

**Отдел образования, спорта и туризма Вороновского
райисполкома**

**Государственное учреждение образования
«Ясли-сад №2 г.п. Вороново»**

Дундо О.И.

**Конференция как эффективная форма
работы по валеологическому
просвещению родителей**

Из опыта работы

**Вороново
2017**

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ О КОНФЕРЕНЦИИ.....	3
1.1. Понятие «конференция» и его возникновение. Цели конференции.....	3
1.2. Виды и формы конференций.....	4
2. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ РОДИТЕЛЬСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ В УЧРЕЖДЕНИИ ОБРАЗОВАНИЯ	4
2.1. Использование возможностей официального сайта учреждения образования при подготовке к конференции...	5
2.2. Алгоритм проведения конференции	7
2.3. Эффективные методы рефлексивной деятельности для подведения итога конференции	7
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	9
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ	10
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Сценарий родительской конференции «Психологическое здоровье ребенка в условиях семьи»	11
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Сценарий родительской конференции «Истоки здоровья»	17
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 Информация врача-педиатра для родителей «Психосоматические заболевания детей»	20
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 Информация педагога-психолога для родителей «Психологический климат семьи».....	24
ПРИЛОЖЕНИЕ 5 Вопросы для интервью детей.....	27
ПРИЛОЖЕНИЕ 6 Обращение детей к родителям, педагогам и ко всем взрослым	27

ВВЕДЕНИЕ

Современный мир – это огромное информационное поле. Из года в год ее становится все больше и больше. «Современные семьи развиваются в условиях качественно новой и противоречивой общественной ситуации. С *одной стороны*, наблюдается поворот общества к проблемам семьи, укреплению и повышению ее роли и значимости в воспитании детей; с *другой же стороны*, все более обозначаются социальные проблемы: падение жизненного уровня, увеличение числа неполных семей и семей, имеющих одного ребенка» [6, с. 6]. Естественно, что в таких сложных условиях семье требуется систематическая и квалифицированная помощь со стороны учреждения образования. «В каждом учреждении образования проводится конкретная работа по обеспечению комплексного подхода в вопросах валеологического просвещения семьи со стороны медицинских работников, педагогов» [5, с. 5]. Одной из эффективных форм взаимодействия с родителями является **конференция** и предусматривает *«расширение, углубление и закрепление знаний о формировании основ здорового образа жизни у детей»* [7, с. 36].

1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ О КОНФЕРЕНЦИИ

1.1. Понятие «конференция» и его возникновение. Цели конференции

Конференция – это собрание людей, которые могут быть представителями групп, организаций. «Конференция – это потребность современного мира, без которой обойтись просто нельзя. Она позволяет рассмотреть вопросы, интересующие присутствующих с разных сторон, что позволяет осмыслить разные пути решения одной и той же проблемы. Люди издревле прибегали к такому методу общения и передачи информации. Об этом свидетельствуют записи, которые дошли к нам еще из Древней Греции. Сохранившиеся документы говорят нам о том, что первая конференция, которая была зафиксирована документально, проводилась еще в 416 году до н. э.» [4]. Каждая конференция имеет свою *цель*, в зависимости от того,

какая тема будет рассматриваться и что именно организаторы пытаются донести, проводя ее. Цели конференции:

- Изучение и обсуждение инновационных методов решения поставленной проблемы, результатов практического внедрения их в жизнь.
- Взаимный обмен накопленной информацией, идеями, поиск еще нераскрытых проблем, совместное их решение путем сотрудничества различных организаций, представленных на конференции.
- Доклады участников конференций для демонстрации их успехов и достижений (презентации, мастер-классы, практические семинары).

1.2. Виды и формы конференций

Существует несколько видов конференций, и они зависят от выбранного критерия: 1) *по направлению* – научно-теоретическая, а также научно-практическая конференция; 2) *по территории*, которая была охвачена – локальная; районная; областная и так далее. По тематике конференции бывают тематические (узконаправленные); многоцелевые.

Кроме видов выделяют также и формы, которые присущи конференциям:

- 1) *Очная конференция* – это непосредственное участие всех желающих и присутствие по месту проведения мероприятия.
- 2) *Заочная* – участники сами не присутствуют в ней, а отправляют заявки и информацию по теме в оргкомитет.
- 3) *Интернет-конференция* проводится на определенном сайте в виде форума, то есть обсуждения актуальной проблемы.

2. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ РОДИТЕЛЬСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ В УЧРЕЖДЕНИИ ОБРАЗОВАНИЯ

Организация такой формы работы с педагогами и родителями как конференция в учреждении образования имеет ряд специфических особенностей. Специфика, прежде всего, состоит в том, что она имеет огромное значение в системе воспитательной работы учреждения образования. Отличительной особенностью конференции является и то, что

она принимает определенные решения или намечает мероприятия по заявленной проблеме, которые будут способствовать своевременной коррекции и устранению выявленных проблем, что в итоге повысит качество образования.

