зовут тебя в игровые автоматы, а ты ещё не сделал уроки. Сможешь отказаться?

Кл. рук. Теперь подчитайте, сколько раз вы ответили на вопросы «да», и запишите полученное число.

Вы сказали «да» не больше 3 раз - вот ваш результат:

Вы умеете управлять своими желаниями. У вас сильная воля и крепкий характер. Вы умеете отказаться от удовольствия, если это может принести вред, помешать вашим планам, нашим отношениям с родителями, учителями.

Вы сказали «да» от 4 до 8 раз – ваш результат похуже.

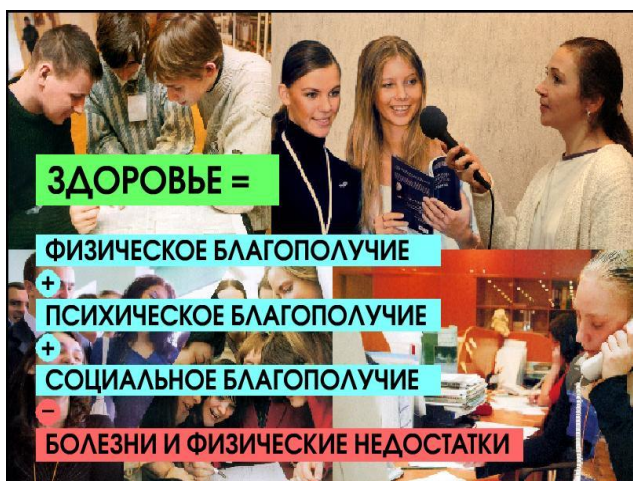
Вам не всегда удаётся управлять своим желаниями. Не хватает силы воли. Из-за этого можно попасть в зависимость от вредных привычек.

Вы сказали «да» от 9 до 10 раз- тут уже пора задуматься.

Вам очень трудно справиться со своими желаниями. Вас неудержимо тянет к сиюминутным удовольствиям. Вам нужно оценить свои действия. Вам нужно научиться говорить себе «нет».

Этот тест показывает, кому нужно работать над своим характером укреплять свою волю, учиться самостоятельности. Иначе легко можно стать жертвой вредных привычек.

7. Итог занятия. Сейчас во всем мире, и в России в том числе, остро стоит проблема сохранения здоровья. Некоторые болезни настигают человека независимо от его образа жизни. Однако зачастую он сам наносит вред своему здоровью. Ваше физическое здоровье зависит от внутреннего, т.е. психического. Вы знаете, что тибетская медицина поделила жизнь человека на периоды продолжительностью 12 лет каждый—каждый новый период это новая жизнь. Первый период до 12 лет—детство, второй до 24 лет—учеба, третий с 25 до 36 лет — максимальный взлет. И от того, как проживете первый период, зависит жизнь и ваше состояние во втором и т.д.



Сейчас вы свежи и сильны, но свою силу и свежесть можно истратить на сиюминутные удовольствия и бесплодную суету — тусовка. Но посмотрим, к чему это может привести в третьем периоде жизни. Ведь когда вы в 30 лет встретитесь, то первым вопросом двух товарищей будет: «Кем ты стал?». И что ты ответишь?

Есть ржавчина души — неудовлетворенность. Она — неизбежное следствие потери второго периода жизни.

- Кто из вас хотел бы иметь мужем, отцом, женой или матерью ваших детей пустого, никчемного человека?
- У вас будут дети. Говорят, яблоко от яблони недалеко падает. Какими вы будете, такими будут и ваши дети (второй период жизни).
- А теперь ответьте, хотели бы вы жениться на крашеной-перекрашеной, грубой, эгоистичной, пьющей, курящей, чрезмерно доступной, неразборчивой в партнерах?
- А девочки хотели бы иметь мужа, у которого пахнет изо рта табаком, который в 30-35 лет станет импотентом?
- Почему тусуются с одними, а женятся и выходят замуж за других? Почему говорят пьян—безумен, обкурился?.
- Все, о ком я говорила, больны, но больны не физически, а психически. Значит, здоровье понятие не медицины, а скорее социальное, т.е. выше.

Таким образом, на формирование того или иного качества, необходимого для нормальной жизнедеятельности, природа отвела человеку ограниченный отрезок времени. Так что, друзья, не упустите время!

Вывод:

1. В каждом человеке есть что-то положительное и что-то отрицательное.
2. От вредных привычек каждого человека страдают окружающие его люди.
3. Вредные привычки можно исправить, хоть это и очень трудно. При работе над собой можно обратиться за помощью к близким людям.

8. Рефлексия (Памятка)

**Сам решай и выбирай свой путь,
но помни:
твоя жизнь бесценна...**

**И ты обязательно достигнешь
всего, что хочешь, о чем
мечтаешь.**

**Будь сильным!
И всё обязательно сбудется!
Будь счастливым!**

Опасайтесь вредных привычек, стройте свою судьбу сами. Человек познает самого себя, испытывает и закаляет свою волю, вырабатывает самодисциплину, совершенствует самоорганизацию. Выдержал, сдержал однажды данное самому себе слово – значит научился владеть собой. Помните: здоровье, радость жизни и счастье в ваших руках!

Знакомство со способами давления и с формами отказа.

Кл.рук.- Давайте поиграем. Представьте себе, что в классе есть ученик, который не желает петь. Но мы сговорились заставить его петь.

(Каждой группе учащихся раздаю карточки с фразами.)

Спой! У тебя голос лучше, чем у Пугачёвой!

Спой! Мне так нравится твоё пение.

Если споёшь, я подарю тебе игрушку.

Если не споёшь, я не буду с тобой играть.

