**Воспитание здорового ребенка.**

Агрессивность, тревожность и другие отклонения в психическом состоянии школьников стали серьезной психолого-педагогической проблемой. Как должен реагировать педагог? И здесь действует один всеобщий закон – прежде всего, необходимо разобраться в истинных психологических причинах такого поведения. Причины могут быть связаны с необходимостью хорошо учиться, с трудностями в общении со сверстниками, с учителем, с одноклассниками, в общении с семьей, это может быть социальной проблемой, ослаблением чувства безопасности при неправильных взаимоотношениях родителями, а также ошибки, допущенные в воспитании.

К чему это приводит?

В первую очередь, конечно, к нарушению психики, психологического и духовно-нравственного здоровья детей, также отклонениям от норм поведения, к затруднению общения с окружающими. Продолжительность такого состояния отрицательно влияет на физическое здоровье детей. Здоровье ребенка зависит от правильной организации оздоровительной, воспитательной работы по охране и укреплению физического и психического здоровья детей, по формированию образа жизни. Это приводит к необходимости искать новые формы и методы воспитания.

Основным направлением «Программы развития воспитания детей и учащейся молодежи» является укрепление и развитие связей с семьей по проблемам воспитания детей.

Без семьи невозможно полноценно воспитать человека. Первые шесть лет своей жизни ребенок усваивает 60% того, что он узнает за всю оставшуюся жизнь. К тому же ребенок проводит 3/4части дня дома, в семье. Только в полноценной семье человек может быть по-настоящему счастлив, обрести мир в душе, равновесие, тишину сердца.

Принимая детей в первый класс, я провожу первое родительское собрание, где родители знакомятся с образовательно-развивающими и воспитательными задачами обучения в первом классе.

Также провожу лекции, беседы и практические занятия с родителями по созданию дружного творческого коллектива. А со 2-го класса стараюсь организовать работу так, чтобы интересы класса совпали с интересами семьи. Здесь нужно и важно отметить, чтобы родители с желанием приходили в школу, чтобы наладилась тесная связь семьи и школы. Успешно проходят интеллектуальные игры для детей и родителей, мини-праздники с участием родителей, телевизионные игры-передачи, «костер прощения» в конце каждого учебного года, где учащиеся и родители пишут на бумажках свои обиды и недостатки и сжигают их.

С такими традиционными системами воспитания уже давно все знакомы.

Я хочу поделиться опытом работы по замечательной технологии в сфере воспитания- организация коллективных творческих дел (КТД).

КТД способствуют объединению педагогов, родителей и воспитанников, дают возможность реализовать и развить свои способности ученику, формировать коллектив единомышленников.

При организации КТД каждому предоставляется возможность определить для себя долю, характер своего участия и ответственности. КТД позволяют создать в школе широкое игровое творческое поле, которое заключается в том, что каждый участник дела находится в ситуации придумывания, сочинительства, фантазирования, т.е. создания чего-то нового.

КТД содержат в себе ценные ориентиры, на которых строится жизнь этого большинства, позволяют перевести ценные системы в личные ценности каждого из ее участников.

Проведенные нами КТД на тему «Снижение психической напряженности школьников», «Причины и последствия детской агрессии», «Папа, мамам и я – читающая семья», «Оправах детей в Конвенции», «Любимое дело» и.т.д., их разнообразие и периодичность позволили учащимся реализовать свои интересы и потребности, развивать интеллектуальные и творческие способности, снять психическую напряженность, а родителям они дают возможность реально почувствовать свою ответственность за обеспечение условий жизни, необходимых для развития ребенка.

Проведение КТД повышает эффективность воспитательной работы; объединяет учащихся, педагогов и родителей, дает возможность достичь поставленных целей, способствует приобретению положительных привычек, формированию характера, развитию способностей, активизации творческой инициативы, ответственности, формированию положительной мотивации, у родителей вызывает доверие к учителю, веру в своих детей.

**Конспект мероприятия, проведенного в 4-мклассе по технологии КТД на тему «Снижение психической напряженности школьников»**

*Цели КТД:*

Определение причины тревожности и снятие напряженности у учащихся;

Привлечение родителей к решению воспитательных задач;

Вооружение родителей приемами работы по снятию напряженности;

Воспитание любви, уважения и доверия к семье, к самому себе;

Пропаганда здорового образа жизни.