2.1. Использование возможностей официального сайта учреждения образования при подготовке к конференции

Конференция в учреждении образования требует весьма тщательной подготовки педагогического коллектива и, конечно же, с обязательным участием педагога-психолога, социального педагога, задачей которых является проведение социологических и психологических исследований по теме конференции, а также знакомство ее участников с результатами. С развитием информационно-коммуникационных технологий особое внимание необходимо уделять возможностям официального сайта учреждения образования при подготовке к конференции. Так, подготовительная работа к проведению конференции по теме «Истоки здоровья» в нашем учреждении дошкольного образования включала онлайн-анкетирование родителей с использованием Google-сервисов по проблеме «О вопросах формирования здорового образа жизни в условиях семьи», голосование на главной странице сайта по вопросу «Считаете ли Вы целесообразным проведение профилактики ОРВИ, ОРЗ в домашних условиях?»:

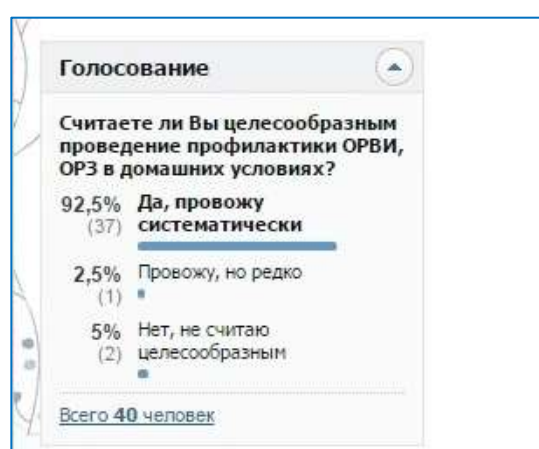
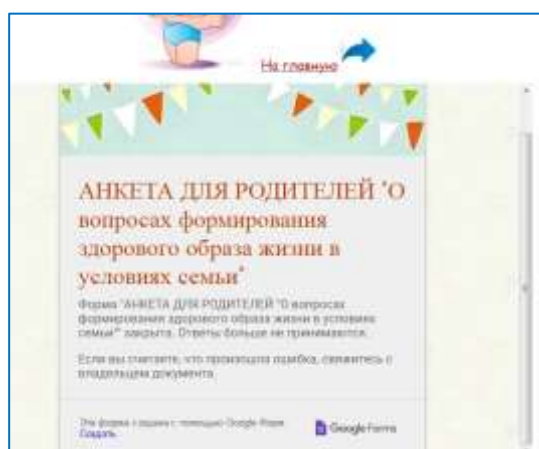


Фото 1. Анкета для родителей на сайте Фото 2. Голосование на главной странице сайта учреждения.

Целесообразным является и изучение уровня валеологической компетентности педагогов с помощью заполнения Google-форм:



Фото 3. Результаты анкетирования воспитателей по теме «О здоровом питании».

а также размещение объявления о теме, вопросах для обсуждения, дате, месте, начале конференции в разделе «НОВОСТИ» официального сайта учреждения образования.

Как правило, в ходе подготовки к конференции записываются видеосюжеты, интервью детей, педагогов и родителей, проводятся мероприятия активного отдыха, составляется проект обращения участников конференции, готовится специальный выпуск газеты для родителей, в которой далее освещаются эти события:



Фото 3. Газета «ЗДОРОВЯЧОК» на главной странице сайта

В нашем учреждении образования, как и в любом другом, есть родители воспитанников – специалисты в различных профессиональных областях (врачи, педагоги-психологи, юристы и так далее). По возможности они также активно вовлекаются в подготовку по теме конференции с целью проведения информационно-просветительской работы. Для удобства

координации совместных действий оргкомитета конференции с данной категорией, установления обратной связи активно используются возможности, как «Онлайн-приемной заведующего и заместителя заведующего по основной деятельности» официального сайта:

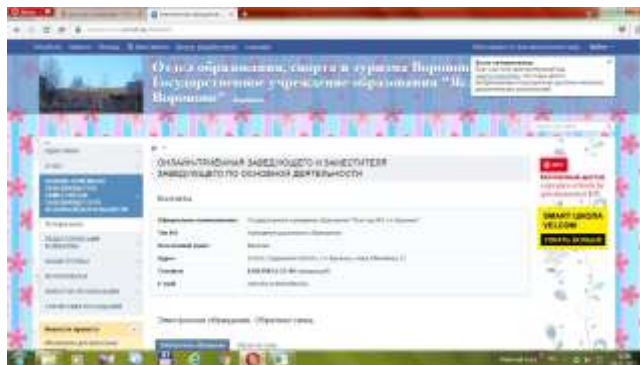


Фото 4. Онлайн-приемная на официальном сайте учреждения образования

2.2. Алгоритм проведения конференции

Алгоритм проведения конференции может быть *традиционным*: конференция открывается вступительным словом ведущего, затем постепенно происходит обсуждение ключевых вопросов по теме. Как правило, по каждому вопросу предварительно готовятся несколько человек, а в ходе конференции слово предоставляется всем желающим. Активными участниками конференций выступают сами родители, которые готовят анализ рассматриваемой проблемы с позиций собственного опыта. Ведущий в ходе проведения конференции подводит итог обсуждения каждого из обсуждаемых вопросов и далее предлагает проект обращения участников конференции для согласования и принятия. Текст обращения можно поместить на информационном стенде с тем, чтобы и родители, и педагоги, и гости конференции могли с ним ознакомиться. Для закрепления валеологических знаний родителей целесообразно подарить им буклеты, памятки по теме конференции.

