

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа села Бугульчан
муниципального района Куюргазинский район
Республики Башкортостан»

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по ВР:

Потапова Н.И. _____

« ____ » _____ 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ с.Бугульчан

Юсупова А.З. _____

« ____ » _____ 2020 г.

**ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
КЛАССНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ
5 КЛАССА
НА 2020/2021 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Составитель:

Мурзагулова Гульдар Нурулловна

классный руководитель 5 класса.

1. СВЕДЕНИЯ О КЛАССНОМ РУКОВОДИТЕЛЕ

Фамилия	Мурзагулова
Имя	Гульдар
Отчество	Нурулловна
Дата рождения	04.07.1972
Образование	высшее
Что и когда закончила	БГПИ, 2000г.
Категория	Первая
Стаж работы	19 лет
КПК по классному руководству	20.08.2020

УДОСТОВЕРЕНИЕ
о повышении квалификации

Мурзагулова Гульдар Нурулловна

ООО "Центр инновационного образования и воспитания"

Образовательная программа включена в информационную базу образовательных программ ДПО для педагогических работников, реализуемую при поддержке Минобрнауки России.

Год обучения 2020.
Город Саратов.
Дата выдачи: 20.08.2020

Прошёл(ла) обучение по программе повышения квалификации

"Организация деятельности педагогических работников по классному руководству" в объеме 17 часов.

Генеральный директор






2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ НА 2020/2021 УЧЕБНЫЙ ГОД

Цель: воспитание, социально-педагогическая поддержка становления и развития высоконравственного, ответственного, инициативного и компетентного гражданина России.

Задачи:

В области формирования личностной культуры:

- формирование способности к духовному развитию на основе традиционных нравственных установок и моральных норм, непрерывного образования, самовоспитания и универсальной духовно-нравственной компетенции — «становиться лучше»;
- укрепление нравственности; формирование основ нравственного самосознания личности (совести);
- формирование нравственного смысла учения, социально ориентированной и общественно полезной деятельности;
- формирование морали — осознанной обучающимся необходимости поведения, ориентированного на благо других людей и определяемого традиционными представлениями о добре и зле, справедливом и несправедливом, добродетели и пороке, должном и недопустимом;
- усвоение обучающимся базовых национальных ценностей, духовных традиций народов России;
- укрепление у подростка позитивной нравственной самооценки, самоуважения и жизненного оптимизма;
- развитие эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие способности открыто выражать и отстаивать свою нравственную позицию;
- развитие самостоятельности; развитие трудолюбия;
- осознание нравственного значения будущего профессионального выбора;
- осознание подростком ценности человеческой жизни;
- формирование экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни.

В области формирования социальной культуры:

- формирование российской гражданской идентичности (идентичность члена семьи, школьного коллектива, территориально-культурной общности, этнического сообщества, российской гражданской нации);
- укрепление веры в Россию, чувства личной ответственности за Отечество;
- развитие патриотизма и гражданской солидарности;
- развитие навыков и умений организации и осуществления сотрудничества с педагогами, сверстниками, родителями, старшими и младшими в решении лично и социально значимых проблем;
- формирование у подростков первичных навыков успешной социализации;
- формирование у подростков социальных компетенций;
- укрепление доверия к другим людям, институтам гражданского общества, государству, развитие доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, понимания и сопереживания другим людям, приобретение опыта оказания помощи другим людям;
- усвоение гуманистических и демократических ценностных ориентаций;

- формирование осознанного и уважительного отношения к традиционным религиям и религиозным организациям России, к вере и религиозным убеждениям других людей;
- формирование культуры межэтнического общения, уважения к культурным, религиозным традициям, образу жизни представителей народов России.

В области формирования семейной культуры:

- укрепление отношения к семье как основе российского общества;
- формирование представлений о значении семьи для устойчивого и успешного развития человека;
- укрепление у обучающегося уважительного отношения к родителям, осознанного, заботливого отношения к старшим и младшим;
- усвоение нравственных ценностей семейной жизни;
- формирование начального опыта заботы о социально-психологическом благополучии своей семьи;
- знание традиций своей семьи, культурно-исторических и этнических традиций семей своего народа, других народов России.

3. ФУНКЦИИ КЛАССНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ 5 КЛАССА

1. Организационно-координирующие:

- ~ организация преемственности с учителем начальной школы;
- ~ обеспечение связи общеобразовательного учреждения с семьей;
- ~ установление контактов с родителями (или опекунами) обучающихся, оказание им помощи в воспитании обучающихся;
- ~ проведение консультаций, бесед с родителями обучающихся;
- ~ взаимодействие с педагогическими работниками, а также с учебно-вспомогательным персоналом образовательного учреждения;
- ~ организация в классе образовательного процесса, оптимального для развития положительного потенциала личности обучающихся в рамках деятельности общешкольного коллектива;
- ~ организация классного самоуправления;
- ~ стимулирование и учет разнообразной деятельности обучающихся, в том числе в системе дополнительного образования подростков (вовлечение в кружки, конкурсы, викторины, смотры, организация экскурсий);
- ~ защита, сохранение и укрепление физического и психического здоровья подростков (сотрудничество с медперсоналом школы, организация просветительской работы с обучающимися, воспитание позитивного отношения к урокам физкультуры и занятиям спортом);
- ~ организация изучения учащимися правил по охране труда, правил дорожного движения, безопасного поведения в городе, поведения в быту;
- ~ выявление, учет и работа с подростками социально незащищенных категорий;
- ~ работа с подростками и семьями, находящимися в социально опасном положении;
- ~ ведение документации (классного журнала, личных дел учащихся, плана работы классного руководителя, осуществление проверок дневников, разработка методических материалов мероприятий);
- ~ еженедельное проведение классных часов; проведение родительских собраний раз в четверть;
- ~ организация дежурства по классу, школе, столовой; организация субботников и ремонта классного кабинета;
- ~ взаимодействие с каждым обучающимся и коллективом класса в целом.

2. Коммуникативные:

- ~ регулирование межличностных отношений между обучающимися;
- ~ установление взаимодействия между педагогическими работниками и обучающимися;
- ~ содействие общему благоприятному психологическому климату в коллективе класса;
- ~ оказание помощи обучающимся в формировании коммуникативных качеств; помощи в решении проблем, возникающих в общении с товарищами, учителями, родителями.

3. Аналитико-прогностические:

- ~ изучение индивидуальных особенностей обучающихся и динамики их развития;
- ~ направление самовоспитания и саморазвития личности обучающихся;
- ~ определение состояния и перспектив развития коллектива класса;
- ~ ведение мониторинга учебной и социальной активности учащихся.

4. Контролирующие:

- ~ контроль за успеваемостью каждого обучающегося;
- ~ контроль за посещаемостью учебных занятий обучающимися;
- ~ контроль за занятостью учащихся в системе дополнительного образования.

4. ЦИКЛОГРАММА КЛАССНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ

Ежедневно:

1. Работа с опаздывающими и выяснение причин отсутствия обучающихся.
2. Организация питания обучающихся.
3. Организация дежурства.
4. Индивидуальная работа с обучающимися.

Еженедельно:

1. Проверка дневников.
2. Проведение мероприятий в классе (по плану).
3. Работа с родителями (по ситуации).
4. Работа с учителями-предметниками (по ситуации).

Каждый месяц:

1. Посещение уроков в своем классе.
2. Консультации у школьного социального педагога.
3. Встреча с родительским активом.
4. Совещание по планированию работы (по графику).

Один раз в четверть:

1. Оформление классного журнала по итогам четверти.
2. Работа в методическом объединении классных руководителей.
3. Анализ выполнения плана работы за четверть, коррекция плана воспитательной работы на новую четверть.
4. Проведение родительского собрания.

Один раз в год:

1. Проведение открытого мероприятия.
2. Оформление личных дел учащихся.
3. Анализ и составление плана работы класса.
4. Статистические данные класса (1 сентября).

5. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Направления работы	Основные ценности
Воспитание гражданственности, патриотизма, уважения к правам, свободам и обязанностям человека	Любовь к России, своему народу, своему краю, гражданское общество, поликультурный мир, свобода личная и национальная, доверие к людям, институтам государства и гражданского общества, социальная солидарность, мир во всём мире, многообразие и уважение культур и народов.
Воспитание социальной ответственности и компетентности	Правовое государство, демократическое государство, социальное государство, закон и правопорядок, социальная компетентность, социальная ответственность, служение Отечеству, ответственность за настоящее и будущее своей страны.
Воспитание нравственных чувств, убеждений, этического сознания	Нравственный выбор; жизнь и смысл жизни; справедливость; милосердие; честь; достоинство; уважение родителей; уважение достоинства другого человека, равноправие, ответственность, любовь и верность; забота о старших и младших; свобода совести и вероисповедания; толерантность, представление о светской этике, вере, духовности, религиозной жизни человека, ценностях религиозного мировоззрения, формируемое на основе межконфессионального диалога; духовно-нравственное развитие личности.
Воспитание экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни	Жизнь во всех ее проявлениях; экологическая безопасность; экологическая грамотность; физическое, физиологическое, репродуктивное, психическое, социально-психологическое, духовное здоровье; экологическая культура; экологически целесообразный здоровый и безопасный образ жизни; ресурсосбережение; экологическая этика; экологическая ответственность; социальное партнерство для улучшения экологического качества окружающей среды; устойчивое развитие общества в гармонии с природой.
Воспитание трудолюбия, сознательного, творческого отношения к образованию, труду и	Научное знание, стремление к познанию и истине, научная картина мира, нравственный смысл учения и самообразования, интеллектуальное развитие личности; уважение к труду и людям труда; нравственный смысл труда, творчество и созидание;

