

Семейное воспитание и здоровье наших детей



СЕМЬЯ И ШКОЛА-

**ПАРТНЕРЫ В
ВОСПИТАНИИ**

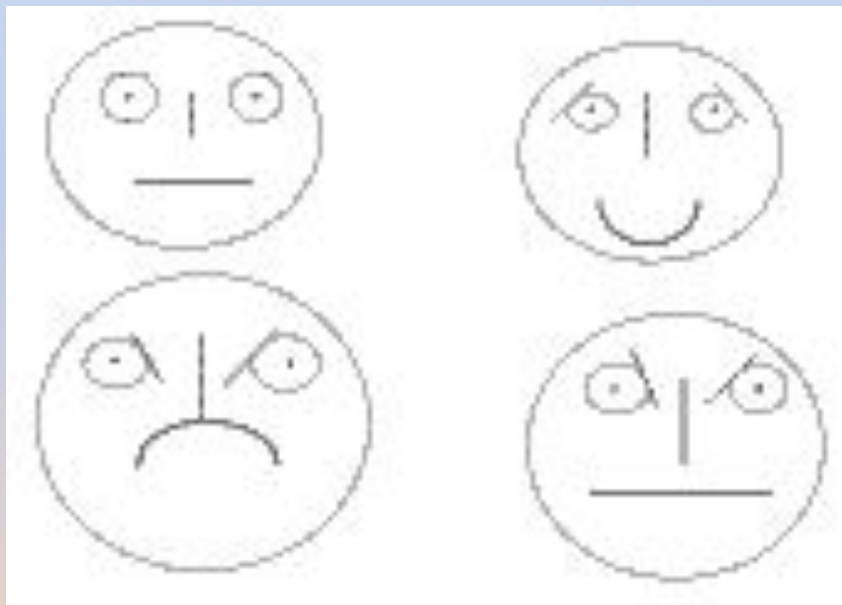


Цель: объединение усилий школы и семьи в решении проблемы сохранения и укрепления здоровья школьников.

- **Задачи:**
- Получение родителями обширной информации о здоровье школьников как факторе социализации личности.
- Выявление ключевых проблем и тенденций, влияющих на состояние здоровья учащихся класса.
- Разработка направления и форм взаимодействия классного руководителя и семьи по сохранению и укреплению здоровья школьников.

Учащимся была предложена мини-анкета “Общение в лицах детей и родителей”.

1. С каким лицом родители общаются с детьми утром, днем, вечером.



Семейное воспитание зависит от

- биологического здоровья ребенка и родителей;
- материально-экономической обеспеченности;
- социального положения;
- уклада жизни членов семьи;
- отношения к ребенку;

К основным задачам семьи относятся:

- создать максимально благоприятные условия для роста и развития ребенка
- стать социально-экономической и психологической защитой ребенка
- воспитать чувство собственного достоинства, ценности собственного «я»
- научить полезным прикладным навыкам и умениям.

Блиц-опрос.

- 1. Сформулируйте хотя бы одно правило для родителей из серии “Как воспитать здорового ребенка?”.
- 2. Что мешает выполнять эти правила.
- 3. Что, в вашем представлении, есть здоровый образ жизни?
- 4. В чем просчеты школы в решении задачи сохранения и укрепления здоровья наших детей,
- 5. Дайте советы педагогам, которые на Ваш взгляд, помогут преодолеть эти просчеты.
- 6. Что бы Вы делали по-другому, если Вам начать воспитание своего ребенка заново?

НАШИ ОШИБКИ	Полезные советы родителям
Низкая двигательная активность детей.	Ребенок должен чередовать “сидение” за уроками и телевизором с активными движениями на свежем воздухе, спортивной секции, в рамках помощи по хозяйству.
Отсутствие культуры здоровья у всех членов семьи (пассивный отдых, стрессовые ситуации, вредные привычки и др.)	Нужно контролировать режим питания и объяснять ребенку, что полезно для него, а что вредит здоровью. Кстати, сами родители тоже должны придерживаться декларируемых принципов, иначе ребенок сразу почувствует фальшь.
“Пьяные застолья” на глазах у детей. По крайней мере, их число должно быть минимальным: пример взрослых заразителен.	Главное для здоровья членов семьи – радостная, дружелюбная атмосфера в семье, сопереживание и поддержка.
Курение взрослых провоцирует повторение этой вредной привычки детьми.	Большое впечатление на детей производит то, что ценой невероятных усилий взрослый бросает курить. Это – лучшая воспитательная мера.
“Лояльное” отношение взрослых в семье к злоупотреблению собственным здоровьем (нарушение режима питания, гиподинамия, создание стрессовых ситуаций и др.).	

Рекомендации нейропсихологов для родителей.



1. Никогда не ругайте ребенка обидными словами за неспособность что-то сделать или понять, глядя на него с высоты своего авторитета. Это сейчас он знает и умеет хуже вас. Это сейчас он знает и умеет хуже вас. Придет время, и, по крайней мере, в каких-то областях он будет и уметь больше вас. А если он повторит в ваш адрес те же слова, что он сейчас говорите ему вы?
2. Прежде чем ругать ребенка за неумение, попытайтесь понять причину его затруднений.
3. Не сравнивайте ребенка с другими, хвалите его за успехи и достижения.
4. Учитесь вместе с ребенком, объединяйтесь против объективных трудностей, станьте его союзником, а не противником или посторонним наблюдателем.
5. Если у вас трудности в общении с ребенком, если вы не понимаете друг друга, не спешите обвинять его в этом. Возможно у вас разные типы функциональной организации мозга, а значит, вы по-разному мыслите, воспринимаете, чувствуете, то есть дело не только в ребенке, но и в вас. Он не плохой, а просто другой.
6. Мы часто любим в ребенке результаты своих трудов. Но если результатов не, виноват не ребенок, а мы, потому что не сумели его научить. Бойтесь списывать свою некомпетентность, свои неудачи на ребенка. Это вы педагог или родитель, а не он. К сожалению, мы любим тех, кого умеем научить.



1. Помните: для ребенка что-то не уметь, чего-то не знать – это нормальное положение вещей. На то он и ребенок. Этим нельзя попрекать. Стыдно самодовольно демонстрировать перед ребенком свое превосходство в знаниях.
2. Ребенок не должен панически бояться ошибиться. Невозможно научиться чему-то, не ошибаясь. Старайтесь не вырабатывать у ребенка страх перед ошибкой. Чувство страха – плохой советчик. Оно подавляет инициатив, желание учиться да и просто радость жизни и радость познания.
3. Запомните: маленькие дети не бывают ленивыми. “Леность” ребенка – сигнал неблагополучия в вашей педагогической деятельности, в избранной вами методике работы с ним.
4. Старайтесь не преподносить детям истину, а научите находить ее. Всячески стимулируйте, поддержите, возвращайте самостоятельный поиск ребенка.
5. Никогда не забывайте, что мы еще очень мало знаем о том, как несмышленое дитя превращается во взрослого человека. Есть множество тайн в развитии мозга и психики, которые пока недоступны нашему пониманию. Поэтому главной своей заповедью сделайте - “не навреди”.



Действия родителей при формировании

здорового образа жизни в семье:

- **Доброжелательный психологический микроклимат в семье**
- **Соблюдение режима**
- **Сбалансированное питание**
- **Использование естественных факторов природы для закаливания**
- **Пример родителей в организации здорового образа жизни и отказ от вредных привычек**
- **Формирование мотивации ЗОЖ**

Благодарим за внимание!