2.3. Эффективные методы рефлексивной деятельности для подведения итогов конференции

По завершении конференции ведущий обязательно подводит ее итог. С этой целью эффективно использовать различные методы рефлексивной

деятельности. Одним из них является метод рефлексивной деятельности «Дельта». Дельта – то, что требует изменения, улучшения. Участникам предлагается отметить, что сегодня было для них полезным, интересным. Их высказывания ведущий записывает слева маркером на магнитной доске. Справа отмечается то, что требует изменения, улучшения – Δ (дельта). Например (табл. 1):

Т а б л и ц а 1

+	Δ
<ul style="list-style-type: none"> - узнали новую информацию; - пообщались друг с другом; - положительная психологическая атмосфера; - имели возможность высказать свое мнение; - интересные игры, задания; - было комфортно. 	<ul style="list-style-type: none"> - раньше начинать мероприятие; - вести видеозапись конференции, чтобы другие, кто не присутствовал, могли посмотреть; - некоторые участники навязывали свое мнение во время дискуссии.

Эффективно также проведение таких методов рефлексии, как:

- «Мишень». Участникам предлагается «выстрелить» по «мишени», т.е. поставить точки в разных секторах круга, оценив тем самым значимость, результативность конференции. Точки, поставленные во внешнем круге, – 0 баллов; в среднем круге – от 1 до 5; в центре круга – от 6 до 10 баллов;
- «Острова». «На большом листе бумаги рисуется карта с изображением эмоциональных «островов»: о. Радости, о. Грусти, о. Удивления, о. Тревоги и другие. Каждому участнику предлагается маркером нарисовать свой кораблик в том районе карты, который наиболее отражает его душевное состояние после состоявшегося взаимодействия. Также каждый участник конференции имеет право нарисовать новый остров и дать ему свое название» [3, с. 27].

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Следовательно, *родительская конференция* является такой формой взаимодействия, при которой обсуждение нравственных, общечеловеческих, социальных и других проблем сближает семью и учреждение дошкольного образования, не позволяет взрослым оставаться равнодушными к будущему нашего общества. Конференция помогает рассмотреть вопросы многоаспектно, посмотреть на проблемы сохранения и укрепления здоровья детей с разных сторон, выявить позитивные факторы семейного воспитания и полностью задействовать педагогический потенциал учреждения дошкольного образования, обеспечить их эффективное взаимовлияние.

Результативность данной работы может проявляться в различных аспектах: в улучшении отношений с ребенком, во взаимопонимании; в том, какое место занимает ребенок в жизни родителей, чувствует ли он себя в семье защищенным и находится ли в безопасности; в осознании родителем значимости своей роли родителя в формировании основ здорового образа жизни ребенка, в улучшении показателей здоровья детей.

В данной брошюре представлен опыт работы по подготовке, проведению родительских конференций валеологической тематики в условиях деятельности ресурсного центра «Работа с семьей как эффективное средство повышения уровня валеологической культуры родителей» за период с 2013 по 2016 год. Полагаем, что наш опыт будет полезен для практических работников, воспитателей, педагогов-психологов, педагогов социальных, руководителей учреждений дошкольного образования.

Для примера приведены сценарии проведения подобных мероприятий, разработанные Дундо О.И., заместителем заведующего по основной деятельности, руководителем ресурсного центра, информационные материалы, образец вопросов для интервью детей, обращения воспитанников ко взрослым.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Википедия. – [Электрон. ресурс]. – Режим доступа: https://ru.wikipedia.org/wiki/Психосоматические_заболевания – Дата доступа: 12.12.2016.
2. Глушакова, О.А., Дубовец, Ж.В., Медведская, С.Ф. О психологии воспитания детей: информация для родителей / под редакцией Т.Л. Сединой. – Мозырь: ОДО «Образовательная компания «Содействие», 2009. – 124 с.
3. Гуз, А.А. Взаимодействие дошкольного учреждения и семьи: пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошкольного образования / А.А. Гуз. – Мозырь: ООО ИД «Белый Ветер», 2007. – 191 с.
4. Конференция. – [Электрон. ресурс]. – Режим доступа: <http://fb.ru/article/190752/konferentsiya-eto-sredstvo-obscheniya-mejdu-lyudmi> – Дата доступа: 15.12.2016.
5. Лобынько, Л.В., Ульянова, О.А. Обеспечение здоровьесберегающего процесса воспитания и обучения детей дошкольного возраста: пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошкольного образования / Л.В. Лобынько, О.А. Ульянова. – Мн.: Зорны верасень, 2006. – 80 с.
6. Пролыгина, Н.В., Медведская, С.Ф. О здоровье детей: Информация для родителей / Авт.-сост. Н.В. Пролыгина, С.Ф. Медведская. – Мозырь: ОДО «Образовательная компания «Содействие», 2009.
7. Шорыгина, Т.А. Беседы о здоровье: Методическое пособие / Т.А. Шорыгина. – М.: ТЦ Сфера, 2004. – 64 с.

**СЦЕНАРИЙ РОДИТЕЛЬСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ
«ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА В УСЛОВИЯХ
СЕМЬИ»**

Цель проведения: сформировать у родителей понятие о здоровье как многоаспектной характеристике.

Задачи:

- показать роль стиля воспитания в сохранении здоровья семьи;
- дать конкретные рекомендации по профилактике отклонений в дальнейшем развитии ребёнка.

Участники: ведущий, родители, врач-педиатр, педагог-психолог, педагог социальный.

Форма проведения: родительская конференция в форме деловой игры работы

Материалы и оборудование: столы и стулья для 4 групп; магнитная доска, маркер, карточки с графическим изображением и описанием одного из стилей воспитания ребенка (4 шт.).

Методы проведения: лекция, мозговой штурм, работа в группах.