<p>жизни, подготовка к сознательному выбору профессии</p>	<p>целеустремлённость и настойчивость, бережливость, выбор профессии.</p>
<p>Воспитание ценностного отношения к прекрасному, формирование основ эстетической культуры (эстетическое воспитание)</p>	<p>Красота, гармония, духовный мир человека, самовыражение личности в творчестве и искусстве, эстетическое развитие личности</p>

6. ТЕМАТИКА КЛАССНЫХ ЧАСОВ

№ п/п	Тема классного часа	Дата проведения	Ответственный за проведение
1	Урок Победы. Урок безопасности. День солидарности и борьбы с терроризмом.	1. 09. 2020	Кл.руководитель
2	Экология – это все, что нас окружает. Профилактика вирусных заболеваний.	8.09.2020	Кл.руководитель
3	ПДД. Светофор – друг мой.	15.09.2020	Кл.руководитель
4	О мерах по противодействию терроризму. Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, связанных с пожарами.	22.09.2020	Кл.руководитель
5	1 октября – Всемирный день пожилых людей.	29.09.2020	Кл.руководитель
6	С днем рождения, Республика.	06.10.2020	Кл.руководитель
7	Урок безопасности в сети интернет.	13.10.2020	Кл.руководитель
8	ПДД. Безопасная дорога домой.	20.10.2020	Кл.руководитель
9	Международный день солидарности.	10.11.2020	Кл.руководитель
10	ПДД. Знай правила движения – как таблицу умножения.	17.11.2020	Кл. руководитель
11	Мама, милая моя. День матери.	24.11.2020	Кл. руководитель
12	1 декабря – Всемирный день борьбы со СПИДом.	01.12.2020	Кл. Руководитель
13	Вредные привычки. Как я могу сохранить свое здоровье?	08.12.2020	Кл.руководитель
14	Конституции РФ и РБ.	15.12.2020	Кл.руководитель.
15	ПДД. Пешеход и дорога.	22.12.2020	Кл.руководитель.
16	Правила пожарной безопасности и поведения при пожаре. Чем тушить пожар?	29.12.2020	Кл.руководитель.
17	Я и природа. Акция «Кормушка» ПДД. Осторожно, гололед!	19.01.2021	Кл.руководитель.
18	Международный день памяти жертв Холокоста.	26.01.2021	Кл.руководитель.
19	Бессмертный подвиг. Герои Советского Союза Куюргазинского района.	02.02.2021	Кл.руководитель.
20	Урок мужества. Посещение школьного музея.	09.02.2021	Кл.руководитель.
21	ПДД. Дорога в школу.	16.02.2021	Кл.руководитель.
22	8 марта – международный женский день. Подготовка к празднику.	02.03.2021	Кл.руководитель.
23	Оказание первой помощи при ожогах, отравлении продуктами горения.	09.03.2021	Кл.руководитель

24	Мы – пассажиры.	16.03.2021	Кл.руководитель
25	Здоровым быть – здорово!	23.03.2021	Кл.руководитель.
26	12 апреля: Космос открыт, 60 лет со дня первого полёта человека в космос (1961).	06.04.2021	Кл.руководитель
27	Наши крылатые друзья. Акция «Скворечник»	13.04.2021	Кл.руководитель
28	ПДД. Дети и дорожно-транспортные происшествия.	20.04.2021	Кл.руководитель.
29	Писатели и поэты Куюргазинского района.	27.04.2021	Кл.руководитель.
30	Пионеры – герои. Память о них жива.	04.05.2021	Кл.руководитель.
31	Моя малая Родина. Конкурс рисунков, фотографий.	11.05.2021	Кл.руководитель.
32	Дружба народов. Толерантность.	18.05.2021	Кл.руководитель.
33	ПДД во время летних каникул.	25. 05.2021	Кл.руководитель.
34	Итоги учебного года. Инструктаж по технике безопасности во время летних каникул.	31.05.2021	Кл.руководитель.



**План профилактических мероприятий для
обучающихся
5 класса
в условиях сохранения риска коронавирусной
инфекции (COVID – 19)
в МБОУ СОШ с.Бугульчан**

№	Мероприятия	Сроки
Мероприятия, проводимые в помещениях школы		
1	Обеспечить при входе в школу проведение ежедневных « <i>фильтров</i> » с обязательной термометрией с помощью бесконтактных термометров.	Ежедневно
2	Обеспечить незамедлительную изоляцию обучающихся с признаками респираторных заболеваний.	В течение года
3	Закрепить за каждым классом учебный кабинет, организовать обучение и пребывание учащихся в строго закрепленном за каждым классом помещении.	Ежедневно

4	Провести влажную уборку класса с применением дезинфицирующих средств .	Ежедневно
5	Обеспечить контроль за соблюдением правил личной гигиены.	Ежедневно
6	Обеспечить при возможности более свободную рассадку в учебных кабинетах.	Ежедневно
7	Исключить общение обучающихся из разных классов во время перемен.	Ежедневно
8	Размещение информации по профилактике вирусных инфекций.	В течение года
9	Соблюдать график обеззараживания воздуха кабинета рециркулятором.	Ежедневно

Классный руководитель: Мурзагулова Г.Н.

