

УДК 37.018.12

РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ ПО ВОСПИТАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

Ш.Ж.Арзымбетова, Г.Мауленбердиева
ЮКГУ им. М.Ауезова, г.Шымкент

Вопросы сохранения и укрепления здоровья всегда были предметом особой заботы народа. Не случайно, оценивая здоровье как важнейшее богатство, народная мудрость утверждает: «Ден саулык – зор байлык», «Здоровый телом и духом здоров». Поэтому вопросы сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения всегда были в центре внимания народа.

В соответствии с Указом Президента Республики Казахстан «О первоочередных мерах по улучшению состояния здоровья граждан Республики Казахстан» от 18 мая 1998 года разработана Государственная программа «Здоровье народа», в которой определены приоритетные направления развития здорового образа жизни не только взрослого населения, но и учащихся различных типов школ. В целях реализации государственной программы «Здоровье народа» и Постановления Правительства Республики Казахстан от 30 июня 1999 года №905 «О комплексной программе «Здоровый образ жизни» и дальнейшего улучшения состояния здоровья граждан Южно-Казахстанской области была утверждена Областная комплексная программа «Здоровый образ жизни», цель которой состоит в привлечении населения области к здоровому образу жизни, сохранении собственного здоровья, разработке и реализации краткосрочных, среднесрочных и долгосрочных планов мероприятий, способствующих пропаганде здорового образа жизни.

С этой целью были разработаны программы по формированию здорового образа жизни: «Кодекс здоровья» (Л.З.Тель); «Как быть здоровым» (Национальный центр по формированию здорового образа жизни); «Основы педагогической валеологии» для старшеклассников (А.С.Имангалиев).

Для эффективности воспитания здорового образа жизни недостаточно готовности педагога, так как категории: образ жизни, стиль жизни - в значительной мере связаны с семьей, с укладом, с традициями, с образом жизни родителей.

В начале нашей экспериментальной работы родители единодушно поддерживали реализацию с детьми программы воспитания здорового образа жизни, однако, свою роль в этой работе представляли смутно. На первом родительском собрании мы представляли статистические данные о состоянии здоровья детей по республике в нашем городе Шымкенте, о роли здорового образа жизни как наиболее значимом факторе здоровья, о факторах риска в семье, о влиянии питейных традиций в семье в приобщении ребенка к алкоголю. Родителям был предложен тест

на выделение факторов риска для здоровья ребенка, которые присутствуют в их семье, представлена программа воспитания.

В последующей работе с родителями использовались следующие формы: родительские собрания, индивидуальные и групповые консультации, посещение родителями экологических занятий, привлечение к совместным экскурсиям.

В работе с родителями ставились следующие задачи:

1. расширение знаний о здоровье, здоровом образе жизни с позиций медицины, валеологии. Валеология как наука была представлена родителям на первом собрании;
2. знакомство родителей с психологическими механизмами формирования воли, привычек здорового образа жизни. Семья является тем валеологическим полем, где дети практикуются в способах охраны здоровья, где происходит становление привычек, действий на благо здоровья;
3. привлечение родителей к выполнению вместе с детьми заданий по самодиагностике, заданий творческого характера, заданий по изучению ребенком самого себя. На родительских собраниях родители знакомились с тетрадями ребенка по валеологии, корректировали анкеты, знакомились с ответами детей;
4. оказание помощи ребенку в его усилиях по самоизучению, создание материальных условий для занятий по укреплению здоровья, физической культуры и др.
5. оказание влияния на родителей с целью изменения их образа жизни в сторону здорового.

Привлечение родителей к активному участию в формировании у ребенка здорового образа жизни проводилось и опосредованно - через организацию коллективных творческих дел, выступлений детей на собраниях и валеологических занятиях («Маленькие учителя здоровья»), когда дети становились учителями родителей.

В работе с родителями мы руководствовались идеями и опытом взаимодействия школы и семей по воспитанию здорового образа жизни школьников в школе В.А.Сухомлинского.