Продолжительность: 1 час.

Рассматриваемые вопросы:

- 1) Формулировка понятия здоровья, основные факторы здоровья. Критерии физического, психического, социального и нравственного здоровья.
- 2) Взаимосвязь психики и здоровья – возможные нарушения психологического здоровья ребёнка, психосоматические заболевания.
- 3) Психологический климат семьи и способы его поддержания. Роль межличностных отношений и эмоциональных состояний в сохранении здоровья ребёнка.

4) Стили родительского воспитания.

Ход мероприятия

Ведущий (В.): «Семья является важнейшим институтом становления человека как личности. Именно в ней ребёнок получает первый опыт общения, социального взаимодействия. На протяжении какого-то времени семья вообще является единственным местом получения такого опыта. Затем в жизнь человека включаются такие социальные институты такие, как детский сад, школа, улица. Однако и в это время семья продолжает оставаться одним из важнейших факторов социализации личности.

В настоящее время молодые семьи оказались в сложном положении. Разрушены ценностные ориентиры, утратилась связь между поколениями, резко изменились стереотипы поведения, СМИ и телевидение демонстрирует негативные примеры взаимоотношений между членами семьи, нестабильность в стране, неопределённость, сложности в трудоустройстве, стрессовые ситуации также оказывает отрицательное влияние. Всё это приводит к риску вовлечения детей в употреблении психоактивных веществ (ПАВ), что нередко ведет к ранней инвалидности и последующей смерти несовершеннолетних.

Задача учреждения образования – помочь родителям в воспитании успешного человека, ориентированного на здоровый образ жизни и не нуждающегося в приеме ПАВ. Наше сегодняшнее собрание посвящено проблеме сохранения психологического здоровья ребёнка в условиях семьи и профилактике отклонений в развитии ребёнка.

Упражнение «Знакомство»

В.: Давайте познакомимся. Вам необходимо представиться следующим образом: назвать свое имя и отчество, а также имя и возрастную группу Вашего ребёнка. Например: «Я, Ирина Валентиновна, мама Оксаны из средней группы №2», «Меня зовут Сергей Петрович, я папа Миши из старшей группы №1» и т.д.»

Мозговой штурм «Что такое здоровье?»

В.: Здоровье – одна из важнейших ценностей человека. Это находит отражение в пословицах, поговорках, афоризмах, народной мудрости: «Здоровье не всё, но всё без здоровья ничто», «Здоров будешь – все добудешь», «Здоровье – всему голова, всего дороже», «Здоровье не купишь – его разум дарит», «Здоровья за деньги не купишь», «Тысячу вещей нужны здоровому человеку и только одно больному – здоровье» и другие. Прежде чем мы начнем разговор о психологическом здоровье семьи и ребенка, давайте определим, что же включается в понятие «здоровье».

Сейчас я вам предлагаю в течение 2 минут подумать и ответить на вопрос: «Что значит здоровье лично для меня?» Затем каждый из вас выскажется по кругу. Например: «Здоровье – это мои дети» или «Здоровье – это активность» и так далее. Желательно не повторяться и говорить то, что ещё не было озвучено. *(Каждый родитель произносит по кругу одно определение здоровья. Ведущий на доске или ватмане фиксирует все определения. Если родителей не очень много, можно попросить высказать свои определения и по второму кругу).*

В.: Всё, что вы сказали верно, здоровье – понятие многогранное и включает в себя различные аспекты жизнедеятельности человека. Определение здоровья, данное Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ), звучит так: ***«Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических недостатков».***

Важным в определениях здоровья является отношение к нему как к динамическому процессу, что допускает возможность управлять им. Основываясь на определении ВОЗ, выделяют следующие компоненты здоровья: *физическое, психическое, социальное и нравственное здоровье.*

Работа в группах «Компоненты здоровья»

Родители заранее разделены на четыре группы, каждая из которых должна подобрать из предложенных вариантов критерии физического,

психического, социального и нравственного здоровья, написанные на отдельных карточках, и обосновать свой выбор.

В: Таким образом, можно сделать вывод о том, что:

- ✓ **здоровье физическое** – это состояние, при котором у человека имеет место гармония физиологических процессов и максимальная адаптация к различным факторам внешней среды; это здоровье тела, рост и развитие органов и систем организма, физическая активность, выносливость, устойчивый иммунитет;
- ✓ **здоровье психическое** включает способность адекватно реагировать на внешние и внутренние раздражители; общий душевный комфорт, адекватное поведение, умение управлять своими эмоциональными состояниями, преодолевать стресс, это психическая активность, потребность в саморазвитии, в познании себя;
- ✓ **здоровье социальное** – гармоничное отношение личности в социальной структуре общества, деятельное отношение человека к миру, социальная активность, благополучные отношения с окружающими, наличие дружеских связей, усвоение правил и ценностей общества, принадлежность к определенной социальной группе, достаточно высокий социальный статус, адекватная самооценка, развитая эмпатия (умение понимать других людей);
- ✓ **здоровье нравственное** – система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе, этические нормы, правила поведения, духовность, связанная с общечеловеческими истинами добра, любви, милосердия, красоты.

