



Утверждаю
Директор школы:
Ю.М.Нугуманов/
сентября_2021г.

МКОУ «Чайкинская ООШ» им. Сибгатуллина Л.С.

Выписка из протокола №2 родительского собрания

Дата проведения: 23.09.2021
Время проведения: 14.30 ч.
Присутствовало: 63 человека.

Повестка дня:

1. «Условия хорошей успеваемости и благополучия ребёнка в школе».
2. Соблюдение учащимися ПДД.
3. Отчёт родительского комитета за 2020-2021 уч.год.
4. Решение собрания.

1. По первому вопросу слушали Каюмову Г.Я. (прил. 1)
2. По второму вопросу выступил инспектор ГАИ на тему «Соблюдение учащимися ПДД».
3. По третьему вопросу выступили члены родительского комитета Хазиханова Л.Н., Гафиева Р.В.

Решение: 1. Работать учителям совместно с родителями над факторами влияния школьного благополучия учащихся.

2. Контролировать успеваемость наших детей, их эмоциональное благополучие не только педагогам, но и родителям.

3. Провести классные часы и практические занятия на тему «Соблюдение ПДД»

4. Возложить ответственность за проведение кл. часов и практических занятий на Калимуллина Р.А.

5. Считать работу родительского комитета за 2020-2021 год «удовлетворительным».

Продолжить работу в этом же составе в 2021-2022 уч.году.

«Условия хорошей успеваемости и благополучия ребенка в школе».

Сегодня мы затронем вопрос успешности: от каких условий зависит успеваемость и благополучие вашего ребенка в школе, и как вы, родители, можете в этом ему помочь.

Вам может показаться, что мы знаем всё об этих условиях, об этом говорилось и писалось достаточно много. Но наш учительский опыт, наши наблюдения за детьми показывают, что ситуация здесь катастрофическая.

Итак, давайте рассмотрим первый фактор «влияния» на успеваемость. Это – питание. Очень важно, какая пища поступает в организм ребенка. В свое время вышла прекрасная книга Марка Хаймана «Мозг – обратная связь». Марк Хайман – это американский практикующий врач, автор бестселлеров по правильному питанию и профилактике болезней. В своей книге Марк Хайман говорит о невидимой эпидемии, которая служит причиной недееспособности 1,1 миллиарда людей на планете – каждого шестого ребенка. Под эпидемией он понимает расстройство мозговой деятельности. «Расстроенные мозги» имеют разные названия: депрессия, синдром дефицита внимания с гиперактивностью (или СДВГ), аутизм, низкая успеваемость в школе, беспричинная агрессия. Хайман подчеркивает, что мозг является частью организма, и если тело в беде, мозг также болеет.

Традиционно считалось, что эмоциональное состояние и поведение человека зависит от жизненного опыта и перенесенных травм. И если обратиться за помощью к хорошему психологу и педагогу, то поведение и успеваемость школьника значительно улучшится и проблема будет решена. Но существует «но». Все наше тело и все системы организма находятся в тесном взаимодействии. Тело и психика также взаимосвязаны. Состояние питания, пищеварительные аллергии, токсины, как и дисбаланс пищеварения, состояние обмена веществ – напрямую влияют на настроение, поведение, на острогу внимания и восприятия ребенка, а следовательно, на успеваемость. Доктор Хайман путем изменения рациона питания, введением недостающих нутриентов и выведением токсинов из организма, добивался поразительных результатов. У детей пропала агрессия, улучшалось поведение в школе, повышалась концентрация внимания. Если Вас постоянно вызывают в школу из-за плохого поведения и низкой успеваемости, то стоит в этом случае задать себе вопрос: «Возможно, что карманные деньги, которые я ему даю, идут на чипсы и газировку?» Возможно, что ваш ребенок постоянно ест мучное и сладкое и в его рационе питания тяжелая мясная пища. Чтобы сэкономить время мы используем полуфабрикаты. Часто нам не удается проконтролировать, что ест ребенок в течение дня. Попавшая пища может давать энергию телу или ее забирать. Наш организм в первую очередь бросит все свои силы на переваривание пищи, и только потом займется нейтрализацией попавшей в тело инфекции. А сил для этого может не хватить. Вследствие этого, мозг ребенка недополучает необходимых ему минеральных веществ и витаминов. Он становится не способным долго сконцентрироваться на задаче и быстро утомляется. В его теле – масса отравляющих веществ и токсинов. И в итоге он попадает в группу отстающих.