- Обратите внимание, каким способом мы заставляли ученика петь и как происходил отказ.

Способы давления:	ФОРМЫ ОТКАЗА
· Лесть	Нет! (объяснение причины).
· Угроза	Нет! (предложение чего-то другого).
· Обещание награды	Не буду! Не хочу!
· Дружеское давление	Уйти в сторону.
· Авторитет	Сделать вид, что не услышал.

- Вот, ребята, точно так же можно предлагать заставлять делать другие вещи, и зачастую так вам могут предложить попробовать выкурить сигарету, попробовать алкоголь или наркотическое вещество. Поверьте, безвыходных положений не бывает. Нужно лишь найти такой ответ, который позволит нам выйти из неприятной ситуации, не потеряв свое лицо.

Сценарий

классного часа

"Строим дом здоровья"



Полтавцева О.А.,

Классный руководитель 9 «А» класса

ЦЕЛЬ:

- Воспитательная - формирование ценностного отношения ребят к своему здоровью;
- Обучающая - умение говорить, высказывать свои мысли, отстаивать свою точку зрения, вступать в споры;
- Развивающая - уметь работать с психологическими тестами, применять компьютерные технологии, находить и обрабатывать информацию.

ЗАДАЧИ:

1. Расширение представлений учащихся о факторах, влияющих на здоровье.
2. Рефлексия собственного отношения к здоровью, выявление проблем.
3. Моделирование жизненной перспективы с позиции ценностного отношения к здоровью.

Классный час построен в форме обучающего семинара с элементами тренинга.

ПОДГОТОВКА:

- ✚ С учащимися выбирается форма проведения занятия.
- ✚ Учащиеся, получившие задание по подготовке сообщений, изучили информацию по проблеме сохранения и укрепления здоровья.
- ✚ Учитель выстраивает всю информацию в логической последовательности.
- ✚ Подготовка тестов, оформление доски, создание интерактивной модели «дом здоровья».

ХОД МЕРОПРИЯТИЯ:

Этап занятия	Методические рекомендации	Слайды, фото
Этап 1	<p>Вступительное слово учителя:</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Знакомство с трактовками термина «здоровье» (проводится в форме беседы);➤ Итогом беседы является подведение ребят к теме и сути занятия, т.е. к строительству «дома здоровья»;➤ Одновременно определяются этапы и формы работы;➤ Весь класс объявляется строительной компанией «Строй дом компании». Между учащимися распределяются должности (генеральный директор, финансовый директор, главный экономист, бригадир кровельщиков, представитель «зелёных», бригада строителей).	
Этап 2	<p>СТОИТ ЛИ СТРОИТЬ? (на этом этапе выбирается место под строительство дома).</p> <p>Класс делится на две группы – одна выступает за строительство дома, другая группа против строительства. (Организуется дискуссия, в ходе которой выстраивается две колонки из которых следует, что «дом здоровья» следует строить).</p>	

Этап 3

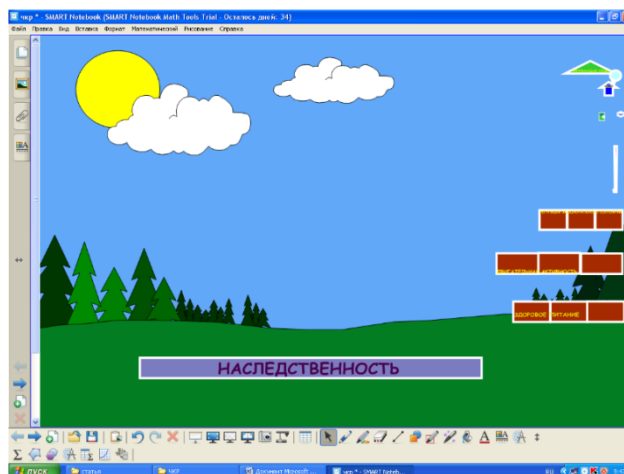
ЗАКЛАДКА ФУНДАМЕНТА.
(На этом этапе в процессе беседы ребята дают ответ на вопрос: *Что влияет на здоровье человека?*).

На доске выстраивается следующий набор:

- НАСЛЕДСТВЕННОСТЬ
- ОБРАЗ ЖИЗНИ
- ОКРУЖАЮЩАЯ СРЕДА
- КУЧЕСТВО МЕДИЦИНСКИХ УСЛУГ

В заключении беседы делается вывод, что основой здоровья является наследственность человека.

Как подтверждение вывода, слово предоставляется генеральному директору компании, в котором он сообщает о статистике смертности и долголетия в мире и финансовому директору – проследите здоровье родственников, наличие у них вредных привычек и т.д.
Генеральный директор выходит к доске и устанавливает фундамент дома на интерактивной доске.



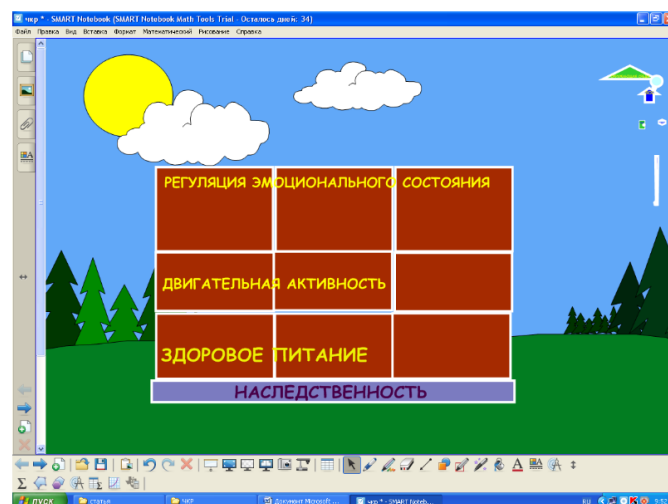
Этап 4

ВЫСТРАИВАНИЕ СТЕН ДОМА.