В.: А сейчас давайте послушаем информацию о психосоматических заболеваниях. *(Информация врача-педиатра для родителей «Психосоматические заболевания детей», см. Приложение 3).*

В.: Предлагаю вам поближе узнать о том, что такое психологический климат семьи. *(Информация педагога-психолога для родителей «Психологический климат семьи», см. Приложение 4).*

Деловая игра «Типы семейного воспитания»

Педагог социальный: Тип семейного воспитания и родительские установки определяют особенности личности и поведения ребенка. В родительской позиции выделяются две важнейшие переменные – эмоциональное принятие и контроль. От стиля отношения родителей к ребенку зависят воспитательная и эмоциональная функция семьи.

Выделяют *4 стиля отношений*: от отвержения до любви, от отсутствия контроля до его наличия:

- *авторитетный* (принимающий, демократический);
- *авторитарный* (отвергающий ребенка, деспотичный, враждебный);
- *либеральный* (бесконтрольный, попустительский);
- *индифферентный* (властный, бессердечный, иногда наблюдается полное безразличие к ребенку).

Авторитетный стиль

Родители признают и поощряют растущую автономию своих детей. Отношения теплые. Открыты для общения и обсуждения с детьми установленных правил поведения; допускают изменения своих требований в разумных пределах. Миры взрослого пересекаются, но перекрывают друг друга. Ребенок и взрослый имеют общие интересы, цели, но и свои личные потребности; они равны, уважают друг друга.

Авторитарный стиль

Отношения холодные. Отдают приказания и ждут, что они будут в точности выполнены. Закрыты для постоянного общения с детьми; устанавливают жесткие требования и правила, не допускают их обсуждения; позволяют детям лишь в незначительной степени быть независимыми от них. Ребенок «внутри», родитель подавляет ребенка, контролирует всю его жизнь.

Либеральный стиль

Слабо или совсем не регламентируют поведение ребенка; безусловная родительская любовь. Отношения теплые. Открыты для общения с детьми, однако доминирующее направление коммуникации – от ребенка к родителям; детям предоставлен избыток свободы при незначительном руководстве родителей; родители не устанавливают каких-либо ограничений; дети буквально садятся на шею родителям. Вся жизнь родителя подчинена нуждам и потребностям ребенка, его прихотям, своей жизни родитель не имеет.

Индифферентный стиль

Не устанавливают для детей никаких ограничений; безразличны к собственным детям. Закрыты для общения; из-за обремененности собственными проблемами не остается сил на воспитание детей; родители проявляют безразличие к жизни ребенка. Их миры существуют параллельно и не пересекаются, у каждого своя личная жизнь, свои проблемы и неудачи.

Работа в группах «Последствия стилей воспитания для ребёнка»

Каждой группе дается один из стилей воспитания (на карточках даётся графическое изображение и описание стиля). В течение 5 минут группе необходимо подумать и ответить на вопрос: «Какие качества сформируются в ребенке при данном стиле воспитания?», «К каким последствиям для ребенка приведет данный группе стиль воспитания?». Ведущий подводит итог после выступлений всех групп.

Групповая работа «Способы и средства поддержания здоровья семьи»

В течение 5 минут родителям предлагается определить, какие существуют средства и способы поддержания здоровья семьи как комплексного понятия.

Подведение итогов родительской конференции

Желающие родители высказываются по поводу ее тематики, формы проведения, полезности обсуждаемой информации. Ведущий конференции проводит метод рефлексивной деятельности «Дельта».

*Подготовила Дундо Ольга Ивановна, заместитель
заведующего по основной деятельности
ГУО «Ясли-сад №2 г.п. Вороново», образование высшее, стаж в
должности с 2000 года, первая квалификационная категория*

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

СЦЕНАРИЙ РОДИТЕЛЬСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ

«ИСТОКИ ЗДОРОВЬЯ»

Цель проведения: сформировать представление родителей о здоровом образе жизни как важнейшей задаче семейного воспитания.

Задачи:

- показать роль стиля воспитания в сохранении здоровья семьи;
- дать конкретные рекомендации по созданию условий по воспитанию здорового ребёнка.

Участники: ведущий, родители, педагоги-«эксперты».

Форма проведения: родительская конференция.

Продолжительность: 1 час.

Рассматриваемые вопросы:

1. О понятии «здоровье».
2. О результатах анкетирования родителей.
3. О значении здоровья для развития ребенка.

Подготовка к конференции:

- 1) Накануне конференции среди родителей проводится онлайн-анкетирование и голосование на сайте учреждения образования.
- 2) Воспитанникам старших групп предлагается нарисовать своих родителей: когда они бывают в хорошем настроении и когда сердятся, когда занимаются спортом и так далее. Самые интересные ответы на вопросы (анонимно) и самые интересные рисунки представляются далее для родителей на стендах в зале.
- 3) Запись на магнитофон интервью детей по теме «здоровье».

Ход мероприятия

(Родители – в зале, педагоги-«эксперты» обрабатывают результаты онлайн-анкетирования, голосования родителей, звучит спокойная музыка, конференция начинается)

Ведущий (В.): Каждый из родителей мечтает вырастить своих детей здоровыми, счастливыми людьми. Никто из родителей не хочет видеть своего ребенка больным, грустным. Однако, одного желания мало. Просчеты, ошибки взрослых не так уж редко оборачиваются проблемами со здоровьем у детей. Среди многих человеческих ценностей **здоровье** – главный показатель счастливого человека. Поэтому необходимо в семье каждый день, каждый час формировать в детской душе стремление к здоровому образу жизни. Успех этой трудной и важной работы во многом зависит от правильного представления родителей о валеологии, здоровье. Очень важно, чтобы родители понимали – важнее этой задачи нет ничего в семейном воспитании. *(Далее ведущий знакомит присутствующих с результатами голосования на сайте учреждения образования).*

В.: А теперь я прочитаю вам наиболее интересные ответы родителей на вопросы нашей анкеты. *(После знакомства с ответами родителей воспитанники старшей группы исполняют песню «От улыбки» на музыку В. Шаинского. Ведущий приглашает присутствующих продолжить диалог).*

В.: И так, наш первый вопрос залу: **«Как вы понимаете значение слов – здоровый человек?»**. Но, прежде, предлагаю прослушать ответы детей на этот вопрос, которые мы записали на магнитофон до начала конференции.