*Подготовительная работа:*

- анкетирование на тему «Меня часто тревожит…»;

Составление диаграммы «Причины тревожности учащихся»;

-оформление совместно с учащимися пригласительных билетов для родителей;

-составление анкеты «Десять Я»;

- подготовка наглядного материала и оборудования.

*Наглядный материал и оборудование:*

- компьютер;

-мячи для организации педагогических приемов по методике В.И.Сивакова;

- диаграмма, отражающая результат анкетирования;

- анкета №1 «Меня часто тревожит…»;

-анкета «Десять Я»; (по количеству учащихся и родителей);

-плакат с изображением руки, которая является символом и объединяет различные мнения родителей и дает учителю возможность принять правильное решение для планирования дальнейшей работы;

- плакат с надписью: «Чаще всего я радуюсь, когда…».

**План мероприятия.**

I. Сообщение темы и цели.

1.Ознакомление родителей и учащихся с результатами анкетирования (вывешивается плакат с диаграммой или диаграмма показывается на экране компьютера).

2. Рассказ учителя:

- о причинах детской тревожности;

-о правах детей в Конвенции.

II. Анкетирование одновременно родителей и учащихся. (Анкета №2 «Десять Я»)

III. Пути преодоления детской тревожности и агрессии. Педагогические приемы по методике В.И.Сивакова для снижения агрессивности и тревожности школьников. «Эстафета с тремя мячами», «Выталкивание в приседе», «Расстановка в эстафете».

IV. Решение проблемной ситуации.

1.Отрывок из сочинения ученика «Когда я стану отцом..».

2.Решение учащимися ситуационных задач для выявления негативных и позитивных чувств к членам семьи.

3. Игра «Будь рядом, папа!»

V. Рефлексивный этап.

1.Проведение игры «Закончи предложение», «Чаще всего я радуюсь, когда…» (дети и родители по очереди заканчивают предложения).

2.Вывод учителя:

- о роли семьи и школы в снижении психической напряженности учащихся.

- о роли игры в снижении детской агрессии и тревожности.

3. Отзыв родителей о КТД.

**Ход мероприятия.**

Учитель. Тема нашей сегодняшней совместной работы «Снижение психической напряженности школьников». Обратите внимание на экран компьютера, где показывается результат анкетирования учащихся в виде диаграммы.

Предварительно для выявления причин тревожности учащихся мною проводилось анкетирование на тему «Меня часто тревожит…». Анализ ответов показал, что причиной тревожности являются конфликты в семье. Ведь для младшего школьника характерна повышенная потребность в общении с родителями.



60 % показывает, что причиной тревожности является конфликт в семье. Ссоры родителей, переживание, страх, предъявление различных противоположных по содержанию требований, недостаток и избыточность внимания к нему, выражение недоверия, авторитарный стиль воспитания, неумение родителей принять детей такими, какие они есть, с их недостатками и отрицательными чертами, что также является причиной конфликта. Ребенок, переживший такие ситуации, находится в состоянии повышенной тревожности.

Как же надо поступать, что делать и чего не делать родителям? Главное – это устранять основные причины повышения общей тревожности. Для этого заставьте себя внимательно присмотреться к ребенку, ко всей ситуации в целом, повысить чувство уверенности ребенка в себе.

Именно тогда, когда ребенку трудно, когда он охвачен тягостным переживанием, родители должны проявить свою любовь, свою родительскую нежность, считаться с его правами, желаниями. В «Конвенции о правах ребенка» говорится, что родители несут основную ответственность за обеспечение условий жизни, необходимых для развития ребенка, это значит, что должны создать мирную теплую обстановку в семье.

А знаем ли мы своих детей? Теперь проведем анкету №2 «Десять Я». В анкете указывается 10 качеств.

Я - добрый

Я – послушный

Я – злой

Я – терпеливый

Я – упрямый

Я – хороший друг

Я – безразличный

Я – умный

Я – обидчивый

Я – равнодушный

(Анкета раздается и учащимся, и родителям).

Учащиеся отмечают, какими качествами они обладают, а родители отмечают те качества, которыми обладает их ребенок. В конце работы анкетами обмениваются, и каждый – родители и учащиеся – делает себе вывод: знают ли родители своего ребенка, понимают ли его родители? (Результаты не оглашаются).