Вопрос участникам: *Что в вашем понимании есть здоровый образ жизни?* Высказывается много версий, в итоге на магнитной доске формируется схема:

- 1) Здоровое питание
- 2) Двигательная активность
- 3) Регуляция эмоционального состояния
- 4) Режим труда и отдыха.

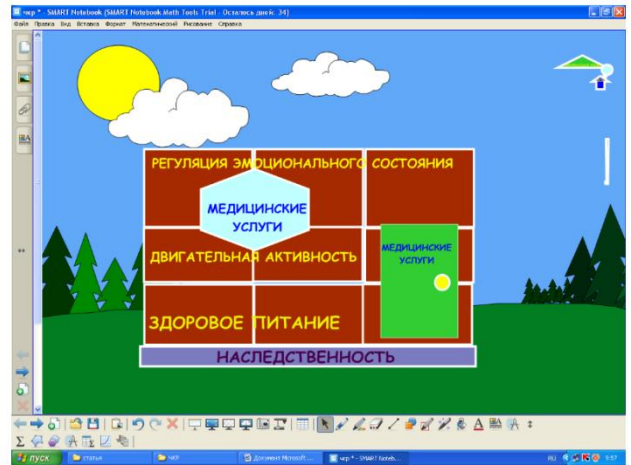
Для выведения стен «дома здоровья» слово предоставляется бригадиру строительной бригады, который рассказывает о значимости здорового образа жизни для здоровья человека. Учащимся предлагается заполнить тест-анкету для самооценки факторов ухудшения



здоровья (Методика Н.К. Смирнова), Методика самооценки школьных ситуаций Кондаша.
Бригадир выстраивает на доске стены в виде блоков.

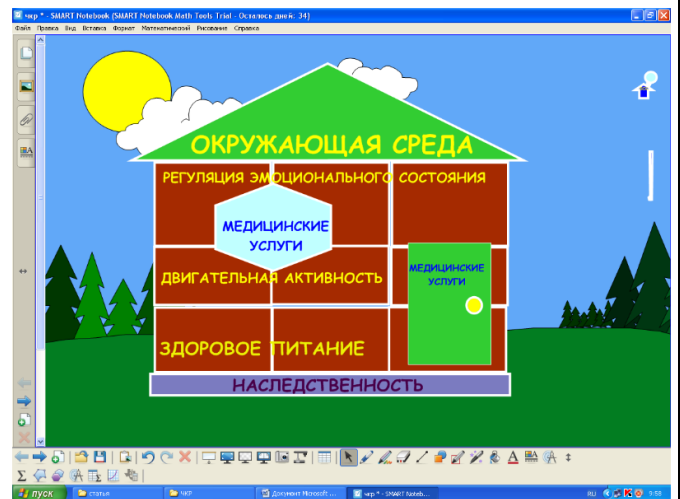
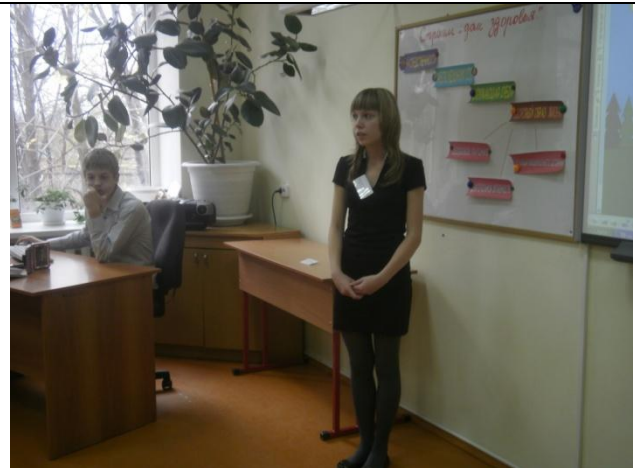
Этап 5

УСТАНОВКА ОКОН И ДВЕРЕЙ.
Учитель предлагает поговорить о медицине и медицинских услугах, делая при этом поправку на то что мы ещё малы и не совсем вправе осуждать этот фактор здоровья, но определиться с его влиянием мы в состоянии. (*Учитель устанавливает окна и двери на интерактивной модели «дома здоровья»*).



Этап 6

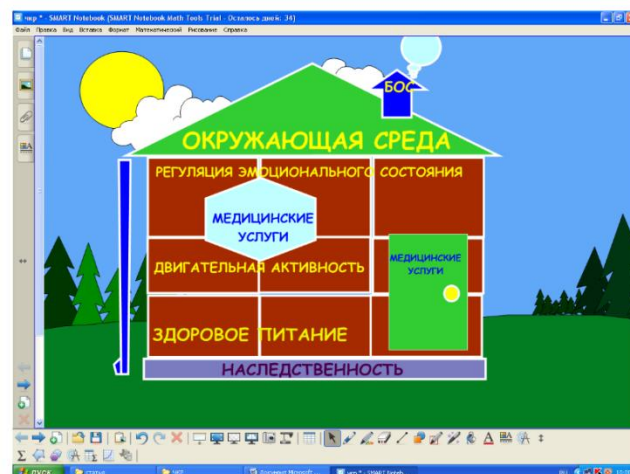
КРОВЕЛЬНЫЕ РАБОТЫ.
Слово предоставляется бригадиру кровельщиков. Сообщение посвящено экологии дома, т.е. влияние новых материалов используемых при внутренней отделке дома. (*Бригадир устанавливает крышу дома*).



