***Махорская Ирина Сергеевна,***

***социальный педагог МОУ Фоминской СШ***

***Тутаевского района Ярославской области***

**Мастер-класс для молодых специалистов района по теме:**

**«Современные формы работы с родителями»**

*(в рамках муниципального фестиваля профессионального мастерства «Я-наставник»)*

***Слайд 1***

Работа с родителями – неотъемлемая часть системы работы педагога, и особенно классного руководителя. Добиться высоких результатов в воспитательной работе невозможно без сотрудничества с родителями обучающихся, без информации о семье, в которой живет и воспитывается ребенок.

Существуют различные формы работы с родителями (***Слайд 2***), но одной из универсальных форм взаимодействия школы и семьи была и остается – классное родительское собрание.

Однако следует отметить, что, по мнению некоторых родителей, - родительские собрания - это устаревшая форма общения школы и семьи. Они считают, что родительские собрания представляют собой монолог педагога, в котором он рассказывает об успехах или неудачах обучающихся. Им хотелось бы выступать не в роли пассивных слушателей, а проявлять активность, делиться опытом воспитания, строить общение. Для того, чтобы у родителей не пропал интерес к новизне обучения и воспитания, назрела необходимость искать новые формы проведения родительских собраний.

Сегодня я вам покажу фрагмент такого собрания для родителей.

**Родительское собрание на тему:**

**«Правильное питание – залог здоровья наших детей»**

Цель: создание условий для формирования у родителей представления о значимости правильного питания детей как составной части культуры здоровья.

Задачи:

* развивать представления родителей о правильном питании, его значимости для здоровья детей;
* формировать представление о том, что здоровье человека во многом зависит от его образа жизни и поведения;
* воспитывать ответственное отношение родителей к здоровью детей;
* составить примерное однодневное меню для детей с учетом энергетической ценности продуктов.

***Ход занятия:***

* Уважаемые коллеги! У некоторых из вас уже есть собственные дети, у остальных – будут в недалеком будущем. Представьте, что вы пришли на собрание родителей.

Но, прежде чем объявить его тему, я задам вам несколько вопросов и попрошу вас ответить на них, подняв руку.

* ***Кто из вас любит болеть? Почему болеть плохо?*** (плохое самочувствие, много денег тратим на лекарство, не имеем возможности идти на работу…)
* Значит, быть здоровым лучше. ***А кто из вас считает себя здоровым на 100% (поднимите руку)? На 90%, на 80%? Почему?***
* ***Как вообще определить, здоровы мы или нет? Какие показатели здоровья вы можете назвать?*** (Стройность, общий тонус, хорошее самочувствие, активность, настроение, хороший аппетит, высокая работоспособность и т.д.)
* О том, что здоровье – самая большая ценность, всякий из нас начинает задумываться, когда его теряет. Великий комедийный актер Эд Уин мудро заметил: «Богатство и слава – это ерунда, если нет здоровья».

- Ну, а если нет здоровья у наших детей – это уже беда.

* ***А от чего же зависит здоровье наших любимых чад?***
* Давайте определим факторы, влияющие на их состояние (генетическая наследственность, экология, образ жизни семьи, физические нагрузки, режим дня, питание) ***Слайд 3***
* ***А как вы думаете, что из названного сильнее всего отражается на общем состоянии организма, на его здоровье?*** (питание)
* Итак, мы делаем вывод, что большое значение для здоровья ребенка имеет его питание. И сегодняшнее собрание мы посвятим именно этой, чрезвычайно актуальной в наши дни теме – теме здорового питания.

(на экране тема «**Правильное питание-залог здоровья наших детей**»)

***Слайд 4***

II. Представьте себе, что вам нужно построить хороший дом.

На базе стройматериалов вам предложили несколько вариантов кирпичей.

***Слайд 5***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Крупные и крепкие  10 руб. | Разнокалиберные, пересортица  5 руб. | Красивые, но не прочные  3 руб. |

***- Какие кирпичи вы купите для постройки прочного и долговечного здания?***

- Ваш выбор похож и это не удивительно: все понимают, что из плохих стройматериалов дом не построить. А если построить красивый дом, но из некачественных стройматериалов, то дом долго не простоит.

III.  Сегодня мы поведем разговор о строительстве организма наших детей, т. е. о его развитии. Мы должны разобраться, из каких «кирпичиков» складывается крепкое здоровье.

- Посмотрите на экран, изображение каких людей вы бы выбрали в качестве модели будущего ваших детей: слева или справа? (Слева – успешные, красивые, сильные люди, справа – больные, немощные, одинокие) ***Слайд 6***

- Вы единодушны в своём выборе: все хотят видеть своих детей энергичными, успешными, здоровыми. (В этом и есть смысл нашей жизни). Никто не сомневается, что успеха в жизни может достичь только сильный, здоровый, умный человек.

