**9.11.2009г.**

**сценарий тематического родительского собрания**

Автор: преподаватель изобразительных искусств - Карбовская А.В.

Родительское собрание

***Тема:*** «Профилактика здоровья – ЗРЕНИЕ»

**Цель**: Сформировать программу оздоровления детей.

Подготовительный этап

1. Приглашение родителей на собрание

2. Анализ обследования учащихся класса по медицинским справкам из городской поликлиники, причин пропусков занятий.

Оборудование:

Листы ватмана, маркеры, магниты, магнитная доска.

**Ход собрания:**

Классный руководитель (в роли ведущего).

Мы сегодня собрались, чтобы поговорить об очень важных вещах.

Предлагаю провести наше собрание в форме деловой игры. Но вначале, приглашаю послушать анализ результатов медицинского обследования детей.

Официальная статистика свидетельствует об ухудшении здоровья учащихся общеобразовательных школ. Так, на сегодняшний день, по данным Министерства здравоохранения России, 90 % детей имеют существенные отклонения в состоянии здоровья, у 60-70 % наблюдаются мозговые дисфункции, а 35 % вовсе хронически/больны, и лишь 5-10 % детей приходят в школу с диагнозом «здоров». Не редкой для учителя стала жалоба ученика на головную боль, а снижение памяти, усталость и невозможность сосредоточиться в конце учебного дня стали непременным атрибутом современного школьника. Почти все нынешние дети повышенно возбудимы, чаще всего физически ослаблены вследствие неполноценного питания, экологического и социального неблагополучия условий жизни.

На сегодняшний день в нашем 3 классе только лишь 36 % здоровых детей. Остальные дети страдают разного рода хроническими заболеваниями: искривление осанки, плоскостопие, близорукость, бронхиальная астма, очень частые простудные заболевания.

Японская пословица гласит: «Простуда - корень всех болезней». Позволю себе перефразировать это высказывание. «Пренебрежение - корень всех болезней». Попробуем воспользоваться этим высказыванием и подумаем о том, какого рода пренебрежения ведут к болезням.

Итак, давайте, определим проблемы, которые беспокоят вас больше всего.

Родители высказываются:

* Нарушение режима питания;
* Нагрузки на уроках физкультуры;
* Ухудшение зрения;
* Неправильная осанка;
* Перегрузки;
* Частые головные боли;
* Частые простудные заболевания;
* Плохое зрение

Классный руководитель (в роли ведущего).

А теперь, я предлагаю вам объединиться вокруг проблемы, которая беспокоит вас больше всего. И обсудить пути ее решения.

Родители рассаживаются по группам и обсуждают тему в течение 1О - 15 мин. Затем оформляют свои мысли на ватмане.

Далее представитель каждой группы озвучивает изображение на ватмане.

Общими усилиями присутствующих (родители, , классный руководитель) формулируются выводы.

Нарушение режима питания: Дети часто отказываются от питания в школе, так как оно им просто не нравится, или питаются только бутербродами, пирожками, шоколадками. Но, тем не менее, дети должны получать завтрак с включением мясомолочных, белковых продуктов, снимающих усталость и придающих ребенку силу, и горячий обед из трех блюд с обязательным фруктовым десертом.

Частые простудные заболевания. Причины возникновения простуды далеко не ясны. Допустим, три относительно здоровых человека одновременно вдохнули один и тот же вирус гриппа. У одного он может привести к пневмонии, другой начнет просто покашливать, с третьим вообще ничего не случится - он останется здоров. Во время тобой самой сильной эпидемии всегда находятся люди, которые все-таки не заражаются. Это именно те, у которых крепкий иммунитет - в результате хорошей наследственности или работы над своим здоровьем. Можно верить во всевластие микробов и вирусов, а можно и исправлять те жизненные условия, которые делают человека предрасположенным к болезни. В первую очередь это здоровое питание: ребенок должен получать весь спектр необходимых витаминов и минералов из продуктов питания, закаливание, прогулки на свежем воздухе в любую погоду, проветривание помещений, частые влажные уборки. Если же все-таки ребенок заболел, то, можно ли обойтись без лекарств, в случае простуды?

Действительный эффект лекарства скорее похож на дождь из игл дикобраза. Практически нет лекарств, которые не имели бы каких-либо побочных эффектов. При этом было бы абсурдом утверждать, что врачи никогда не должны прописывать фармакологически активных лекарств. Есть случаи, когда лекарственное лечение абсолютно необходимо. Но вместе с тем необходимо помнить, что организм, привыкая к постоянному потреблению медикаментов, перестает сам бороться с болезнями. Поэтому особенно важны в охране здоровья детей два аспекта: с одной стороны, повышение сопротивляемости острым заболеваниям верхних дыхательных путей с помощью различных закаливающих процедур, с другой – использование нефармакологических мер, которые прошли проверку временем.