(После обсуждения в зале ведущий подводит итог).

В.: Понятие *«здоровый человек»* – очень сложное. Оно включает самые различные характеристики, издавна ценимые людьми. Здоровым можно назвать человека, который развит физически, нравственно, умственно: он добр к рядом живущим людям, он постоянно проявляет активное стремление к занятиям спортом, физической культурой, к чистоте... Главная особенность этой гаммы – неразрывность. На обсуждение выносится следующий вопрос: **«Что надо делать, чтобы быть здоровым человеком?»**. *(Проходит обсуждение вопроса в зале).*

В.: *(подводит итог)* Верно, много двигаться, жить в чистоте, сохранять эмоциональное спокойствие, правильно питаться, соблюдать распорядок дня – вот стремления здорового человека, обусловленные его нравственными потребностями. На обсуждение предлагается очередной вопрос: **«Что чувствует ребенок, если вдруг кто-то из родных, близких людей заболел?»**.

В.: *(Подводит итог).* Да, больной взрослый в семье – неприятный опыт для ребенка. Вместе с тем, те эмоциональные переживания, которые ребенок испытывает при виде больного члена семьи, приучают его с малых лет ценить здоровье, задуматься о значении здорового образа жизни для человека. Следующий вопрос – педагогам: **«Можно ли по поведению ребенка определить, как к нему относятся дома? Каковы взаимоотношения в семье?»**.

(Обсуждение вопросов заканчивается. Эксперты знакомят присутствующих с результатами анкет родителей (в числовом отношении)).

В.: Разрешите ознакомить вас с обращением детей к родителям, педагогам и ко всем взрослым. Это обращение составлено на основе интервью детей *(Приложение 5)*.

(Ведущий зачитывает текст «Обращения...», Приложение б).

В.: *(Завершает конференцию).* Любовь и вера родителей имеют исключительное значение для воспитания детей здоровыми. Любовь родителей к ребенку делает его уверенным в себе, раскованным, свободным. Ребенок, получивший много любви в семье, будет щедро делиться ею с людьми всю жизнь, ценить здоровье. *(Ведущий дарит участникам на память конференции буклеты).*

Рефлексия. Интерактивная игра «Мишень».

*Подготовила Дундо Ольга Ивановна, заместитель
заведующего по основной деятельности
ГУО «Ясли-сад №2 г.п. Вороново», образование высшее, стаж в
должности с 2000 года, первая квалификационная категория*

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Информация врача-педиатра для родителей «Психосоматические заболевания детей»

Врач-педиатр: Важно отметить, что все составляющие здоровья взаимосвязаны и нарушения в одном из компонентов приводит к возникновению нарушений в другом. Так, если, например, человек узнает, что у него рак, то это приводит не только к изменению в органах и тканях, но и к изменению эмоционального состояния, его отношений с окружающими (человек замыкается, меньше общается, а возможно и наоборот), изменяется и система ценностей. В этом случае говорят о связи психики и соматики (тела). Психосоматические заболевания (в том числе и у детей) – ведущая медико-социальная проблема века. «Неуклонно возрастает число детей, страдающих бронхиальной астмой и сахарным диабетом, заболеваниями желудочно-кишечного тракта и желчного пузыря,

болезнями мочевыводящих путей, расстройствами со стороны сердечно-сосудистой системы, нейродермитом и многим другим. Все это – *психосоматические заболевания*, когда психическое и соматическое (телесное) неразрывно связаны в происхождении и клинической картине заболеваний» [1].

К классическим психосоматическим заболеваниям, называемым «святой семеркой» («Holly seven»), относят болезни, роль психологических факторов, в развитии которых считается доказанной:

- гипертония,
- язвенная болезнь 12-перстной кишки,
- бронхиальная астма,
- сахарный диабет,
- нейродермиты (экзема, псориаз),
- ревматоидный артрит,
- язвенный колит.

Первые проявления психосоматических состояний взрослого человека, как правило, имеют корни в детском возрасте. Причины появления психосоматических заболеваний у детей сложны. Та или иная система организма ребенка может оказаться врожденно или прижизненно ослабленной. Однако во всех случаях при психосоматических заболеваниях на первое место как их основная причина выходят неблагоприятные особенности формирующейся личности, препятствующие нормальной адаптации ребенка в учреждениях дошкольного образования и в школе, среди сверстников, и тягостные переживания, психическая травматизация. Нервничают, нестабильны родители – нервничает и нестабилен ребенок. Напряжен темп жизни матери – торопят, тормозят, рано поднимают с постели и ребенка. Усложняются семейные отношения, а страдают от этого в первую очередь дети. Усложняются и отношения между детьми, отражая напряженность межличностных отношений взрослых.