Этап 7

ЭКОЛОГИЯ ВОКРУГ ДОМА.

Слово предоставляется представителю «Зелёных». Он предлагает прослушать сообщение о современном состоянии окружающей среды, о её влиянии на здоровье человека. *(Эколог устанавливает трубу на крыше дома, которая символизирует школьную систему БОС как один из способов поддержания своего здоровья).*



Этап 8

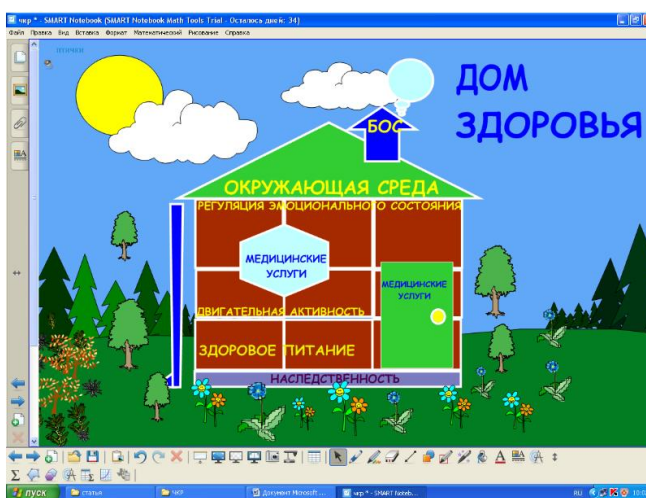
БИОЛОГИЧЕСКАЯ ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ.
 Финансовый директор рассказывает и показывает систему БОС, в действии, предоставляет статистику, связанную с применением данной системы и проводит мини сеанс.

Этап 9

ЗАВЕРШЕНИЕ СТРОИТЕЛЬСТВА.
 Учитель подводит итоги занятия, даёт краткое описание «дома здоровья». *(Мы завершили наш диалог, построили «дом здоровья». Пусть он будет крепким, надёжным и долговечным. Залогом тому – тот опыт, который вы сегодня получили).*

Этап 10

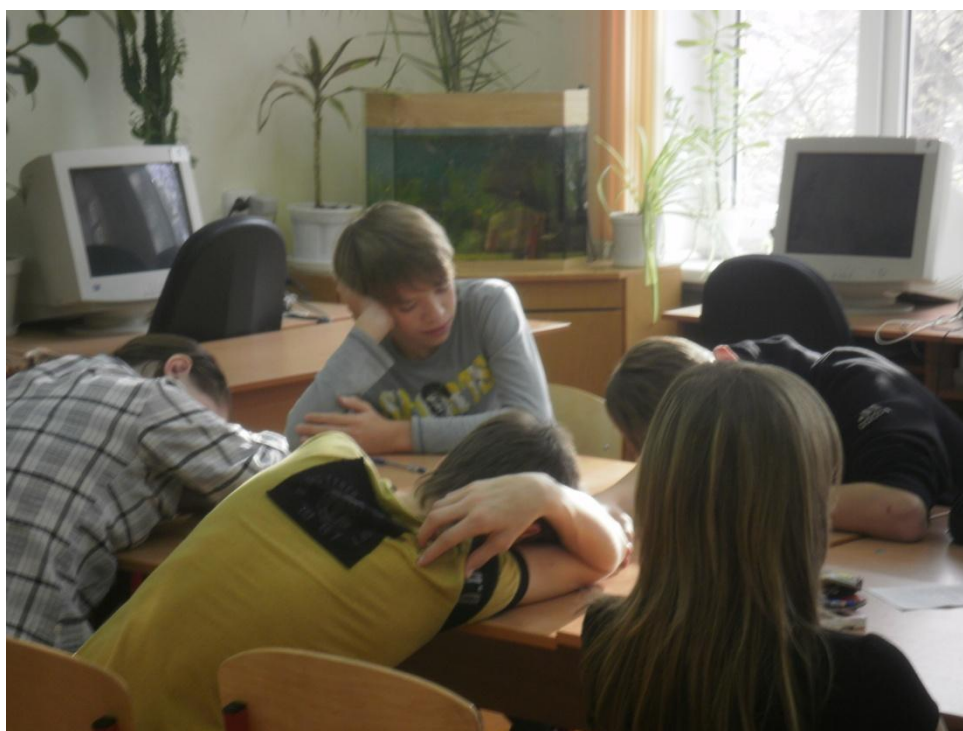
РЕФЛЕКСИЯ.
 Прежде чем сдать дом, учитель предлагает всем ребятам поработать ландшафтными дизайнерами и высадить вокруг дома растения. Если занятие помогло понять ценность и бережное отношение к здоровью, то необходимо посадить цветущие деревья и цветы, если нет – колючки и деревья с опавшими листьями. *(Ребята выходят к интерактивной доске и выстраивают вокруг дома растения).*



Так как занятие проходило в форме семинара с элементами тренинга, то на протяжении всего мероприятия ребята прерывались на физкультминутки:

1. Аплодисменты выступающим давались стоя.
2. Зарядка для глаз на расслабление глазного яблока, укрепление глазной мышцы, тренировка зрения при помощи цвета.
3. Релаксация (расслабление) проводилась ближе к концу занятия, когда стало чувствоваться усталость у ребят.
4. Все сообщения давались стоя у доски.
5. Упражнения на активных точках для поднятия жизненного тонуса, активизация работы кровеносной системы (растирание ладоней, массаж пальцев, растирание ушных раковин).

Таким образом, ребята в течение всего занятия двигались, т.е. происходила смена динамической позы, активизировались различные жизненно важные системы организма.



