**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Морозовская средняя общеобразовательная школа»**

**Педагогический совет**

«Роль школы и семьи в приобщении детей и подростков

 к здоровому образу жизни»

**(Слайд 1)**

**Составила:**

Л.Н.Мелентьева,

педагог – организатор

МБОУ «Морозовская СОШ»

**Январь, 2017 г.**

**Цель** педагогического совета – обсуждение вопросов по данной теме «Роль школы и семьи в приобщении детей и подростков к здоровому образу жизни»;

формирование понимания значимости здоровья для собственного самоутверждения;

создание условий для сохранения и улучшения физического, эмоционально-психического и нравственного здоровья и качества жизни детей и подростков.

**Вопросы** педагогического совета:

1. Доклад о теме «Роль школы и семьи в приобщении детей и подростков к здоровому образу жизни» (Л.Н.Мелентьева, педагог – организатор).

2. Доклад по теме «Здравоохранение – приоритетная задача. Система здравоохранительного воспитания общеобразовательной школы» (Т.С.Горбунова, школьный фельдшер).

3. Из опыта работы «Роль классного руководителя в формировании у учащихся навыков здорового образа жизни» (М.Н.Сверкунова, учитель начальных классов).

4. Решение педагогического совета.

ВВЕДЕНИЕ.

1. **Доклад на тему** «Роль школы и семьи в приобщении детей и подростков к здоровому образу жизни»

Проблема здоровья современного человека как никогда актуальна в нашем обществе.

**(Слайд 2)** Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. При встречах, расставаниях с близкими людьми мы желаем им доброго и крепкого здоровья, т.к. это – основное условие и залог полноценной и счастливой жизни. **(Слайд 2)** Здоровье помогает нам выполнять наши планы, успешно решать основные жизненные задачи, преодолевать трудности. Каждому из нас присуще желание быть сильным и здоровым, сохранить как можно дольше подвижность, бодрость, энергию и достичь долголетия. **(Слайд 2)** Эта главная ценность жизни. Его не купишь ни за какие деньги, его надо сохранять, оберегать и улучшать смолоду, с первых дней жизни ребенка.

Ухудшение здоровья детей школьного возраста в России стало не только медицинской проблемой, но и серьезной педагогической проблемой. Если мы хотим достичь цели – направить выбор детей к принятию здорового образа жизни, то должны признать их право иметь полезные идеи и взгляды на самих себя. Мы должны уважать их как граждан с правами на здоровье и ответственностью за него и искать такие подходы, которые бы помогали нам понять, как они видят мир.

**(Слайд 3) Кто должен и может взять на себя такую роль?** Прежде всего – семья, родители, затем – школа, учителя. А из учителей в первую очередь тот, кто больше всего общается с детьми, причем не формально, но близко на протяжении многих лет, проходя с ними по непростому пути школьного бытия с его радостями и тревогами. Речь идет, конечно же, о классном руководителе.

В настоящее время актуальной проблемой современного общества становится формирование здорового образа жизни людей, который, в свою очередь является не только основой хорошего самочувствия человека, но и путём к оздоровлению нации. При этом необходимо учесть, **(Слайд 4)** что здоровый образ жизни человека не складывается сам по себе в зависимости от обстоятельств, а формируется в течение жизни постоянно и целенаправленно.

**(Слайд 4)** Здоровый образ жизни – это укрепление связи человека с природой путём преодоления вредных привычек, физической и духовной закалки, профессионального и культурного саморазвития личности.

**(Слайд 5)** Известно, что на состояние здоровья ребенка влияют различные факторы: здоровье на 18-20% зависит от окружающей среды, на 20% - от наследственности, на 10-12% от медицины и на 50% - от образа и условий жизни человека. Основная составляющая – образ жизни.

Избежать множества заболеваний, уменьшить влияние вредных факторов на формирование здоровья помогает ЗОЖ, основам которого учит не только школа, но и семья. Общество заинтересовано в прочной духовно, нравственно и психологически здоровой семье. Именно в семье происходит преломление социальных влияний на детей. Насколько здоровой является семья, настолько жизнеспособно всё общество.