План работы по противопожарной безопасности для обучающихся

5 класса МБОУ СОШ с. Бугульчан

№	Мероприятия
1	Провести инструктаж с учащимися школы по правилам пожарной безопасности.
2	Провести учебную эвакуацию учащихся на случай пожара в школе.
3	Провести беседы с родителями по правилам пожарной безопасности
4	Провести тематические классные по пожарной безопасности. 1) Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, связанных с пожарами. 2) Правила пожарной безопасности и поведения при пожаре. Чем тушить пожар? 3) Легковоспламеняющиеся и горючие жидкости – источники пожаров. Оказание первой помощи при ожогах, отравлении продуктами горения.
5	Организация уборки территории, закрепленной за школой, от мусора.

Классный руководитель:

Мурзагулова Г.Н.

План работы по правилам дорожного движения для обучающихся 5 класса
МБОУ СОШ с.Бугульчан.

№	Темы классных часов	Сроки
1	Правила дорожного движения. Светофор – друг мой.	сентябрь
2	Безопасная дорога домой.	октябрь
3	Знай правила движения – как таблицу умножения.	ноябрь
4	Пешеход и дорога.	декабрь
5	Осторожно, гололед!	январь
6	Дорога в школу.	февраль
7	Мы – пассажиры.	март
8	Дети и дорожно- транспортные происшествия.	апрель
9	Инструктаж по ПДД во время летних каникул.	май

Классный руководитель: Мурзагулова Г.Н.

РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ

ЦЕЛЬ: создание условий для активного участия семьи в воспитательной системе классного коллектива, формирование коллектива единомышленников из числа родителей.

Задачи:

- Довести до сознания родителей педагогические советы и рекомендации, выработать положительное отношение к ним
- Создать эмоциональный настрой на совместную работу родителей с детьми и учителями – предметниками

Основные направления в работе:

Изучение семей учащихся:

- анкетирование;
- посещение семей;
- формирование банка данных о семье и семейном воспитании;

Педагогическое просвещение родителей:

- лекции по педагогике, праву, этикете, гигиене;
- родительские собрания;
- педагогические практикумы по рассмотрению и анализу различных ситуаций;
- день открытых дверей;
- обмен опытом воспитания в семье.

Обеспечение участия родителей в подготовке и проведении коллективных дел в классе и в школе:

- совместное планирование ВР и КТД;
- праздники, вечера, концерты, КВНы;
- посещение театров, выставок;
- походы, дни Здоровья;
- помощь в ремонтных бригадах;

Педагогическое руководство деятельностью родительского комитета при классах и общешкольного:

- выборы родительского комитета и помощь в его планировании и организации;
- установление связей с социумом, общественностью и др.

Информирование родителей о ходе и результатах обучения, воспитания и развития учащихся:

- тематические и итоговые родительские собрания;
- индивидуальные консультации;
- проверка дневников;
- составление карт развития детей и таблиц их учебной деятельности;
- благодарственные и поздравительные открытки родителям.

Индивидуальная работа с родителями:

- посещение семей;
- педагогические консультации;
- индивидуальные поручения;
- совместное определение перспектив и средств развития ученика
- индивидуальные работы с родителями.

Тематика родительских собраний

Дата	Тема
1 четверть	Адаптация пятиклассника
2 четверть	Как сохранить здоровье ребенка?
3 четверть	Роль домашнего задания в самообразовании школьника.
4 четверть	Первые проблемы подросткового возраста.

Родительское собрание №1 на тему: «Адаптация пятиклассников»

Цель: обратить внимание родителей на проблему адаптации и возрастные психологические, психофизические особенности детей, которые могут способствовать или препятствовать успешному прохождению адаптационного периода.

Ход собрания.

1. Вступительное слово классного руководителя.

Переход из начального в среднее звено школы является переломным, кризисным периодом в жизни каждого школьника. Начало 5-го класса - сложный этап, и не только для ребенка, но и для учителей, и для родителей. Проблем много, и они не ограничиваются рамками учебного процесса, а связаны также с организацией жизни в школе в целом и с психологической атмосферой в семье.

Возраст учащихся 5-го класса можно назвать переходным от младшего школьного к младшему подростковому. Психологически этот возраст связан с постепенным обретением чувства взрослости - главного личностного новообразования младшего подростка.

Путь осознания себя сложен, стремление обрести себя как личность порождает потребность в отчуждении от всех, кто до этого привычно оказывал на ребенка влияние, и это в первую очередь семья, родители. **Внешне это отчуждение проявляется в негативизме - стремлении противостоять любым предложениям, суждениям, чувствам взрослых.** Отсюда - конфликты с взрослыми. Ребенок (младший подросток) пытается найти собственную уникальность, познать собственное «Я». По этой же причине *подросток ориентирован на установление доверительных отношений со сверстниками.* В дружбе происходит моделирование социальных взаимоотношений, усваиваются навыки рефлексии последствий своего или чьего-то поведения, социальные нормы взаимодействия людей, моральные ценности.