Сценарий

классного часа

"Здоровье - главное богатство"



Чурилова Т.Н.,
классный руководитель 3 «А» класса

Цель:

расширить представления о том, что здоровье — главное богатство каждого человека.

Задачи:

- сформировать стремление жить здоровыми в здоровом обществе;
- способствовать читательскому интересу детей, развивать творческие способности, обогащать словарь учащихся;
- воспитывать у учащихся бережное отношение к своему здоровью, здоровью других.

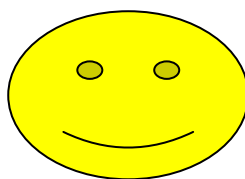
Оборудование: интерактивная доска, карточки,



I. Организационный момент

Здравствуйтесь, дорогие гости и дети!
Здоровье – это не игрушка.
Легко сломать, нельзя купить.
Давайте лучше мы подумаем,
Как нам его подольше сохранить.

- В начале классного часа «Основы здоровья» я хочу узнать: какое у вас настроение? Улыбнитесь друг другу, мне и нашим гостям, подарите улыбку друг другу. По выражению лица я вижу, что у вас всё в порядке, и ваше настроение можно изобразить так:



- Желаю вам, чтобы хорошее настроение не покидало вас на протяжении всего мероприятия.
- Составьте из этой анаграммы слово. Что получилось?

Здоровье

до ро з е вь

II. Мотивация «Мозговой штурм».

- Что такое здоровье?
- Как вы думаете, что значит быть здоровым?
(ответы детей)
- Когда ничего не болит.
- Человек весёлый, бодрый.
- Человек хорошо работает, учится.
- Ладить с друзьями.

Обобщение ответов детей.

Здоровье – это состояние физического и духовного равновесия человека, отсутствие болезней.

III. Сообщение темы и ожидаемых результатов.

-На этом мероприятии вы узнаете от чего зависит здоровье человека и к концу урока мы составим алгоритм здоровья.

IV. Работа над повторением и обобщением.

1. Мини – лекция.

Самым ценным для каждого человека есть его здоровье. Когда вы весёлые, кушаете с аппетитом, крепко спите, днём подвижные и ловкие – вы здоровые и легко справитесь с любым делом: выучите уроки, поможете родным по хозяйству, займётесь любимым делом. Купить здоровье нельзя, поэтому его надо укреплять и беречь. Всем понятно и известно, что приятно быть здоровым. Только надо знать, как здоровым стать.

2. Работа с пословицами.

- К данному мероприятию вам надо было подобрать пословицы о здоровье.

(дети называют пословицы)

Здоровье имеем – не бережём, потерявши – плачем.

Долго спать – здоровье потерять.

Здоровье – дороже богатства.

Было бы здоровье – всё другое наживёшь.

Без здоровья – нет и счастья.

Здоровье – всему голова.

Здоровье не купишь, не за какие деньги.

Чистая вода – для болезни беда.

Где воздух – там и жизнь.

Ходи больше – проживёшь дольше.

- А сейчас оставьте из двух частей пословицы и прочитайте их:

Пословицы

Кто работы не боится,

мои лучшие друзья

Солнце, воздух и вода -

здоровый дух

В здоровом теле -

того болезнь сторонится



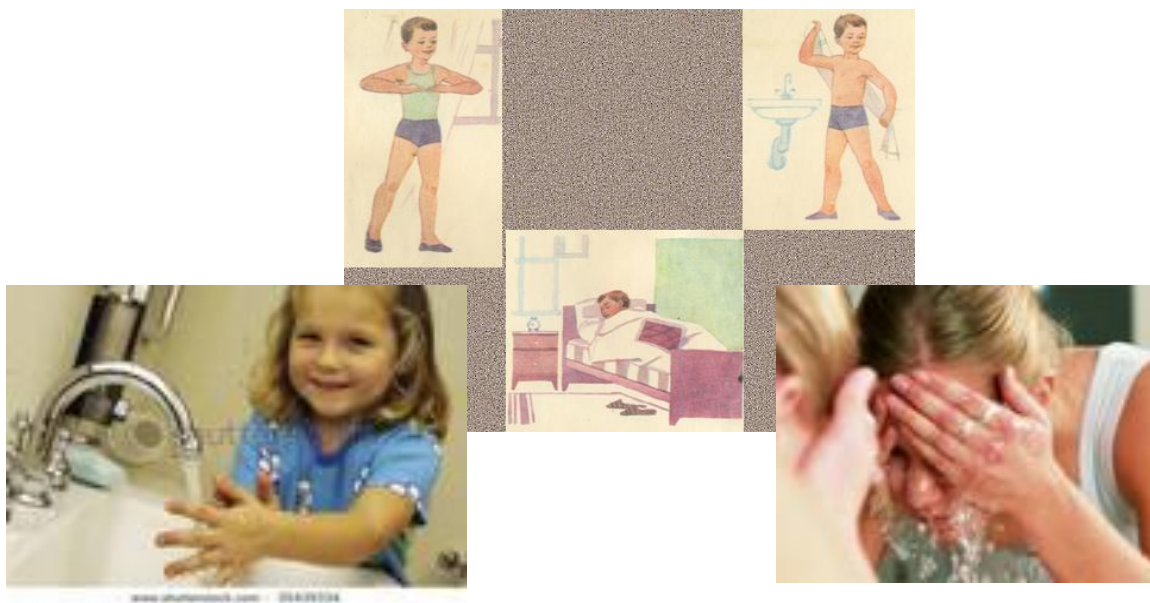
- А какая пословица вам понравилась больше всего?
- Как вы понимаете её смысл? (*ответы детей*)
- Молодцы, ребята. Но важно знать не только народную мудрость, но и следовать этим советам всю жизнь. В первую очередь человек сам отвечает за своё здоровье.