Вопросы распорядка дня, личной гигиены, рациональная система питания, занятия спортом, закаливание, гигиена кожи, гигиена одежды, обуви, жилища, борьба с вредными привычками – ко всему этому должна быть потребность, а она закладывается в семье.

Хорошо, когда ребёнок всегда выполняет свой режим дня (вовремя ложится спать, ест, готовит уроки и т.д). Такой ребёнок на всём экономит время и меньше устаёт.

В каждой семье режим дня организуется по-разному. Но, к сожалению, сами взрослые зачастую бывают весьма не дисциплинированны в выполнении этого режима. Более того, с лёгкостью дают добро на нарушение режима своим детям. В первую очередь это касается сна.

Систематическое недосыпание нарушает работоспособность ЦНС, приводит к переутомлению и неврозам. А чтобы этого не случилось, жалея своих детей, родители щедро позволяют им подолгу спать утром. Особенно чётко это прослеживается по субботам.

Мы знаем, что особую тревогу вызывает тот факт, что большинство учащихся вместо прогулок на свежем воздухе просиживают у телевизора или компьютера по 2 – 3 часа, а то и больше.

Пример родителей ничем не заменишь. К сожалению, только малая часть семей в

России начинает свой день с зарядки, проводит выходные дни на природе и т.д.

Общество, в котором живём мы и наши дети, школьное воспитание всего лишь помогает сформировать навыки ЗОЖ, но на первом месте всегда будет семья. Дети во всём подражают родителям, даже если в подростковом возрасте отрицают это.

**(Слайд 6)** Семья – это целый мир со своими правилами, отношениями к жизни, здоровью, воспитанию.

То есть процесс взаимодействия семьи и школы должен быть направлен на активное включение родителей в учебно-воспитательный процесс, во внеурочную досуговую деятельность, сотрудничество с детьми и педагогами.

**(Слайд 6)** Сотрудничество школы и семьи начинается с изучения условий и микроклимата семейного воспитания, индивидуальных особенностей детей и родителей.

Изучение семьи ученика позволяет педагогу ближе познакомиться с ним, понять стиль жизни семьи, ее уклад, традиции, духовные ценности, воспитательные возможности, взаимоотношения ученика с родителями. При этом в работе с родителями необходимо осуществлять дифференцированный подход. Поскольку семьи бывают разные, из них можно выделить **(Слайд 7) пять типов семей**, сгруппированных по принципу возможности использования их нравственного потенциала для воспитания своего ребенка, детей класса:

**(Слайд 7) 1-й тип**: семья с высоким уровнем нравственных отношений. В них здоровая моральная атмосфера, дети получают возможность для развития своих способностей.

**(Слайд 7) 2 –й тип:** семьи, характеризующиеся нормальными отношениями между родителями, но при этом не обеспечивающие положительную направленность в воспитании детей.

**(Слайд 8) 3 –й тип:** конфликтные семьи. В таких условиях родителям не до детей, они сами не могут разобраться в своих отношениях.

**(Слайд 8) 4 –й тип:** внешне благополучные семьи, в которых процветает бездуховность, отсутствуют истинные нравственные ценности, эмоциональная связь поколений часто нарушена.

**(Слайд 8) 5 –й тип:** неблагополучные семьи, для которых характерны грубость, скандалы, аморальное поведение.

Чем более крепким здоровьем и хорошими физическими данными мы вооружим наших детей в младенчестве, тем лучше они потом приспособятся к новым социальным условиям.

Таким образом, основной задачей для родителей является: формирование у ребенка нравственного отношения к своему здоровью, которое выражается в желании и потребности быть здоровым, вести ЗОЖ. Он должен осознать, что здоровье для человека - важнейшая ценность, главное условие достижения любой жизненной цели, и каждый сам несет ответственность за сохранение и укрепление своего здоровья. В этом ничто не может заменить авторитет взрослого: «Начинать надо с себя – взрослого, и пусть будут здоровы наши дети!»