Ухудшение зрения - неблагоприятно влияет на обучение изобразительной деятельности, из 17 учащихся – 9 человек носят очки. На первые мест, ближе к постановке, можно посадить только 4-х человек, 5 человек уже хуже видят все нюансы , что ведёт к снижению оценки.

Неправильная осанка. Современная школа порой сама способствует ухудшению здоровья детей. К примеру, в течение учебного года у учащихся отмечается снижение веса и содержания гемоглобина в крови. Необходимо создать программы реабилитации и сохранения здоровья всех детей, и вполне здоровых, и нуждающихся в этом, поскольку здоровье- это не только отсутствие болезней и физических дефектов, а состояние полного физического, душевного проводятся по рекомендациям физиологов и гигиенистов и социального благополучия. Обязательным элементом здоровье сберегающей организации урока у преподавателя должны быть физкультминутки.

Правильную осанку надо формировать с детства. Не надо ругать малыша или хлопать его по спине. Просто объяснить, что хорошая осанка придает фигуре стройность, обеспечивает отличное здоровье и самочувствие. Ребенок поймет, что сможет выигрывать спортивные соревнования, нравиться одноклассникам, не болеть, и добровольно согласится следовать вашим советам. Особенно если это будет интересно. Нельзя забывать про холодные обтирания – они закаляют и способствуют повышению мышечного тонуса. Большое значение имеет правильное питание с достаточным количеством полноценных веществ: витаминов, минералов, белков. Но самый главный секрет хорошей осанки - регулярные и правильные упражнения. Например: подтянитесь, будто прямо из середины груди отходит вперед и несколько вверх, под углом 45 градусов, трос, который тянет вверх. Грудь расширяется. Плечи сами собой расправляются. А спина делается прямой. Эго простое упражнение можно делать сидя, в том числе в школе на перемене. Оно сразу дает ощущение свободного, глубокого вдоха, увеличения объема легких. Упражнение, которое может особенно понравиться ребенку, - втягивание и выпячивание живота (при выпячивании - вдох, при втягивании - выдох). Можно даже сказать, что так делают йоги. При этом тело должно быть выпрямлено, а руками необходимо опираться о колени.

Перегрузки. Частые головные боли. Нервозность

Прерогативой деятельности администрации школы должно быть создание здоровьесберегающего образовательного пространства и условий организации учебно-воспитательного процесса.

Поддержание комфортной температуры, регулярное проветривание классных комнат, а также контроль над чистотой полов в кабинетах и рекреациях - важный элемент создания экологического пространства. Обязательная сменная обувь позволит не только соблюдать относительную чистоту классных комнат и рекреаций, но и улучшит воздушную среду школьных помещений. Свежему действию воздуха должно уделяться самое пристальное внимание, поэтому известные всем возможности очищения воздуха в помещении при помощи комнатных растений в школе должны учитываться в полном объеме.

Вопреки представлению о том, что юмор и смех на уроке подрывают дисциплину, приоритетной задачей педагогического коллектива является создание в школе благоприятного эмоционального климата. Это составляет основу эмоционально-поведенческого пространства школы. Добрый юмор и смех, с одной стороны, дарят здоровье, с другой - настраивают на доверительное общение ученика с учителем.

Забота о здоровье детей должно происходить на высоком профессиональном уровне, с учетом комплекса медицинских, психолого-педагогических и социальных факторов.

После обсуждения всех проблем, влияющих на здоровье детей, возник вопрос: стоит ли заострять внимание детей на их самочувствии.

Возникает вполне закономерный вопрос: как же добиться реального оздоровления детей? Нужно не рассказывать о пользе молочных продуктов, а дать лишний стакан молока. Не пугать последствиями нарушения осанки, а научить комплексу эффективных упражнений, но главное, так организовать учебный процесс, чтобы дети чувствовали себя комфортно. Очень важно избегать перегрузок, для чего надо сбалансировать расписание уроков, грамотно чередуя умственную и физическую нагрузку, занятия в классе и на свежем воздухе.

Все мы желаем своим детям добра. Только понимаем его по-разному. А главное, избираем разные пути для достижения цели. Но тут время вспомнить старую истину: «Всякое древо познается по плодам его». Да, мы обязаны давать детям советы по укреплению здоровья! Но делать это лучше не на уроках, а во время похода, прогулки на природе, утренника, или какого – то иного внеклассного мероприятия.

***Решение родительского собрания:***

*программа по профилактики оздоровления детей.*

1.Во всем, что касается здоровья ребенка не пренебрегать никакими мелочами. Ибо нет мелочей, когда закладывается будущее ребенка, его физическое и психическое здоровье. 2.Не поощрять пропуски уроков.

3. Объяснять детям необходимость здорового питания, прогулок, закаливания.

4. Воспитывать культуру здорового образа жизни собственным примером, так как это самый действенный способ воздействия на детей. Силами родителей организовывать выходы на природу для всего класса. ( на пример на пленэр)

5.Учащимся с ослабленным зрением по чаще проходить обследование у врача и заниматься профилактикой лечения зрения.