Учитель. Для снятия усталости, напряженности, агрессии и тревожности педагог, кандидат педагогических наук В.И.Сиваков предлагает разные педагогические приемы. Вот один из них.

Давайте все встанем с места и разучим некоторые приемы. (Учитель объясняет, родители и дети выполняют).

***Эстафета с тремя мячами.***

Прием направлен на конфликтующих. Причиной конфликта стала борьба за мяч. Конфликтная ситуация переводится в игровую. В эстафете с тремя мячами участвуют конфликтующие. Каждый получает по три мяча. Необходимо не только удержать мячи, но и выполнять задание (легкое, быстровыполнимое).При выполнении мячи падают, конфликтующие их поднимают, что вызывает положительные эмоции у самих участников и у всего класса в целом. Конфликт не вспоминается.

***Выталкивание в приседе.***

Конфликтующие находятся в круге диаметром 3 м. Они принимают положение приседа и берутся руками за голеностопы. Задача: толкаясь плечами и грудью, заставить соперника выйти из равновесия. При этом нельзя выпускать его за пределы круга. Поединок продолжается 30 сек. Если одолеть друг друга соперникам не удалось, объявляется ничья.

***Расстановка в эстафете.***

Комплектуют пары и группы учащихся с учетом их подготовленности, симпатий друг к другу. Тревожные учащиеся двигательные задания выполняют предпоследними или последними, чтобы они могли сосредоточить внимание и глубоко осмыслить двигательное задание.

Эти приемы очень эффективны для снятия напряженности, хотя для детей это просто игра.

А теперь решим несколько проблемных ситуаций.

Ситуация для родителей. (Читается отрывок из сочинения ученика «Когда я стану отцом…»).

*« … Когда у меня будут свои дети, осенью я позволю им каждому гулять по лужам, а сам залезу в самую глубокую, потому что я отец. Зимой каждому позволю валяться в сугробе, а сам поднимусь до самой вершины, потому что я папа».*

Какой принцип воспитания у этого родителя? Какое влияние оказывает отец на детей?

Ситуационные задачи для учащихся.

1. Представь себе, что ты имеешь два билета в цирк. Кого бы ты позвал пойти с собой?
2. Ты выполняешь домашнее задание по технологии, вырезаешь, бумажное платье для куклы и тебе не везет. Кого ты позовешь на помощь?
3. Представь , что ты попал на необитаемый остров. С кем бы ты хотел там жить?
4. Ты получил в подарок интересное лото. Вся семья стала играть, но вас на одного человека больше, чем надо. Кто не будет играть?

Отвечают быстро. Выслушивается ответ каждого ученика и не обращается внимание на повторы.

Далее предлагается организовать игру для детей и родителей «Будь рядом, папа!». Во время игры необходимо, чтобы дети почувствовали помощь отца, его защиту и поддержку.

Учитель. В заключении проведем игру «Закончи предложение». Начало предложения записывается на доске или вывешивается плакат с надписью «Чаще всего я радуюсь, когда… (Слушаются ответы по очереди: учащиеся – родители – учащиеся…)

Подводя итог, хочу сказать , что я радуюсь тогда, когда мои ученики спокойны, здоровы, откровенны и счастливы.

Дорогие родители! Любите своих детей, будьте внимательнее к ним, играйте с ними. Ведь игра – главная сфера общения детей. В ней решаются проблемы межличностных отношений, дружбы; открывается простор для проявления своего «Я», личного творчества, активности, самовыражения, откровения, самопознания.

В конце хочу узнать о ваших впечатлениях, послушаем ваши отзывы о КТД по методике немецких педагогов.

(На доске вывешивается плакат с изображением руки, которая является символом и объединяет различные мнения родителей и дает учителю возможность принятия правильного решения для планирования дальнейшей работы).

Родителям раздаются кружочки. Они должны прикрепить свои кружочки там, с каким высказыванием они согласны.

**Примерные высказывания:**

1. Я узнал, что для снижения детской тревожности нужны игры.
2. Новым для меня стало то, что семейный конфликт может вызвать тревогу у ребенка.
3. Я убедился, что совместная работа родителей и школы может помочь снять тревожность учащихся.
4. Меня не могли убедить в том, что КТД снижает тревожность учащихся.
5. Я категорически против того, чтобы дети принимали участие в совместных классных собраниях.