**(Слайд 9)** Какие **мероприятия** используются и могут быть использованы для достижения цели и задач, способствующих здоровому образу жизни?

- организация полноценного питания в школе (Хорошая организация школьного питания ведёт к улучшению показателей уровня здоровья детей, учитывая, что в школе они проводят большую часть своего времени. Полноценное и сбалансированное питание способствует профилактике заболеваний, повышению работоспособности и успеваемости, физическому и умственному развитию детей);

- классные часы по ЗОЖ;

- общешкольные мероприятия (Проведение достаточного количества разнообразных школьных мероприятий по тематике ЗОЖ, несомненно, приведут к положительным результатам);

- беседы с привлечением школьного фельдшера (и других специалистов);

- индивидуальная беседа (о внешнем виде, о курении и т.д);

- анкетирование учащихся по проблемам ЗОЖ;

- спортивные соревнования, мероприятия (Во время занятий хорошо прослеживаются межличностные связи, приобретаются жизненно важные умения и навыки, развиваются личностные качества учащихся, совершенствуются физические и функциональные возможности организма);

- проведение профилактических акций (Формирование у детей установки на здоровый образ жизни, ответственного и бережного отношения к своему здоровью, прививать практические навыки ЗОЖ).

Как же наши дети понимают, что такое здоровье?

**(Слайд 10) Высказывания учащихся:**

**(Слайд 10)** - «Это самое лучшее в жизни. Здоровье для человека – самое дорогое».

**(Слайд 10)** - «Это жизнь, добро, счастье».

**(Слайд 10)** - «Здоровье никто не подарит, как какую-нибудь вещь или игрушку. Здоровье ты должен себе сделать сам».

**(Слайд 11)** - «Здоровье – это не значит только питаться фруктами и делать зарядку. Ещё надо быть добрым. Если ты злой, то это отражается на твоём организме и на других людях».

**(Слайд 11)** - «Человек не полностью здоров, если его душа неспокойна».

**(Слайд 11)** - «Человек может быть силен, крепок, но морально нездоров».

**(Слайд 12)** - «Здоровые люди любят природу, видят мир красивым, не ленятся и не болеют».

**(Слайд 12)** - «Быть здоровым, спортивным становится престижным».

**(Слайд 12)** - «Чтобы быть здоровым, надо иметь здоровые мысли: не думать никогда о плохом».

Кроме того, япровела **анкетирование среди родителей по теме «Здоровый образ жизни».** Опрос был проведен с 22 родителями, сдали анкеты 17 человек. Было предложено 15 вопросов.

«Люди, чувствующие себя хорошо, дают хорошие результаты».

Д. Карнеги.

1. Читаете ли Вы литературу о здоровом образе жизни?

Да - 7, нет - 8, иногда – 2

2. Используете ли полученные знания в воспитании Вашего ребенка?

Да - 5, нет - 7, иногда – 5

3. Можно ли назвать образ жизни в вашей семье здоровым?

Да - 4, нет - 11, иногда – 2

4. Делаете ли Вы утреннюю гимнастику?

Да - 2, нет - 14, иногда – 1

5. Есть ли у Вас или у других членов семьи вредные привычки? Обозначьте их.

Да – 15 (курение, спиртные напитки (праздники), нет – 2

6. Как Вы организуете питание в Вашей семье?

Полноценное питание – 9

Предпочтение отдаете каким - то одним видам продуктов - 2

Питаетесь регулярно - 1

Нерегулярно – 5

7. Как воздействует на вашего ребенка климат в семье?

Положительно – 6

Отрицательно – 3

Не воздействует – 8

8. Что вы считаете здоровым образом жизни? (Дайте ответ)

Здоровье – это занятие спортом (7 человек), правильный режим дня (3 человека), исключить вредные привычки – 4, затрудняюсь ответить – 3

9. Воздействуете ли Вы на своих детей с целью формирования у них привычки к здоровому образу жизни?