Появляются и другие возрастные изменения в возрасте ребенка.

Одно из них прямо связано с **ориентацией на группу сверстников.** Дело в том, что в 10--11 лет существенно меняется характер самооценки ребенка. Если

раньше она складывалась под влиянием оценок учителя и эти оценки касались в основном учёбы, то теперь на характер самооценки всё больше влияют другие дети. Причём их **оценки связаны** с неучебными характеристиками, **качествами, проявляющимися в общении**. Можно говорить о возникновении в этот период кризиса самооценки. У детей резко растёт количество негативных самооценок.

Ещё одно важное изменение в личности ребёнка касается мотивационной сферы. Рубеж 4--5 классов характеризуется значительным **снижением учебной мотивации**. На фоне формирующегося нового познавательного отношения к действительности **наблюдается отрицательное отношение школе в целом, конфликты с учителями, снижение успеваемости**.

Именно по причине психологической ценности отношений со сверстниками происходит постепенная замена ведущей учебной деятельности (что было характерно для младшего школьника) на ведущую деятельность общения. **Таким образом, у подростка в стенах школы постепенно меняются приоритеты**.

Успех (или неуспех) существенно влияет на мотивацию учения. Оценки при этом играют важную роль: высокая оценка дает возможность подтвердить свои способности. **Совпадение оценки и самооценки важно для эмоционального благополучия подростка. В противном случае неизбежен внутренний дискомфорт и даже конфликт**.

Учитывая физиологические особенности возраста (рассогласование темпов роста и развития различных функциональных систем организма) можно понять и крайнюю эмоциональную нестабильность подростков.

Таким образом, переходя из начальной школы в среднюю, ребенок подвержен не только внешним, но и внутренним изменениям.

2. АДАПТАЦИЯ К СРЕДНЕЙ ШКОЛЕ

Успешность адаптации младшего подростка зависит не только от его интеллектуальной готовности, но и от того, насколько хорошо он умеет налаживать отношения и общаться с одноклассниками и педагогами, соблюдать школьные правила, ориентироваться в новых ситуациях. **Поэтому среди трудностей школьной жизни детей:**

- возросший темп работы: дети, не умеющие быстро писать, не успевают;
- необходимость самостоятельно находить дополнительную информацию (литературу) и работать с ней.
- возросший объем работы как на уроке, так и дома;
- новые требования к оформлению работ;

Важно обратить внимание на позитивную сторону такого рассогласования. Если он научится учитывать эти требования, соотносить их, преодолевать связанные с этим трудности, то овладеет умением, необходимым для взрослой жизни.

Период адаптации проявляется в возрастании тревожности, снижении работоспособности, повышенной робости или, напротив, «развязности», неорганизованности, забывчивости.

У большинства детей подобные отклонения исчезают через 2--3 недели учебы. Однако есть дети, имеющие множественные функциональные

отклонения, у которых процесс адаптации затягивается на 2--3 месяца и даже больше. С адаптационным периодом часто связаны и заболевания детей. Подобные заболевания носят психосоматический характер.

В случае незавершенности процесса адаптации, неуспешной адаптации говорят о дезадаптации - реакции на неумение решать задачи, поставленные самой жизнью. Ее виды:

1) Интеллектуальная - нарушение интеллектуальной деятельности. Отставание в развитии от сверстников.

2) Поведенческая - несоответствие поведения ребенка правовым и моральным нормам (агрессивность, асоциальное поведение).

3) Коммуникативная - затруднения в общении со сверстниками и взрослыми.

4) Соматическая - отклонения в здоровье ребенка.

5) Эмоциональная - эмоциональные трудности, тревожность, переживания по поводу проблем в школе.

В этот период важно обеспечить ребенку спокойную, щадящую обстановку, четкий режим, то есть сделать так, чтобы пятиклассник постоянно ощущал поддержку и помощь со стороны родителей.

Трудности, возникающие у детей при переходе в средние классы, могут быть связаны также с определенной деиндивидуализацией, обезличиванием подхода педагога к школьнику. У некоторых пятиклассников возникает ощущение одиночества: никому из взрослых в школе они не нужны. Другие, наоборот, как бы «шалеют» от внезапной свободы - они бегают по школе, исследуя «тайные уголки», иногда даже задирают ребят из старших классов.

Важно понимать, что некоторое «обезличивание» подхода к школьнику - очень значимый момент для его развития, укрепления у него чувства взрослости. Важно только помочь ему освоить эту новую позицию.

Помощь родителей нередко нужна школьникам и в подготовке домашних заданий (даже если в начальной школе дети делали уроки самостоятельно), и в преодолении трудностей в учебе, которые нередко возникают на первых этапах обучения в средней школе.