Итак, подытоживая, можно еще раз подчеркнуть, что продукты, содержащие сахар, крахмал, большое количество мясной пищи, продукты в так называемой «красивой упаковке», служат причиной расстройства мозговой деятельности. В этом случае, именно родители вправе запретить употребление вредных продуктов и ввести в рацион каждого дня продукты полезные.

А именно: свежие овощи и фрукты, крупы, масла с повышенным содержанием Омега 3, продукты пчеловодства, орехи, зелень, особенно приветствуется чеснок, лук, хрен, квашенная капуста, травяной чай. Свежая, переработанная пища дает энергию и силы

для решения поставленных задач. Мы не должны забывать про нашу гречку, пшенику и овсянку, а также про травки с нашей дачи. Еда ребенка должна быть простой и легко усваиваться. Причем, я подчеркиваю, все эти продукты должны быть на вашем столе каждый день. Только в этом случае вы будете кормить ребенка, а не поддерживать его существование.

Второй фактор “влияния”, который также приводит к расстройству мозговой деятельности – это влияние цифровой техники. В мир ребенка проникает вирус цифрового слабоумия. И это, к сожалению не метафора, а диагноз. Этот термин ввел Манфред Шпитцер своей книге “Антимозг: цифровые технологии и мозг”. В этой книге Манфред Шпитцер скрупулезно и очень точно объясняет как цифровые СММНК – компьютеры, смартфоны, игровые приставки, и, конечно же, телевидение, оказывают влияние на деятельность мозга. Все больше детей страдают расстройством внимания, потерей памяти, низким уровнем самоконтроля, когнитивными нарушениями, подавленностью и депрессией. Исследования показывают, что в мозгу происходят изменения, похожие на те, что появляются после черепно-мозговой травмы или на ранней стадии деменции – слабоумия.

Наши дети на переменах не выпускают из своих рук телефоны, планшеты. Их мир сжимается до уровня нажатия кнопок. Что же происходит в этот момент их мозге? Мозг получает сигнал удовольствия, он наслаждается. И как только мозг получает сигнал к напряжению умственной деятельности, к решению задачи с принятием решения и последующим поступком, он реагирует отторжением, неприязнью или агрессией. Мы порой не понимаем, почему на наши просьбы, дети реагируют криками и истериками.

Мозг не любит учиться. Он довольствуется малым. Поэтому волевыми усилиями мозг нужно развивать и кормить. Все наши мысли, принятие решения, наши действия, общение с другими людьми оставляют след в нашем мозге, образуя новые нейронные связи. Реальный физический опыт развивает важные участки мозга, которые отвечают за сопереживание, самоконтроль, принятие решений за богатство выражений чувств и эмоций. Наши дети не привыкли запоминать информацию – прощайте ее в интернете. Они не тренируют память, и в итоге, навык запоминания атрофируется за ненадобностью.

Многим родителям удобно и спокойно, когда их ребенок сидит перед компьютером и “что-то” делает. Сейчас, учителя не смеют дать прямой совет забрать у своего ребенка все гаджеты, потому что последствия от такого совета могут быть катастрофическими – вплоть до суицидального исхода. Под действием “цифрового наркотика” ребенок способен на необдуманные, неконтролируемые действия. Он все меньше и меньше выражает желание что-либо сделать в реальном, физическом мире. Электроника крадет у него энергию. А ведь ему так нужен мир физический с его опасностями и радостями, а не мир виртуальный.

Я призываю к тому, чтобы вы осознали данную проблему. Пусть ваш ребенок использует телефон, компьютер по их прямому назначению, для конкретной поставленной задачи. Также не следует забывать, что вашему сыну, дочке необходим полноценный сон. Многие дети играют в игры ночью, а их родители даже не знают об этом.

Сегодня мы рассмотрели только два фактора, но они настолько актуальны, что разумное их решение приведет к значительным результатам. Успеваемость наших детей, их эмоциональное благополучие зависит не только от педагогов, но также и от родителей. Только совместными усилиями можно помочь ребенку создать мир удивительным и безопасным, полным созидательных действий.

Успеха Вам!

