

Автономное учреждение
«Образовательное учреждение дополнительного образования детей
«Детская школа искусств» муниципального образования
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
городской округ город Радужный

**План родительского собрания
«Основные направления взаимодействия
преподавателей, обучающихся и родителей в
2012 – 2013 учебном году»»**

(30 сентября 2012 года)

Составили:
Никитенко М.И., преподаватель
Синюкова Ф.Л., концертмейстер

г. Радужный

План проведения родительского собрания
«Основные направления взаимодействия преподавателей, обучающихся и
родителей в 2012 – 2013 учебном году»

Цель: максимальное сближение интересов родителей и преподавателя, концертмейстера детской школы искусств по обучению детей сольному пению и самореализации личности ребенка, вовлечение родителей в деятельность класса и АУ ОУ ДОД «Детская школа искусств» города Радужный в рамках учебной и внеурочной деятельности.

Задачи:

1) познакомить родителей с направлениями взаимодействия преподавателей, обучающихся и родителей в 2012 – 2013 учебном году в рамках учебной деятельности (Никитенко М.И., преподаватель);

2) познакомить родителей с планом мероприятий класса и АУ ОУ ДОД «Детская школа искусств» города Радужный в рамках внеурочной деятельности (Никитенко М.И., преподаватель);

3) оказать педагогическую помощь родителям в вопросах профилактики неуспеваемости детей в общеобразовательной школе и детской школе искусств посредством создания оптимального режима дня ребенка.

1. О направлениях взаимодействия преподавателей, обучающихся и родителей в 2012 – 2013 учебном году в рамках учебной деятельности (Никитенко М.И., преподаватель).
2. О плане мероприятий класса и АУ ОУ ДОД «Детская школа искусств» города Радужный в рамках внеурочной деятельности (Никитенко М.И., преподаватель).
3. Информационное сообщение для родителей «Режим дня школьника, обучающегося в детской школе искусств» (Синюкова Ф.Л., концертмейстер).

Информационное сообщение для родителей
РЕЖИМ ДНЯ ШКОЛЬНИКА,
ОБУЧАЮЩЕГОСЯ В ДЕТСКОЙ ШКОЛЕ ИСКУССТВ

(Синюкова Ф.Л., концертмейстер)

Уважаемые родители!

Всем вам известно, что правильно составленное расписание позволяет не только все успеть, но и... снижает уровень стресса и предотвращает развитие многих заболеваний! Когда вы знаете заранее, где в какое время должны быть, питаетесь в одно и то же время, в ваш график внесены физические упражнения и отдых, у вас меньше шансов приобрести невроз, язву и расстройство сна.

Давайте поговорим о расписании ребенка школьного возраста, у которого есть дополнительная нагрузка – учеба в детской школе искусств.

Утренний подъем.

В книгах советских времен, посвященных здоровью школьников, предлагалось будить ребенка в 7 утра, после чего еще оставалось время на утреннюю гимнастику, завтрак, застилание постели и прогулку до школы пешком. XXI век вносит свои коррективы – не все школы работают с 9 утра, не все учатся в школах «по району», дорога до которых пешком занимает 20 минут. Рассчитаем пробуждение ребенка просто: за 50 минут до выхода из дому. Далее у нас уйдет 20 минут на утреннюю гимнастику и застилание постели, 10 минут на умывание и одевание, 20 минут на завтрак.

Дорога в школу

Планируя дорогу в школу, просчитайте заранее, сколько времени в среднем она занимает у ребенка. Маленький секрет, чтобы никогда не опаздывать контролируйте, чтобы ребенок выходил на 5-10 минут раньше расчетного времени! У него будет запас драгоценных минут в случае возникновения непредвиденных ситуаций.

Специалисты по детскому здоровью настаивают: еще до начала занятий в школе ребенок должен минут 20 побыть на свежем воздухе, желательно, активно отдыхая. Итак, рассчитываем время на дорогу в школу так, чтобы 20 минут пройти пешком!

Когда ребенок уже достаточно большой и ходит в школу сам, вы не можете распланировать для него дорогу. Однако, если вы приучили его с первого класса к подобному утреннему моциону, то он и сам будет получать большое удовольствие от пешей прогулки перед занятиями, которая позволит

окончательно проснуться, взбодриться и приступить к работе в хорошем настроении.

Обеденное время

Идет ли ребенок из школы сам, или его кто-то забирает – обдумайте возможность еще одной прогулки. После часов, проведенных сидя за партой относительно неподвижно, после стресса, который ребенок переживает на уроках ежедневно, 20-30 минут на свежем воздухе будут очень кстати.