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ:

- Первое условие школьного успеха пятиклассника - безусловное принятие ребенка, несмотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться.

- Обязательное проявление родителями интереса к школе, классу, в котором учится ребенок, к каждому прожитому им школьному дню. Неформальное общение со своим ребенком после прошедшего школьного дня.

- Обязательное знакомство с его одноклассниками и возможность общения ребят после школы.

- Недопустимость физических мер воздействия, запугивания, критики в адрес ребенка, особенно в присутствии других людей (бабушек, дедушек, сверстников),

- Исключение таких мер наказания, как лишение удовольствий, физические и психические наказания.
- Учет темперамента ребенка в период адаптации к школьному обучению. Медлительные и малообщительные дети гораздо труднее привыкают к классу, быстро теряют к нему интерес, если чувствуют со стороны взрослых и сверстников насилие, сарказм и жестокость.
- Предоставление ребенку самостоятельности в учебной работе и организация обоснованного контроля за его учебной деятельностью.
- Поощрение ребенка, и не только за учебные успехи. Моральное стимулирование достижений ребенка.
- Развитие самоконтроля, самооценки и самодостаточности ребенка.

Родительское собрание № 2 на тему «Как сохранить здоровье ребенка?»

Хорошее здоровье, ощущение полноты, неистощимости физических сил - важнейший источник жизнерадостного мировосприятия, оптимизма, готовности преодолеть любые трудности.

Больной, хилый, предрасположенный к заболеваниям ребенок — источник многочисленных невзгод.

В.А. Сухомлинский

Задачи: показать родителям огромное значение занятий физкультурой и спортом при переходе ребенка на среднюю ступень обучения; формировать у родителей потребность вовлечения детей в занятия физкультурой и спортом; спланировать совместную деятельность родителей и учащихся по формированию здорового образа жизни.

Вопросы для обсуждения: отношение семьи ребенка к физкультуре; дополнительные кружки и секции; режим дня; двигательная активность.

Подготовительная работа: подготовка фотовыставки «Спорт в жизни моей семьи»; проведение классного часа «Как я могу сохранить свое здоровье?»; посещение родителями уроков физкультуры в классе; подготовка памяток для родителей и учащихся по формированию привычки к здоровому образу жизни.

Комментарии для учителя. Собрание можно проводить не в классе, а в спортивном зале. Предварительно можно провести родителей по залу и показать спортивный инвентарь, ознакомить со стендом школьных, спортивных достижений. Зал можно оформить материалом фотовыставки «Спорт в жизни моей семьи».

Ход собрания

I. Вступительное слово классного руководителя.

Сопровождается видеозаписью внеклассных, спортивных мероприятий школы.

Здоровье человека — тема для разговора достаточно актуальная для всех времен и народов, а в XXI веке она становится первостепенной.

Все без исключения люди понимают, как важно заниматься физкультурой и спортом, как здорово закалывать свой организм, делать зарядку, больше двигаться, но как трудно бывает пересилить себя, заставить встать пораньше, сделать несколько упражнений. Мы откладываем занятия физкультурой и спортом на «потом», обещаем себе, что рано или поздно начнем, но иногда становится поздно начинать...

Как и в воспитании нравственности и патриотизма, воспитание уважительного отношения к своему здоровью необходимо начинать с раннего детства. Если в семье родители понимают значение физкультуры и спорта для здоровья ребенка, то они с самого раннего детства формируют у ребенка культуру физических занятий, демонстрируя это на своем собственном примере.

Если школьный учитель, преподающий любой предмет, понимает значение сохранения здоровья своих учеников, он никогда не позволит себе игнорировать возможность организации на своем уроке

оздоровительной гимнастики — минутки отдыха для души и тела ребенка.

По мнению специалистов-медиков, 75% всех болезней человека заложено в детские годы. Почему так происходит? Видимо, все дело в том, что мы, взрослые, ошибочно считаем: для ребенка самое важное — это хорошо учиться. А можно ли хорошо учиться, если у тебя кружится голова, если твой организм ослаблен болезнями, если он не умеет бороться с недугом?

Воспитывая ребенка в семье и школе, мы часто употребляем слово «привычка». К вредным привычкам учащихся мы относим безответственность, отсутствие умений плодотворно трудиться, неорганизованность и многое другое. Но мы, взрослые, не задумываемся над тем, что в основе вышперечисленных проблем лежит отсутствие привычки у ребенка к тому, чтобы быть здоровым духовно и физически.

Привычка не прививается в семье, в школе и поэтому у будущего взрослого не формируется положительный образ здорового человека.

Давайте задумаемся над этой проблемой. Очень часто родители в семье говорят ребенку: «Будешь плохо кушать — заболеешь! Не будешь тепло одеваться — простудишься!» и т. д. Но практически очень мало в семьях говорят родители детям: «Не будешь делать зарядку — не станешь сильным! Не будешь заниматься спортом — трудно будет достигать успехов в учении!» и т. д.