Родители требуют успешного усвоения учебной программы, а у детей различны способности. Взрослый может уйти, убежать от невыносимой для него ситуации на работе или в семье, а ребенку этого не дано. И дети страдают, страдают более чем взрослые. И детство, которое должно быть счастливым, счастливое отнюдь не у всех детей. Одни дети протестуют, отказываются посещать детский сад, агрессивны в семье; другие капитулируют, пассивны и как бы глупеют, соглашаясь на роль «несчастья семьи, дурачка»; третьи испытывают страхи, впадают в невроз; четвертые, не зная счастья и безмятежности детства, включаются в борьбу за отличную успеваемость, за первенство в группе, за лидерство. Но все они без исключения страдают от этого.

Ситуация, когда родители, если у ребенка болен желудок, убеждены в необходимости лечения только желудка, забывая, что нет изолированно больного желудка в целостном организме, непростительна. Забывая о неразрывной связи психического и телесного, используют лекарства «для желудка», держат ребенка на диете, добиваются путевки на курорт, но, оставляя в неприкосновенности основную причину болезни – *переживания ребенка*, не излечивают, а лишь залечивают его психосоматическое заболевание, поскольку это не желудок плохо переваривает пищу.

К возникновению психосоматического риска ведет, прежде всего, неправильное воспитание. Можно выделить следующие типы «неправильного «воспитания»:

- эгоцентрическое воспитание;
- воспитание по типу неприятия;
- сверхсоциализация ребёнка;
- тревожно-мнительное воспитание.

Что же следует предпринять родителям? Они должны своевременно заметить начало психосоматического развития. Необходимо устранить неправильное воспитание, начиная перевоспитание с самих себя. Других путей нет. Врачи древневосточной медицины справедливо полагали, что

каждая отрицательная эмоция имеет в организме своего адресата. *Гнев*, например, разрушает печень и желчный пузырь, *тоска и печаль* – легкие, *тревога* – сердце, *страх* – почки и т.д. Современная психосоматическая медицина безоговорочно признает пагубное влияние отрицательных эмоций на внутренние органы, и причина большинства болезней человека прямо или косвенно связана с тягостными переживаниями.

Самое важное в профилактике психосоматических болезней – предотвратить рождение болезнетворной неудовлетворенности. Естественно, с целью профилактики психосоматических заболеваний родители непрестанно учат ребенка не создавать проблем на пустом месте, а разрешать их, если они возникают. Это трудно и для взрослого, но в этом состоит умственное воспитание и этому учат с раннего возраста. Речь идет о тех доверительных, добрых и умных беседах с детьми, которые ведет отец с сыном, а мать с дочерью с пяти лет. Беседы базируются на конкретных случаях, которыми так богата жизнь. Это не нравоучения, а доступный ребенку анализ ситуаций. Родители, например, говорят: «Ну, вот ты обидел Петю, и Петя больше к тебе не придет. Надо идти мириться...» Или: «Не плач, а сделай еще раз, и у тебя все получится...» Тут и сказки с ясным смыслом, и примеры из жизни, и, главное, пример собственного поведения как лучшее воспитание. Умению разрешать проблемы учат уже в колыбели, когда ручку младенца направляют к желаемому предмету и помогают ему. Вся проблема в том, чтобы не делать это молча, а объяснять, как добрый учитель, чтобы не делать за ребенка то, что он способен сделать сам.

Ребенка учат преодолевать препятствия, неудачи и боль. Итак, все, что касается здоровья и болезни ребенка, очень непросто. Но любовь к нему рождает в родителях ту мудрость, которую называют мудростью сердца. И, поняв дитя сердцем, возможно, не только предотвратить психосоматическое заболевание, но и излечить его.

Желаю здоровья вам и вашим детям!

Информация педагога-психолога для родителей «Психологический климат семьи»

Большинство психологов считают, что психологическое здоровье или нездоровье ребёнка неразрывно связано с психологической атмосферой, или климатом семьи, и зависит от характера взаимоотношений в семье. «**Психологический климат семьи** можно определить как характерный для той или иной семьи более или менее устойчивый эмоциональный настрой, который является следствием семейной коммуникации» [2, с. 89].

Психологический климат в семье определяет устойчивость внутрисемейных отношений, оказывает решительное влияние на развитие, как детей, так и взрослых. Он не является чем-то неизменным, данным раз и навсегда. Его создают члены каждой семьи, и от их усилий зависит, каким он будет, благоприятным или неблагоприятным. Так для *благоприятного* психологического климата характерны следующие признаки: сплоченность, возможность всестороннего развития личности каждого ее члена, высокая доброжелательная требовательность членов семьи друг к другу, чувство защищенности и эмоциональной удовлетворенности, гордость за принадлежность к своей семье, ответственность. В семье с благоприятным психологическим климатом каждый ее член относится к остальным с любовью, уважением и доверием, к родителям – еще и с почитанием, к более слабому – с готовностью помочь в любую минуту.

Важными показателями благоприятного психологического климата семьи являются:

- ✓ стремление ее членов проводить свободное время в домашнем кругу,
- ✓ беседовать на интересующие всех темы, вместе выполнять домашнюю работу,
- ✓ подчеркивать достоинства и добрые дела каждого, и одновременная открытость семьи, её широкие контакты.

Такой климат способствует гармонии, снижению остроты возникающих конфликтов, снятию стрессовых состояний, повышению оценки собственной социальной значимости и реализации личностного потенциала каждого члена семьи. Исходной основой благоприятного климата семьи являются супружеские отношения. Совместная жизнь требует от супругов готовности к компромиссу, умения считаться с потребностями партнера, уступать друг другу, развивать в себе такие качества, как взаимное уважение, доверие, взаимопонимание.