Анализ этих моделей позволил вычленить принципы воспитания, которые мы старались довести до родителей:

1. Люди могут сотрудничать, только будучи равноправными, а это значит, что каждый член семьи должен научиться уважать другого.
2. Разум в воспитании помогает большие силы.
3. Использование приема естественных последствий.
4. Уметь слушать, что хочет объяснить ребенок.
5. Учить ребенка справляться с проблемами с помощью родителей, чтобы затем перенести ответственность за поиск решений на самого ребенка.
6. Осуждать чувства и подвергать воображение цензуре — это насилие над свободой и душевным здоровьем ребенка.
7. Требуя изменений от ребенка, нужно четко объяснять границы дозволенного, чтобы ребенок понимал, что делать нельзя и чем можно заменить запрещенное.

В процессе работы с родителями от первого к третьему классу менялись вопросы, которые адресовались родителями педагогу. Если в первом классе родителей интересовали вопросы оздоровления детей, организации отдельных сторон жизни ребенка: питания, закаливания и др., то во втором и третьем классе родителей стали интересовать вопросы организации взаимоотношений с детьми, способы и методы воспитания ребенка, создания ситуации успеха.

На собраниях и в индивидуальных консультациях мы предлагали родителям использовать следующие методы и приемы воспитания ребенка:

- приучение, упражнения с использованием игровых приемов. Например, в ванной ребенку прикрепляется записка от имени зубной щетки: «Зубки чистил ты вчера, зубки чистил ты с утра, а сейчас не пора?»;
- косвенное требование. Например, использование вместо прямого указания, что съесть или что надеть, использовать пословицы и поговорки, мудрые слова: «Яблоко в день отгоняет от постели врача», «Прежде, чем за стол мне сесть, я подумаю, что съесть»;
- прием смены ролей. Родители могут попросить консультацию у ребенка: «Как ты думаешь... а как нам поступить...» и т.д.;

- совместное участие в тестировании, анкетировании. Например, после теста осторожности обсудить результаты вместе и подумать, как их улучшить;
- предоставление ребенку вариантов решения для выбора. Например: «Марат, ты сейчас выполнишь мое поручение или после завтрака?»;
- отказ от требований, которые не соответствуют возможностям или потребностям ребенка, его здоровью или противоречат задачам воспитателя. Например, родители часто заставляют ребенка ходить босиком, не задумываясь, что ребенок ни разу не простудился, таким образом, он закаляется и осуществляет профилактику плоскостопия;
- совместное участие в оздоровительных мероприятиях и положительное подкрепление ребенка во всех его начинаниях.

В течение трех лет дети вместе с родителями осуществляли совместные творческие работы: собирали «копилку здоровья», составляли «генеалогическое древо» семьи, готовили на память учителю в третьем классе «календарь здоровья» и др.

Опыт показал, что работа с родителями в комплексе форм, методов, приемов и средств приносит свои результаты, родители активно содействовали педагогу, даже если это было связано с материальными затратами, например, по приобретению книг, спортивного инвентаря, оборудованию перекладины, «шведской стенки» и др.

Осуществление обратной связи через родителей позволяло в работе осуществлять индивидуальный подход к детям, видеть шаги его продвижения в овладении знаниями, формировании взглядов, привычек.

В просвещении родителей нами анализировались и выделялись для дальнейшей работы те проблемы, которые наиболее их интересовали, находили отклик. Среди них следующие темы: «Семья как фактор социализации ребенка», «Детско-родительские отношения в современной семье», «Трудности взросления современного школьника», «Ролевые привычки и механизмы их формирования», «Психотерапевтическая функция родителей», «Родители как модель поведения ребенка» и др. В современных условиях все больший интерес проявляют родители к вопросам профилактики наркомании, алкоголизма.

По результатам анкетирования в 3 классе родители отмечали как позитивные те знания, которые способствовали изучению психоэмоционального мира ребенка, индивидуального здоровья, личностных проявлений, организации индивидуального режима дня, оказания помощи ребенку в выборе занятий в свободное время, а также практические формы работы, которые помогали узнать собственных детей (тесты, анкеты).

Работа с детьми и родителями показала, что ее эффективность зависит от прочного взаимодействия всех субъектов воспитательного процесса.

Қорытынды

Мақалада кіші мектеп жасындағы оқушыларда салауатты өмір салтын тәрбиелеу бойынша ата-аналармен жұмыс істеудің міндеттері, принциптері, негізі формалары мен әдістері ашып көрсетіледі.

Summary

The article uncovers the tasks, the principles, the main forms and methods of work with the parents according to the upbringing of health mode of life in the junior school age.