Научно-технический прогресс привел к тому, что человек все меньше и меньше понимает, что такое физический труд. А ребенок и подавно.

За прошлое столетие, по мнению ученых, вес непосредственной мышечной работы человека снизился с 94% до 1%. Главными пороками 21 века становятся: накопление отрицательных эмоций без физической разрядки, переизбыток и гиподинамия.

По мнению специалистов, даже если дети достаточно двигаются, их движения однообразны, не все группы мышц вовлекаются в движение, и результат от такой активности большой пользы не дает.

Часто можно слышать от родителей: «Моему ребенку и уроков физкультуры хватит, чтобы подвигаться». А хватит ли? Родители, видимо, не догадываются о том, что уроки физической культуры восполняют дефицит двигательной активности только на 11%. Два-три урока в школьном расписании проблему не решат. Два с половиной часа в неделю занятий физической культурой в школе не смогут сформировать привычку к сохранению собственного здоровья. Значит, школа и семья должны сделать гораздо больше, чем они делают, чтобы помочь ребенку полюбить себя, свое тело, свое здоровье, себя самого и оценить объективно свои проблемы собственного здоровья, которые нуждаются в немедленном решении.

В последнее время радио и телевидение, средства массовой информации активно поднимают вопрос о том, что двигательная активность детей стала очень низкой, спорт и физическая культура перестали быть значимыми для молодого поколения. Такое положение вещей угрожает психическому и физическому здоровью школьников.

По результатам исследований российских психологов, в среднем, ученик начальной школы, который учится стабильно на «4» и «5», проводит за письменным столом дома не менее 2,5—3 часов; ученик-шестиклассник — 3—4 часа, старшеклассник — 6 и более часов. А ведь нужно еще добавить к этому и школьные уроки...

Особенность школьного обучения состоит в том, что ребенок обязательно должен достигнуть определенного результата. Ожидания педагогов, родителей и самого ребенка приводят к росту психической нагрузки, нервным потрясениям, школьным стрессам. Это приводит к тому, что у ребенка пропадает всякое желание учиться и просто активно, интересно жить. Он уходит в себя, бежит от проблем, которые начинают накапливаться по мере развития собственной бездеятельности, становится зачастую злым и агрессивным.

Родители начинают бить тревогу и искать пути выхода из кризисной ситуации, совсем не думая о том, что выход находится рядом, стоит только внимательнее посмотреть на своего ребенка, поговорить с ним и предложить ему решать назревшую проблему совместно.

Цифры, связанные с проблемой здоровья говорят сами за себя. Родители зачастую отмахиваются от детских проблем, считая их несерьезными и мелкими, недостойными их участия в разрешении, объясняя, что в жизни есть более важные проблемы. И как жаль, когда за эти проблемы человек платит жизнью.

Еще страшнее, если родители пытаются разрешить проблему, но при этом они загоняют ее еще глубже. «Неважно, что ты полненькая, гораздо важнее, что ты лучше всех учишься», — такие или похожие фразы слышат дети-подростки, но легче им от этого не становится, они страдают не только от самой сложившейся ситуации, но и от отношения родителей к данной проблеме.

Проблема разрастается, она захватывает ребенка целиком, не дает ему жить полноценной жизнью, лишает его общения, привязанностей к друзьям и может привести к трагическому исходу. В такой ситуации родители никак не хотят понимать, что они могут сделать почти не возможное, поддержав своего ребенка личным примером. Но зачастую они идут по другому пути: покупают ребенку игрушки, вещи, делают дорогие подарки и т. д. Проблема не решается, на какое-то время она «засыпает», но, проснувшись, она превращается в лаву, которую просто невозможно остановить.

Еще одна школьная проблема — проблема отсутствия мотивов учения школьников. Опросы, проводимые в школе, показывают, что ребятам-подросткам в школе зачастую неинтересно, скучно и т. д.

Для того чтобы ребенка заинтересовать хоть чем-нибудь, родители находят выход в том, что, идя навстречу его просьбам и пожеланиям, в квартире появляется чудо современной техники — компьютер, за которым ребенок проводит еще дополнительно в день 2—3 часа, упиваясь компьютерными играми.

Свою тревогу родители успокоили: их сын или дочь сидит дома, находится, как говорят, все время «на глазах», но он опять сидит часами, уже у компьютера.

Малоподвижный образ жизни становится нормой существования взрослых и детей.

В достаточной мере этому помогает и телевидение. Сегодняшний день среднестатистического ребенка, — это 2—3 часа неподвижности у телеэкрана, усталость органов зрения и слуха, головные боли, плохое настроение сонливость, апатия и т. д. А если ко всему выше сказанному добавить уличный шум, громкую музыку на улице и в доме, наушники, которые многие дети не снимают даже в школе, сотовые телефоны — это приводит к различным опасным симптомам и отклонениям в здоровье уже в школьном возрасте.