Да – 12,

Нет – 5

10. Занимаетесь ли Вы закаливанием своих детей?

Да – 5,

Нет – 12

11. Занимаетесь ли Вы физической культурой и играми вместе со своими детьми?

Да - 5,

Нет – 11,

Иногда – 1

12. Сколько времени Ваша семья ежедневно проводит на свежем воздухе?

До 1 час – 9 человек,

1,5- 2 часа – 6

Больше – 2 человека

13. Какой спортивный инвентарь есть в семье? (Перечислите)

Скакалка, лыжи, гантели, санки, ватрушки, коньки.

14. Часто ли болеет Ваш ребенок?

Да - 10,

Нет – 7

15. Считаете ли Вы, что Ваша семья ведёт здоровый образ жизни? (Обоснуйте)

Да – 5 (занимаемся спортом, правильно питаемся, проводим время на свежем воздухе), Нет - 12 (нарушен распорядок дня; мало времени проводим на свежем воздухе; вредные привычки присутствуют).

**(Слайд 13)** *«Наш организм для 120 лет жизни. Если мы живем меньше, то это вызвано не недостатками организма, а тем, как мы с ним обращаемся».
 К. Купер*

**Вывод:**

Таким образом, успешное обучение навыкам ЗОЖ во многом обеспечивается выбором форм методической работы с педагогическим коллективом, зависит от заинтересованности и мастерства педагогов, их умения использовать разнообразные формы работы. Работа с родителями проводится по определенной системе, используются различные формы работы. В связи с этим вопросы здоровьесбережения ежегодно актуализируются, обновляются в рамках методической работы классных руководителей, учителей-предметников.

Тем приятнее успех, тем ощутимее радость педагогического творчества, плодами которого будет здоровье детей.

**2. Доклад по теме** «Здравоохранение – приоритетная задача. Система здравоохранительного воспитания общеобразовательной школы» (Т.С.Горбунова, школьный фельдшер).

3. **Доклад** «Роль классного руководителя в формировании у учащихся навыков здорового образа жизни» (из опыта работы) (М.Н.Сверкунова, учитель начальных классов).

**(Слайд 14)** 4.**Решение педагогического совета:**

- Продолжать работу по сохранению здоровья школьников. Уделять пристальное внимание проведению классных часов, круглых столов и т.д., направленных на здоровьесбережение.

- Продолжить работу по сотрудничеству семьи и школы в воспитании гармонично развитой личности.

- Учителям предметникам проводить физминутки с лечебным эффектом.

- Продолжить пополнять копилку классными часами, конкурсами, диспутами, презентациями ЗОЖ.

- Применять в работе с классным коллективом современные здоровьесберегающие технологии.

- Учитывать возрастные особенности при использовании различных технологий в организации воспитательного процесса.

**Список использованной литературы.**

1.Баль Л.В., Барканов С.В. Формирования здорового образа жизни российских подростков. М., 2003.

2.Гузиков Б.М., Мейроян А.А. Что губит нас… О проблеме алкоголизма, наркомании и табакокурения. М., 1990.

3.Классному руководителю. М., 1999.

4.Педагогика здоровья. М., 1990.

5.Эльконин Д.Б. Психология игры. М., 1999.

**Анкета для родителей по здоровому образу жизни**

1. Читаете ли Вы литературу о здоровом образе жизни?

(Да, нет, иногда)

2. Используете ли полученные знания в воспитании Вашего ребенка?

(Да, нет, иногда)

3. Можно ли назвать образ жизни в вашей семье здоровым?

(Да, нет, иногда)

4. Делаете ли Вы утреннюю гимнастику?

(Да, нет, иногда)

5. Есть ли у Вас или у других членов семьи вредные привычки? Обозначьте их.

6. Как Вы организуете питание в Вашей семье?

(Полноценное питание, предпочтение отдаете каким - то одним видам продуктов,

питаетесь регулярно, нерегулярно).