3. Предлагаю вам вспомнить : с чего начинается день каждого школьника?

Утром я делаю зарядку, чищу зубы, умываюсь, завтракаю и иду в школу.

- Мы составили предложение о начале дня каждого школьника. А как называется порядок действий по которому мы живём? (*Режим дня*)
- Это первый ряд нашего алгоритма.






Режим дня



4. Задание Печального гномика.

- Посмотрите на доску, прочитайте слова, которые нашёл гном Печаль.

Печаль

	плач	
	лень	
	ненависть	
	голод	
	потеря	

негативные эмоции



- Какие эмоции они вызывают позитивные или негативные? Вот поэтому гном у нас и печальный. Подберите такие слова-антонимы, чтобы изменить настроение гномика.

Весельчак



смех



работа

любовь

еда

находка



Позитивные эмоции



- Посмотрите, каким веселым стал наш гномик! Теперь он Весельчак. Он наполнен позитивными эмоциями, и мы открываем второй алгоритм.

Позитивные эмоции

- Как называется ночной отдых? (*сон*)

- А знаете ли вы, сколько необходимо спать школьникам вашего возраста? (*Приблизительно 10 часов*) Продолжительность сна для каждого определяется индивидуально. Время от начала отдыха до конца сна и есть вашей суточной нормой. Следовательно, для отдыха человеку нужен здоровый сон. Это и будет наш третий алгоритм.

Здоровый сон

6. Релаксация

Мы с вами сейчас тоже отдохнём (*лёгкая летняя музыка*)
Закройте глаза, вдохните аромат и представьте себя в самом лучшем уголке Земли. Это большая цветущая поляна, на которой зелёная-зелёная трава. Вы ощущаете, как тело окутывает утренняя прохлада. Дует нежный ветерок. Среди сказочной природы, вы ощущаете, как в вас вливаются новые силы. Я желаю вам добра, любви и здоровья. Открываем глазки.

6. Сообщения детей.

- А сейчас вы узнаете, как сохранить своё здоровье.

1 ученик:

Вы победите болезни, если будете обливаться холодной водой. Обливание способствует укреплению здоровья. Поднимете свой иммунитет, если будете ходить летом босиком.

- Слово **иммунитет** обозначает способность организма бороться с болезнями.

2 ученик:

Принимая солнечные лучи, уничтожаются микробы.

Ребята, загорайте летом, но загорайте в меру.

По утрам ты закаляйся,

Водой холодной обливайся.

Будешь ты всегда здоров.

Тут не нужно лишних слов.

- О чём идёт речь? (о закаливании). Это будет четвёртый алгоритм.

Закаливание



- Какие спортивные секции вы посещаете? А где ещё можно получить физический заряд? (на уроках физкультуры, физминутках, играя на свежем воздухе).

Вот открываем следующий алгоритм.

Физкультура и спорт



7. Физкультминутка.

Встаньте, дети дружно в ряд
И получим физзаряд.

8. Работа в парах.

Чтобы открыть следующий алгоритм я предлагаю выполнить работу в парах. У вас на партах лежат карточки. Прочитайте и вставьте нужные слова.



Карточка

Витамин А влияет на детского организма.
Улучшает стойкость к заболеваниям и укрепляет...
Он находится в сливках, молоке, печени, моркови,
шиповнике и чернике.

Слова для справок: зрение, рост.

Витамины группы В ... на деятельность нервной системы. Они ... в яблоках, гречке, овсянке и других кашах.

Слова для справок: находятся, влияют.



Витамин С ... в шиповнике, лимонах,
апельсинах, малине и чёрной смородине.

Если его ... в организме, то это приводит к
снижению иммунитета.

Укрепляйте его. Это необходимо и полезно!

Слова для справок: не хватает, находится.

Каким же должно быть наше питание? Открываем ещё один алгоритм.

Полноценное питание

9. Викторина.

- Что ещё способствует сохранению здоровья? Отгадайте, одним словом.

- а) Светит и согревает нас, даёт жизнь всему на Земле? (**солнце**)
б) Свежий, он даёт клеткам кислород. Без него нельзя прожить и 5 минут (**воздух**)
в) Чистая, она нужна любому из нас. Без неё человек может прожить лишь несколько дней (**вода**)
г) Правильное оно обеспечивает организм всем необходимым для нормальной жизни (**питание**)
д) Оно развивает мышцы, добавляет энергии (**движение**)
е) Она способствует улучшению внешнего вида и хорошему самочувствию (**гигиена**)
ж) Он необходим для восстановления сил (**сон**)
з) Хорошее оно радует окружающих нас самих (**настроение**)
- Да, действительно: **солнце, воздух, вода, питание, движение, гигиена, сон, настроение способствуют укреплению здоровья.**



10. Игровое упражнение «Да или нет».

- Были ли вы внимательны, сможете правильно ответить на вопросы ответом только «да» или «нет».

- Сохранению здоровья способствует...

(Дети говорят «да» или «нет»?)

- 1) *Равнодушие;*
- 2) *взаимопонимание в семье;*
- 3) *добросовестная работа;*
- 4) *активный отдых;*
- 5) *утренняя зарядка;*
- 6) *безделье;*
- 7) *курение;*
- 8) *чистота тела;*
- 9) *рациональное питание;*
- 10) *вредные привычки;*
- 11) *неуравновешенность.*

11. Беседа по содержанию народных сказок.