Когда члены семьи испытывают тревожность, эмоциональный дискомфорт, напряженность, отчуждение, и даже конфликтность межличностных отношений, когда члены семьи относятся отрицательно один к другому, им присуще чувство незащищенности в этом случае говорят о *неблагоприятном* психологическом климате в семье. Все это препятствует выполнению семьей одной из главных своих функций – психотерапевтической, снятия стресса и усталости, а также ведет к депрессиям, ссорам, психической напряженности, дефициту в положительных эмоциях. Если члены семьи не стремятся изменить такое положение к лучшему, то само существование семьи становится проблематичным.

Многие западные исследователи считают, что в современном обществе семья утрачивает свои традиционные функции, становясь институтом эмоционального контакта, своеобразным «психологическим убежищем». Отечественные ученые также подчеркивают возрастание роли эмоциональных факторов в функционировании семьи.

Основным *условием* нормального психосоциального развития ребёнка признается спокойная и доброжелательная обстановка, создаваемая благодаря постоянному присутствию родителей, которые внимательно относятся к эмоциональным потребностям ребёнка, беседуют с ним, поддерживают дисциплину, осуществляют необходимое наблюдение. Характер внутрисемейных отношений, нравственно-психологический

климат семьи оказывают большое влияние на становление личности ребенка. Усваивая нормы поведения и отношений родителей, дети начинают в соответствии с ними строить свои отношения с близкими людьми, а затем переносят навыки этих отношений и на окружающих людей, товарищей, учителей. Если же в семье нет единства в воспитании ребенка, если нарушаются важные педагогические принципы уважения к ребенку и требовательности к нему, то создается почва для неправильного становления характера человека.

Эксперты ВОЗ на основе анализа результатов многочисленных исследований в различных странах убедительно доказали, что нарушения психического здоровья гораздо чаще отмечаются у детей, которые страдают от недостаточного общения со взрослыми и их враждебного отношения, а также у детей, которые растут в условиях семейного разлада. У детей в те или иные периоды под влиянием определенных ситуаций могут появиться нарушения эмоциональной сферы или поведения. Например, могут возникнуть беспричинные страхи, нарушения сна, нарушения, связанные с приемами пищи и пр. Обычно эти нарушения носят временный характер. У некоторых же детей они проявляются часто, упорно и приводят к социальной дезадаптации. Такие состояния могут быть определены как психические расстройства.

Неврозы у детей не возникают, если:

- родители вовремя справляются со своими личными проблемами и поддерживают теплые взаимоотношения в семье,
- любят детей и добры к ним, отзывчивы к их нуждам и запросам, просты и непосредственны в обращении,
- позволяют детям выражать свои чувства и вовремя стабилизируют возникающие у них нервные напряжения,
- действуют согласованно в вопросах воспитания, принимая во внимание соответствующие полу ориентации и увлечения детей.

Любите своих детей и будьте любимы, уважаемые родители!

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

ВОПРОСЫ ДЛЯ ИНТЕРВЬЮ ДЕТЕЙ:

1. Как ты понимаешь значение слова «здоровый человек»?
2. Что надо делать, чтобы быть здоровым человеком?
3. Что ты чувствуешь, если вдруг кто-то из родных, близких тебе людей заболел?

ПРИЛОЖЕНИЕ 6

ОБРАЩЕНИЕ ДЕТЕЙ К РОДИТЕЛЯМ, ПЕДАГОГАМ И КО ВСЕМ ВЗРОСЛЫМ

Любимые мамы и папы!

Помните, что мы – самое дорогое и ценное, что есть у вас. Берегите нас, ваших детей. Прислушивайтесь к нашему мнению, советуйтесь с нами, доверяйте нам. Нам порой не хватает понимания, вашего участия в решении наших проблем. Станьте внимательнее и ласковее. Поверьте: мы очень вас любим, нам хочется больше времени проводить с вами, видеть вас здоровыми и в хорошем настроении.

Дорогие воспитатели!

От вас мы ждем поддержки, понимания, любви. Постарайтесь увидеть в нас лучшие стороны. Любите и понимайте нас – ваших воспитанников.

Уважаемые взрослые!

Станьте добрее друг к другу и к нам, детям! Так хочется слышать вокруг добрые, вежливые слова, видеть улыбающиеся лица, чувствовать, что рядом есть люди, которые всегда могут помочь тебе, понять тебя, дать добрый совет как вырасти здоровым.

Учебно-методическое издание

Конференция как эффективная форма работы по валеологическому
просвещению родителей

Из опыта работы

Ответственный за выпуск О.И. Дундо
Компьютерный набор О.И. Дундо
Верстка О.И. Дундо
Бумага писчая. Формат А4
Отпечатано на технике ГУО «Ясли-сад №2 г.п. Вороново»
231391 Гродненская область, г.п. Вороново,
ул. Юбилейная, 13, тел. 8(01594) 21346,
эл. почта malmuha-anzhela2@tut.by



ГУО «Ясли-сад №2 г.п. Вороново»

231391 Гродненская область, г.п. Вороново,
ул. Юбилейная, 13,

О.И. Дундо, заместитель заведующего по основной деятельности
воспитания,

тел. 8(01594) 21346,

эл. почта malmyha-anzhela2@tut.by