7. Как воздействует на вашего ребенка климат в семье?

(Положительно, отрицательно, не воздействует)

8. Что вы считаете здоровым образом жизни? (Дайте ответ)

9. Воздействуете ли Вы на своих детей с целью формирования у них привычки к здоровому образу жизни?

(Да, нет)

10. Занимаетесь ли Вы закаливанием своих детей?

(Да, нет)

11. Занимаетесь ли Вы физической культурой и играми вместе со своими детьми?

(Да, нет, иногда)

12. Сколько времени Ваша семья ежедневно проводит на свежем воздухе?

13. Какой спортивный инвентарь есть в семье? (Перечислите)

14. Часто ли болеет Ваш ребенок?

(Да, нет)

15. Считаете ли Вы, что Ваша семья ведёт здоровый образ жизни? (Обоснуйте)

(Да, нет)

**Анкета для родителей по здоровому образу жизни**

1. Читаете ли Вы литературу о здоровом образе жизни? (Да - 7, нет - 8, иногда – 2)

2. Используете ли полученные знания в воспитании Вашего ребенка? (Да - 5, нет - 7, иногда – 5)

3. Можно ли назвать образ жизни в вашей семье здоровым? (Да - 4, нет - 11, иногда – 2)

4. Делаете ли Вы утреннюю гимнастику? (Да - 2, нет - 14, иногда – 1)

5. Есть ли у Вас или у других членов семьи вредные привычки? Обозначьте их.

Да – 15 (курение, спиртные напитки (праздники), нет – 2

6. Как Вы организуете питание в Вашей семье?

Полноценное питание – 9

Предпочтение отдаете каким - то одним видам продуктов - 2

Питаетесь регулярно - 1

Нерегулярно – 5

7. Как воздействует на вашего ребенка климат в семье?

Положительно – 6

Отрицательно – 3

Не воздействует – 8

8. Что вы считаете здоровым образом жизни? (Дайте ответ)

Здоровье – это занятие спортом (7 человек), правильный режим дня (3 человека), исключить вредные привычки – 4, затрудняюсь ответить – 3

9. Воздействуете ли Вы на своих детей с целью формирования у них привычки к здоровому образу жизни? (Да – 12, Нет – 5)

10. Занимаетесь ли Вы закаливанием своих детей? (Да – 5, Нет – 12)

11. Занимаетесь ли Вы физической культурой и играми вместе со своими детьми?

Да - 5,

Нет – 11,

Иногда – 1

12. Сколько времени Ваша семья ежедневно проводит на свежем воздухе?

До 1 час – 9 человек,

1,5- 2 часа – 6

Больше – 2 человека

13. Какой спортивный инвентарь есть в семье? (Перечислите)

Скакалка, лыжи, гантели, санки, ватрушки, коньки.

14. Часто ли болеет Ваш ребенок? (Да - 10, Нет – 7)

15. Считаете ли Вы, что Ваша семья ведёт здоровый образ жизни? (Обоснуйте)

Да – 5 (занимаемся спортом, правильно питаемся, проводим время на свежем воздухе), Нет - 12 (нарушен распорядок дня; мало времени проводим на свежем воздухе; вредные привычки присутствуют).

**Высказывания учащихся**

 «Это самое лучшее в жизни. Здоровье для человека – самое дорогое».

 «Это жизнь, добро, счастье».

 «Здоровье никто не подарит, как какую-нибудь вещь или игрушку. Здоровье ты должен себе сделать сам».

 «Здоровье – это не значит только питаться фруктами и делать зарядку. Ещё надо быть добрым. Если ты злой, то это отражается на твоём организме и на других людях».

 «Человек не полностью здоров, если его душа неспокойна».

 «Человек может быть силен, крепок, но морально нездоров».

 «Здоровые люди любят природу, видят мир красивым, не ленятся и не болеют».

 «Быть здоровым, спортивным становится престижным».

 «Чтобы быть здоровым, надо иметь здоровые мысли: не думать никогда о плохом».