После возвращения домой, пока разогревается обед, ребенок должен разобрать портфель, переодеться, отправить в стирку спортивную форму и все остальное, что необходимо постирать. С самого раннего детства приучайте ребенка к этой «рутине возвращения домой» и уже во взрослые годы вас не будут раздражать разбросанные повсюду вещи и невозможность вовремя найти пару свежих носков.

Обеду посвящаем полчаса. Далее – отдых (ребенку до 8 лет обязательно часик поспать днем, для более старших детей – по желанию или по обстоятельствам). Только после этого ребенок может идти на уроки в детскую школу искусств или погулять на свежем воздухе (в зависимости от расписания уроков в ДШИ).

Дела вечерние

Сложно сказать, как правильнее распланировать вечер ребенка. Можно с уверенностью сказать только, что на уроки первокласснику необходимо выделить не менее часа, второкласснику – полутора часов. Выполнение домашних заданий по музыке потребуют от ребенка дополнительного времени. Это время обязательно должно быть выделено в расписании ребенка ежедневно, включая выходные дни.

По возможности старайтесь не планировать несколько занятий в ДШИ, художественной школе, спортивных секциях на один день. Даже если ребенок занимается и музыкой, и изобразительностью, и спортом, для его здоровья необходим также отдых и свободное время! Например, один день – уроки сольного пения, сольфеджио или музыкальная литература, другой день – бассейн или футбол. Лучше отказаться от тех занятий, которые не вписываются в такое расписание, чем перегружать сердечно-сосудистую систему ребенка и повышать и без того высокий показатель стресса.

Обязательно выделите в расписании часок вечером на свободные занятия ребенка. Для того, чтобы полноценно отдохнуть после рабочего дня и подготовиться ко сну, необходимо сбавлять темп постепенно. Вот сейчас можно и за компьютер забраться и один-два мультика посмотреть.

Когда укладывать спать

Специалисты советуют ложиться спать ребенку 7-8 лет в 20.30, 9-10 лет в 21.00, 11-14 лет в 21.30-22.00. Конечно, также это зависит от индивидуальных потребностей и особенностей ребенка: сова он или жаворонок, сколько часов объективно ему нужно, чтобы хорошо выспаться, легко ли он засыпает и как часто просыпается ночью. Однако общий знаменатель в зависимости от возраста все же есть.

В любом случае хотелось бы посоветовать родителям время укладывания спать сделать своеобразной зоной комфорта и для себя, и для детей. Пусть спокойно поплещется в ванной, облачится в уютную пижаму и заберется под одеяло с книжкой. Не включайте телевизор, лучше вообще уберите его от спального места! Выкройте 15 минут в собственном сложном графике, чтобы почитать вслух, даже если ребенок уже прекрасно читает сам. Поговорите несколько минут о завтрашнем дне, вспомните положительные моменты дня прошедшего. Это очень сближает!

Примерное расписание дня ребенка школьного возраста

Итак, подведем итоги. Наше приблизительное расписание для ребенка младшего школьного возраста будет выглядеть так:

Подъем: 6.40;

Утренняя зарядка, застилание постели: 6.40-7.00;

Умывание, одевание: 7.00-7.10;

Завтрак: 7.10-7.30;

Дорога в школу: 7.30-7.50;

Занятия в школе: 8.00-13.40;

Дорога домой: 13.40-14.00;

Обед: 14.15-14.45;

Уроки: 14.45-16.15;

Уроки в ДШИ или отдых (в зависимости от дня недели), сбор в школу на завтра: 16.15-19.00;

Свободное время и ужин: 19.00-20.00;

Купание, укладывание спать: 20.00-21.00.

Это только примерное расписание дня для ребенка. В зависимости от его индивидуальных склонностей и потребностей варьируется и время подъема, и время отдыха, и отрезок времени, отводимый на приготовление уроков. Вносят свои коррективы и расписание уроков в детской школе искусств... Мы можем только примерно подсказать, как организовать день школьника, чтобы времени хватало на все плюс на отдых с развлечениями, чтобы ребенок был здоров и полон энергии для новых занятий!

Библиография

1. Здоровье: Учебно-методическое пособие для учителей 1-11 классов / Под редакцией В.Н. Касаткина, Л.А. Щеплягиной. – Ярославль: Аверс Пресс, 2003.
2. Кардашенко В.Н., Прохорова М.В. Режим дня школьника. – М.: Изд-во «Медицина», 1967.