Человек всегда заботится о своём здоровье. Вспомните незабываемые бабушкины сказки, которые надолго остались в нашей памяти, так как они воспитывали любовь к природе, учили мудрости и красоте, благородству и мужеству. Посмотрите на выставку книг и скажите, какие герои сказок заботились о своём здоровье.

(«Мойдодыр», «Федорино горе», «Белоснежка и семь гномов», «Ай-Болиг», «Золушка», «Морозко»).

- Кто из вас читал сказку Белоснежка и семь гномов?

Помните, что было самым большим кладом злой Королевы-мачехи?

Каждый день она спрашивала, она ли самая красивая или нет. А Белоснежка была лучшей,

потому что она была не только красивой, но и доброй, трудолюбивой, чуткой, доброй и никого не обижала. О таких людях говорят, что они красивы душой. Поэтому я вам желаю быть здоровыми, красивыми и добрыми. Тогда и в стране у нас будет мир и покой.

VI. Подведение итогов.

1. Полный алгоритм.

- Используя слова-подсказки мы сейчас составим полный алгоритм укрепления здоровья.

режим дня

позитивные эмоции

здоровый сон

закаливание

физкультура и спорт

полноценное питание

крепкое здоровье



2. Дидактическая игра «Храм здоровья».

- Существуют конкретные правила, которых должен придерживаться человек, чтобы быть здоровым.
- Некоторые правила написаны на листах. Помогите мне прикрепить их на стенд.

- Учись делать добро.
- Чаще улыбайся.
- Ешь овощи и фрукты.
- Делай зарядку.
- Выполняй режим дня.
- Говори вежливые слова.
- Любишься природой.
- Не будь жадным.
- Заботься о родных.

(Прикрепляя выражения, учитель создаёт дом, кирпичики которого - листы с правилами).



- Мы с вами построили храм здоровья, финалом которого есть высказывание «В здоровом теле – здоровый дух». Поднимите руки, кто хочет в нём жить.
- На следующем занятии, изучая тему «Исследую себя», мы будем обращаться к этому Храму, повторяя правила.

VII. Предлагаю всем вам:

- Составьте свой рецепт здоровья.

Сценарий родительского собрания "Адаптация ребенка в детском саду"


**Алтухова Е.В.,
заместитель директора
по отделению дошкольного
образования**



Уважаемые родители! Вот уже четыре месяца нас с Вами объединяет общая забота о воспитании наших детей. В настоящее время, в большинстве своем, процесс адаптации завершен, при этом испытывали некоторые трудности в этом и дети, и вы, родители, но тем не менее мы готовы сегодня предоставить Вашему вниманию те маленькие успехи, которые мы достигли за этот короткий срок.

Музыкальная сказка «Как начиналась вежливая песенка»
слова Р.Ладониной, музыка Г.Левдокимова исполняют ребята
разноговостной группы, ведущая Удодова Виктория Валерьевна





Мы собрались поговорить, о периоде адаптации в детском саду. Процесс этот **длительный, у большинства он уже завершился, а некоторые только** начинают его преодолевать.

Живя в семье в определённых, сравнительно устойчивых условиях, ребёнок постепенно приспосабливается к условиям окружающей среды. Между организмом и этой средой устанавливаются правильные взаимоотношения, происходит адаптация организма к окружающим влияниям. Организм ребёнка постепенно приспосабливается к определённой температуре помещения, к окружающему микроклимату, к характеру пищи и т.д. Под влиянием систематических воздействий со стороны окружающих ребёнка взрослых, у него образуются различные привычки: он привыкает к режиму, способу кормления, укладывания, у него формируются определённые взаимоотношения с родителями, привязанность к ним.

В случае, если установленный в семье порядок почему-либо изменяется, обычно поведение ребёнка временно нарушается. Эти нарушения уравновешенного поведения объясняются тем, что малышу трудно приспособиться к возникшим изменениям. Анализ поведения детей в первые дни пребывания в детском учреждении показывает, что этот процесс приспособления, т.е. адаптация к новым социальным условиям не всегда и не у всех детей проходит легко и быстро. У многих детей процесс адаптации сопровождается рядом, хотя и временных, но серьёзных нарушений поведения и общего состояния. К таким нарушениям относят:

нарушение аппетита (отказ от еды или недоедание)

нарушение сна (дети не могут заснуть, сон кратковременный, прерывистый)

меняется эмоциональное состояние (дети много плачут, раздражаются).

Иногда можно отметить и более глубокие расстройства:

- повышение температуры тела
- изменения характера стула
- нарушение некоторых приобретённых навыков (ребёнок перестаёт проситься на горшок, его речь затормаживается и др.)

Длительность привыкания к новым социальным условиям, а также характер поведения детей в первые дни пребывания в детском учреждении зависят от индивидуальных особенностей. Дети одного и того же возраста ведут себя по-разному: одни в первый день плачут, отказываются есть, спать, на каждое предложение взрослого отвечают бурным протестом, но уже на другой день с интересом следят за игрой детей, хорошо едят и спокойно ложатся спать. Другие, наоборот, в первый день внешне спокойны, несколько заторможены, без возражений выполняют требования воспитателей, а на другой день с плачем расстаются с матерью, плохо едят в последующие дни, не принимают

участия в игре, и начинают хорошо себя чувствовать только через 6-8 дней или даже позже.