Все вышеперечисленные причины приводят к тому, что ребенок, который ведет такой образ жизни, имеет не только проблемы со здоровьем, но у него и появляются стойкие трудности в учении. В первую очередь, это проблемы концентрации внимания, памяти, запоминания учебного материала, проблемы с усидчивостью на уроках, школьные страхи, боязнь ответа у доски и многое другое.

У таких детей появляются проблемы личностного плана. Отсутствие стойких интересов и увлечений, связанных с расширением собственного кругозора, апатия, сменяющаяся агрессивностью, закрытость — это те немногие симптомы, которые связаны с малоактивным образом жизни.

II. Анализ фактов

Минимальная норма количества шагов за день для человека — 10 000 шагов. Современный человек с натяжкой делает половину.

В 13 лет повышение давления до 130/80 — распространенное явление.

Если родители имеют избыточный вес, 60—80% детей имеют его тоже.

Для того чтобы сохранить баланс двигательной активности, школьник должен ежедневно делать 23—30 тысяч шагов.

Дети разведенных родителей чаще болеют гипертонией.

По данным российских ученых, 51% детей вообще не бывают на улице по возвращении из школы. 73% школьников не устраняют перерывов между приготовлением уроков. 30—40% детей имеют избыточный вес.

По мнению специалистов-медиков, возраст от одного года до 15 лет гораздо важнее для сохранения будущего здоровья, чем от 15 лет до 60.

У людей, не занимающихся спортом, частота пульса на 20% выше. Это приводит к быстрому изнашиванию сердца. По статистике медиков, на 100 родившихся детей у 20 с течением времени развивается плоскостопие, связанное чаще всего со слабостью мышц.

Как помочь школьнику, как сделать так, чтобы он начал жить активной, интересной и полноценной жизнью? Как сделать так, чтобы учение в школе вызывало прилив энергии, а обучение было в радость, развивало рефлексивные умения учащихся?

Многое для изменения описанной выше ситуации может сделать собственная семья, в которой растет ребенок.

Ребенок- школьник чрезвычайно подражателен и, если родители сами следят за своим здоровьем, за своей физической формой, то и ребенок будет жить по тем правилам и законам, которые культивируются в его семье. Когда ребенок в такой семье подрастает, его не нужно заставлять заниматься физкультурой и спортом, он сам это делает с удовольствием, по привычке, выработанной годами. Великое дело — привычка. Зарядка по утрам, вечерние пешие прогулки, активный отдых во время

каникул, выходные дни на природе — вот лекарство от тех болезней души и тела, которые могут проявиться, если родители не воспитают у детей привычки быть душевно и физически здоровыми. Часто в беседах с родителями слышишь сетования на то, что им некогда, что нужно кормить семью, и нет времени на такие глупости, как занятия физкультурой и спортом? А главный аргумент — отсутствие времени и денег на платные секции и кружки. Но не всегда и не за все нужно платить.

Достаточно вместе с ребенком утром или вечером 10 минут подвигаться, но ежедневно и не зависимо от складывающихся ситуаций — результат успешности ребенка будет налицо. Ребенку важно, чтобы папа и мама делали упражнения вместе с ним, помогая ему и одобряя его.

Ваши дети — пятиклассники. Довольно много лет мы будем вместе с вами сотрудничать по многим вопросам жизни учащихся класса. Одним из приоритетных среди них — это вопрос сохранения детского здоровья. Мы попытаемся рассмотреть эту проблему со всех сторон.

Выступление учителя физической культуры .

Сопровождается видеозаписью школьных уроков и спортивных мероприятий школы. Учитель физической культуры должен обратить внимание на следующие вопросы:

- отношение семьи к занятиям ребенка физкультурой;
- поведение учащихся на уроке физкультуры;
- требования и рекомендации родителям по приобретению спортивной формы;
- рекомендации родителям по приобретению спортивного инвентаря для занятий спортом в домашних условиях;
- рассказ о кружках и секциях, в которых могут заниматься пятиклассники;
- рассказ о спортивных мероприятиях школы и спортивных достижениях.

V. Выступление родительского комитета, посетившего уроки физической культуры

В ходе посещения урока физической культуры родители должны обратить внимание на следующие моменты:

- Участвуют ли все учащиеся в уроке?
- По какой причине учащиеся не участвуют в уроке?
- Имеют ли все ученики класса спортивную форму?
- Помогает ли педагог тем учащимся, у кого не получается выполнение отдельных упражнений?

— Как педагог стимулирует деятельность учащихся на уроке?

Вручение благодарственных писем родителям, дети которых имеют необходимую спортивную форму и активно участвуют в уроке физкультуры.

Выступления родителей, которые уделяют большое внимание занятиям спортом в своей семье, просмотр видеосюжетов из семейных архивов.

VI. Подведение итогов

Вручение памяток для родителей и учащихся. В конце собрания классный руководитель и родительский комитет предлагают план мероприятий для развития интереса у учащихся к занятиям физкультурой и спортом.