***- А какие “стройматериалы” необходимы для осуществления лучшего варианта “постройки” здорового организма детей? Какие вещества необходимы для построения тканей, органов, для нормальной жизнедеятельности человека?***(белки, жиры, углеводы, витамины и минеральные вещества)

- Мы постоянно говорим о том, что питание должно быть разнообразным и сбалансированным*. А что это значит?*

- Питание должно обеспечить организм необходимыми ему пищевыми веществами в правильных соотношениях (белки, жиры, углеводы – 1:1:4). Но кроме качественного состава пищи нужно учитывать и ее энергетическую ценность. Калорийность должна соответствовать суточному расходу энергии.

Современные социально-экономические условия диктуют нам свои правила. Часто мы, родители, много времени проводим на работе, рано уходим из дома, поздно возвращаемся, в выходные – спешим на подработку, дети нередко одни с утра до вечера. В будничной суете иногда мы задаем себе вопрос: как питаются наши дети, что и когда они едят?

Эксперты предупреждают, что продукты питания, которые входят в рацион наших детей, совершенно не соответствуют потребностям растущего организма. Поэтому, мы должны обратить внимание на эту проблему и контролировать питание ребенка.

**IV. Практическая часть.** Попробуем составить несложное примерное ежедневное меню для школьника, учитывая суточные энергозатраты и энергетическую ценность продуктов питания (на столах – соответствующие таблицы). Суточный рацион должен обеспечивать все**энергетические потребности организма ребенка. *Слайд 7-8-9***

V. От того, как питаются наши дети, зависит их успех в дальнейшей жизни. Попробуйте составить прогноз оценки здоровья человека в жизни, соотнеся характеристику питания и успешность в жизни. ***Слайд 10 Таблица***

Посмотрите на экран, что должно получиться. Рядом с отметками “5”, “4”, “3”, “2” и характеристикой питания указан прогноз успехов ваших детей в жизни. ***Слайд 11***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Отметка* | *Характеристика питания* | *Успех в жизни* |
| “5” | Горячее питание по режиму с соблюдением разнообразного меню | Успешное преодоление жизненных трудностей (отличная учёба, хорошая работа, счастливая семья) |
| “4” | Горячее питание нерегулярное, вместо обеда – “перекус”. | Возможны проблемы со здоровьем в трудных жизненных ситуациях в самый неподходящий момент. |
| “3” | Питание без режима, однообразное. | Болезни не только желудочно-кишечного тракта, но и других систем. Ограничения в выборе профессии. |
| “2” | Питание всухомятку, вместо еды – лакомство. | Нет способностей к учёбе, невозможно получить хорошую работу, родить здоровых детей. |

**- *Как вы думаете, какой из обозначенных вариантов подходит для достижения поставленной в начале собрания цели?***(Обратить внимание родителей на картинки успешных людей, которые выбирали они в начале собрания). **Слайд 12**

- А сейчас попробуйте каждый оценить свое питание. Поставьте себе отметку в зависимости от того, как вы питаетесь в большинстве случаев.

Поднимите руку, кто поставил себе «4» или «5», а кто «3» или «2»? Я думаю, что вам есть о чем задуматься.

**VI. Рефлексия**

- А сейчас у меня есть для вас сюрприз. Попробуйте отгадать, что лежит в этой корзине? (Яблоки)

*(Если возникнет затруднение, можно использовать загадку-подсказку)*

В саду на дереве растёт  
Красивый, вкусный, сочный плод.  
Я подскажу: на букву Я  
Он начинается, друзья. **(Яблоко) *Слайд 13***

- ***Скажите, пожалуйста, о чем идет речь, когда мы говорим «яблоко раздора»?*** (Так говорят о причине каких-то ссор, а значит, существует какая-то проблема)

- Я думаю, что мы сегодня обозначили важную проблему – проблему здорового питания наших детей.

**- *А что значит «попасть в яблочко»?*** (Достичь цели)

- Надеюсь, что цель собрания достигнута.

***- Почему говорят «молодильные» яблочки?*** (Очень полезный фрукт)

- Я хочу пожелать вам всем здоровья и предложить открыть корзину молодильных яблок. Молодильных не только ввиду предназначения этих плодов, но и как зародившихся новых мыслей по теме нашего разговора.

Возьмите яблоко и скажите, ***какой момент был для вас наиболее важным в том, о чем мы сегодня говорили. Слайд 14***

Человек есть то, что он ест»,-

Сказал когда-то Гиппократ.

А питаться самым вкусным

Каждый был бы рад.

Но запомнить должен человек:

От питания зависит жизни век.

И режим питания важен, и еда,

Витамины, углеводы и вода!

А родители задуматься должны:

Что им делать, чтобы не было беды,

Чем любимое дитя кормить,

Как воспитывать его и как любить!

- Берегите здоровье свое и своих близких! Спасибо всем, до новых встреч! ***Слайд 15***