Что следует делать нам: родителям и воспитателям в адаптационный период, чтобы он проходил для ребенка более легко и безболезненно:

- *Чем чаще ребёнок будет общаться со взрослыми, детьми в квартире, во дворе, на игровой площадке, около дома т.е. в различной обстановке, тем быстрее и увереннее он сможет перенести приобретённые умения и навыки в обстановку детского сада.*
- *Старайтесь в своём рассказе показать ребёнку, как весело и хорошо другим детям в детском саду.*

Воспитателю НЕОБХОДИМО:

- *до приёма выяснить режим, применяемый в семье, индивидуальные особенности поступающего ребёнка (анкета).*
- *в первые дни не нарушать, имеющиеся у ребёнка привычки, нужно постепенно менять режим и приучать ребёнка к новому укладу жизни.*
- *приблизить домашние условия к особенностям д/с: внести элементы режима, упражнять ребёнка в самостоятельности, чтобы он мог сам себя обслуживать и т.п.*

Отрицательное влияние на течение адаптации, а также на поведение детей в детском учреждении оказывает отсутствие **единства** системы воспитания в семье и в детском учреждении.



Т.к каждый поступивший ребёнок требует к себе внимательного индивидуального подхода, детский сад принимал детей постепенно, по 2-3 человека, с небольшими перерывами (2-3 дня) и дети находились в группе не более 2-3 часов.


Сразу хочу заметить, что не всегда виден мгновенный результат привыкания, адаптация некоторых детей может протекать от 20 дней до нескольких месяцев. ??? Особенно, если ребёнок заболел, в процессе адаптации. Иногда, после выздоровления, ему приходится привыкать заново.

Я думаю, что с Вашей помощью мы найдём ключик к каждому ребёнку. Богатый опыт и знания воспитателей, Ваша любовь и забота, иными словами согласованная работа с семьёй, будет в дальнейшем способствовать позитивному восприятию детского сада.

Мы хотим показать вам видео ролик, в котором вы увидите, как наши ребята ведут себя в различных ситуациях, что делают, чем занимаются.



«Один день в детском саду»



Накануне собрания некоторые родители, детки которых находились в тот момент в детском саду, получили анкеты, в которых мы предложили вам ответить на вопросы, отражающие организацию жизнедеятельности Ваших детей. И нам было приятно, что многие родители благопрятно относятся к работе детского сада, а также мы благодарим Вас за пожелания и рекомендации и уже работаем над ними.

АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Уважаемый родитель!

Муниципальное общеобразовательное учреждение Пролетарская средняя общеобразовательная школа №4 отделение дошкольного образования просит Вас ответить на вопросы и заполнить анкету. Анкета анонимна.

Для нас очень важно Ваше мнение о работе детского сада.

Предполагаем выбор ответа.

1. Как долго Ваш ребенок посещает дошкольное учреждение?

- менее 6 месяцев;
- от 6 мес. и до года;
- от 1 года и до 2 лет;
- более 2-х лет.

2. Ваш ребенок ходит в детский сад:

- с удовольствием;
- через силу;
- чаще с удовольствием;
- редко с желанием.

3. Устраивает ли Вас работа педагогов в группе?

- устраивает полностью;
- устраивает частично;
- не устраивает совсем.

4. Как Вы считаете? Дети в детском саду


- получают интересные знания и навыки культурного поведения;
- получают, но недостаточно;
- не получаю ничего нового;
- получают вредную информацию;
- затрудняюсь ответить.

5. Получаете ли Вы от детского сада информацию?

- о целях и задачах детского сада в области обучения и воспитания Вашего ребенка;
- о режиме работы детского сада (времени работы, праздниках, нерабочих днях);
- о питании детей (меню).

6. Известно ли Вам: в ДОО проводится специальная работа по адаптации детей к условиям детского сада (беседа с родителями, возможность их нахождения в группе в первые дни посещения ребенком детского сада и т.д.)?

- да;
- нет;
- частично.



7. Обсуждают ли с Вами воспитатели вопросы дисциплины, питания, выполнения гигиенических процедур, касающиеся пребывания детей в детском саду?

- да;
- нет;
- частично.

8. Получаете ли Вы и другие родители детей, посещающих детский сад, информацию о повседневных происшествиях в группе, успехах ребенка в обучении и т.п. (информационный стенд, устные сообщения сотрудников)?

- да;
- нет;
- частично.

9. Информировуют ли Вас воспитатели о травмах, изменениях в состоянии здоровья ребенка, привычках в еде и т.д.?

- да;
- нет;
- частично.

10. Имеете ли Вы возможность обсудить на совместных собраниях ДОО (не реже 1-го раза в год) успехи детей?

- да;
- нет;
- частично.

11. Интересуются ли воспитатели группы, насколько их работа удовлетворяет ваши запросы (беседы, анкетирование)?

- да;
- нет;
- частично.

12. Удовлетворяет ли Вас лично уход, оздоровление, воспитание и обучение Вашего ребенка в детском саду?

- да;
- нет;
- частично.

13. Чувствуете ли Вы, что сотрудники детского сада доброжелательно относятся к Вам и Вашему ребенку?

- да;
- нет;
- частично.

14. Спокойно ли Вы уходите на работу, оставив ребенка в детском саду?


- да;
- нет;
- частично.

15. Хотели бы Вы, чтобы в детском саду:

- повысилась материальная база;
- повысилась этика быта;
- изменилось отношение к детям;
- возникло уважение к родителям;
- повысилось качество воспитательно-образовательной работы;
- проводилась бы интересная работа с родителями;
- чаще устраивалась бы интересная работа с родителями;
- чаще устраивались встречи с психологом, медсестрой, врачом;
- хотелось бы Вам больше знать о своем ребенке, его трудностях, успехах

***Вы можете добавить комментарии и предложения по работе детского сада.
Благодарим за участие!***





***МОУ Пролетарская СОШ №4
им. Нисанова Х.Д.
адрес: г. Пролетарск,
ул. Ленина, 55***